

## Légumes grillés aux lentilles

---



## Légumes grillés aux lentilles

Pour 4 personnes

PRÉPARATION: env. 30 min

### LES LENTILLES

- 1 oignon rouge, haché finement
- 1 cs d'huile d'olive
- 200 g de lentilles, p. ex. lentilles de Sauvigny Courtois, Manor Food
- 1 cc de cumin en poudre
- 4 dl d'eau
- 2 cs de vinaigre balsamique
- 1 orange bio, ½ de zeste râpé, l'autre moitié en rondelles, réservés
- Sel des Alpes, poivre

### LES LÉGUMES

- 2 cs d'huile d'olive
- 200 g de tomates dattes
- 1 courgette, coupée en fines tranches
- 1 aubergine, coupée en fines tranches
- Fleur des Alpes, poivre
- ½ bouquet de basilic, effeuillé
- L'huile au basilic
- ¾ de dl d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet de basilic, effeuillé
- Sel des Alpes, poivre

### L'HUILE AU BASILIC

- ¾ de dl d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet de basilic, effeuillé
- Sel des Alpes, poivre

**LENTILLES** Faire revenir l'oignon dans l'huile chaude, ajouter les lentilles et le cumin et faire revenir brièvement. Ajouter l'eau et cuire sur feu moyen à couvert env. 20 minutes. Ajouter le vinaigre balsamique et le zeste d'orange, assaisonner, réserver.

**LES LÉGUMES** Chauffer l'huile dans une poêle à gril, y faire dorer les tranches de légumes env. 8 minutes sur chaque face, assaisonner, laisser refroidir.

**HUILE AU BASILIC** Mixer tous les ingrédients au mixeur plongeant.

**PRÉSENTATION** Dresser les lentilles, ajouter les légumes sur le dessus. Arroser avec l'huile au basilic, décorer avec les feuilles de basilic et les rondelles d'orange.