

# Parmentier de lentilles vertes



## Ingrédients (pour 12 personnes)

- 2.4 kg de pommes de terre 
- 60cl de lait
- 450 g de lentilles crues 
- 500 g de champignons de paris
- 6 carottes
- 3 oignons 
- 8 gousses d'ail
- Muscade
- 5cl d'huile d'olive 
- sel et poivre

## Préparation

- Epluchez les pommes de terre, les cuire environ 20 minutes à l'eau.
- Rincer les lentilles et les cuire (dans une casserole déposer les lentilles et versez 3 fois leur volume en eau, couvrez et portez à ébullition, comptez 20 à 25 minutes).
- Epluchez les carottes, les tailler en dés. Pelez et émincez l'ail et l'oignon. Nettoyez les champignons et les couper en morceaux.
- Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive et revenir l'oignon et les carottes 2 minutes à feu vif.
- Ajoutez les champignons, salez, poivrez, couvrir et laissez cuire 5 minutes à feu moyen en remuant de temps en temps.
- Ajoutez l'ail, poursuivre la cuisson 2 minutes à couvert.
- Mélangez cette préparation aux lentilles, en gardant un peu d'eau de cuisson des lentilles et mixez grossièrement. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Versez et étalez dans un plat allant au four.
- Ecrasez les pommes de terre à la fourchette puis incorporer le lait, la muscade et un filet d'huile d'olive. Salez et bien mélanger.
- Répartir la purée sur la préparation à base de lentilles. Enfournez 20 minutes et finir éventuellement par 2 minutes sous le grill.

# Parmentier de lentilles vertes



## Ingrédients (pour 12 personnes)

- 2.4 kg de pommes de terre 
- 60cl de lait
- 450 g de lentilles crues 
- 500 g de champignons de paris
- 6 carottes
- 3 oignons 
- 8 gousses d'ail
- Muscade
- 5cl d'huile d'olive 
- sel et poivre

## Préparation

- Epluchez les pommes de terre, les cuire environ 20 minutes à l'eau.
- Rincer les lentilles et les cuire (dans une casserole déposer les lentilles et versez 3 fois leur volume en eau, couvrez et portez à ébullition, comptez 20 à 25 minutes).
- Epluchez les carottes, les tailler en dés. Pelez et émincez l'ail et l'oignon. Nettoyez les champignons et les couper en morceaux.
- Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive et revenir l'oignon et les carottes 2 minutes à feu vif.
- Ajoutez les champignons, salez, poivrez, couvrir et laissez cuire 5 minutes à feu moyen en remuant de temps en temps.
- Ajoutez l'ail, poursuivre la cuisson 2 minutes à couvert.
- Mélangez cette préparation aux lentilles, en gardant un peu d'eau de cuisson des lentilles et mixez grossièrement. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Versez et étalez dans un plat allant au four.
- Ecrasez les pommes de terre à la fourchette puis incorporer le lait, la muscade et un filet d'huile d'olive. Salez et bien mélanger.
- Répartir la purée sur la préparation à base de lentilles. Enfournez 20 minutes et finir éventuellement par 2 minutes sous le grill.