



*Soupes chaudes*

# Velouté de lentilles au lard



**35 min** 5 min 30 min 0 240  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Hacher finement l'oignon.
- 2 Couper le lard en très fines tranches, il vaut mieux les acheter déjà tranchées très fin. En réserver 4 tranches et hacher le reste.

## Étape 2

Les étapes

- 1 Mettre le lard dans une poêle et le faire revenir quelques minutes. Dès qu'il commence à dorer, ajouter l'oignon, remuer et prolonger jusqu'à ce que les oignons commencent à devenir translucides. Attention il faut remuer régulièrement.
- 2 Ajouter les lentilles, le thym et le laurier, saler légèrement et poivrer, remuer puis ajouter l'eau. Laisser cuire une trentaine de minutes. Les lentilles doivent alors être tendre.
- 3 Pendant la cuisson des lentilles, griller le lard restant de préférence dans une poêle anti-adhésive. Quand il est bien grillé le poser sur du papier absorbant.
- 4 Quand les lentilles sont cuites enlever le thym et le laurier et mixer finement le reste de la préparation.

150 g **Lentilles vertes du Puy**  
80 g **Lard fumé**  
60 cl **Eau**  
1 **Oignon(s)**  
4 c. à soupe **Crème liquide (fleurette)**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**  
1 feuille(s) **Laurier**  
1 tige(s) **Thym**

5 Ajouter la crème, remuer et répartir le lard.