

## Soupe de lentille corail aux carottes et lait de coco

### Ingrédients (4 pers)

120g lentilles corail  
2 carottes moyennes  
1 oignon  
2 gousses ail  
1 c à s curry  
1c à c coriandre  
1l eau  
1 filet huile d'olive  
Sel-Poivre  
20cl (200g) lait de coco

### Déroulement

Mettre une casserole d'eau salée à bouillir.

Couper les carottes en rondelles puis les mettre à chauffer quand l'eau est bouillante pour faire une pré-cuisson.

Émincer les oignons et écraser l'ail, les faire revenir dans sauteuse avec de l'huile d'olive.

Rincer plusieurs fois les lentilles. Les ajouter dans la sauteuse, puis le curry. Égoutter et ajouter les carottes pour qu'elles finissent leur cuisson, ajouter la coriandre, le sel et le poivre.

Recouvrir d'eau puis faites cuire environ 20 min à feu doux, en mélangeant de temps en autre.

Quand les lentilles et les carottes sont tendres, la soupe est prête à être mixée.

Au moment de servir, ajouter de 10 cl à 20 cl de lait de coco ou le laisser à disposition pour que chacun puisse doser selon son goût (plus ou moins sucré), il est aussi possible d'ajouter de la coriandre.

## Lapin à la moutarde en cocotte

### Ingrédients (4 à 6 pers)

1 lapin en morceaux  
1 c à S de moutarde  
2 c à s de farine  
Sel-poivre  
1 bouquet garni  
4 échalotes  
20cl(200g) de crème fraîche épaisse  
20cl(200g) de bouillon

### Déroulement

Fariner les morceaux de lapin. Assaisonner et mettre à dorer dans une cocotte avec le beurre, l'huile d'olive, les lardons, les échalotes émincées, le bouquet garni, le vin blanc et le bouillon. Laisser mijoter à feu doux pendant 1 h 30.

Ôter les morceaux de lapin et les réserver au chaud  
Enlever la graisse du jus de cuisson et incorporer la moutarde mélangée avec la crème. Assaisonner et replacer le lapin dans la cocotte. Réchauffer et servir.

## Crêpes Suzette aux clémentines

### Ingrédients(4pers)

125 g de farine  
250 cl de lait  
2 oeufs  
2 clémentines  
50 g de sucre glace  
1c. à soupe de curaçao ou Cointreau  
100 g de beurre  
½ c. à café de sel

### Déroulement

Râpez le zeste des clémentines, puis pressez-les et filtrez leur jus. Tamisez la farine avec le sel.

Creusez la farine en puits. Battez les oeufs en omelette et versez-les au centre.

Mélangez peu à peu avec le fouet.

Incorporez le lait, la moitié du jus de clémentine, 30 g de beurre fondu et 1 c. à soupe de curaçao. Laissez reposer 2 heures.

Mélangez 40 g de beurre ramolli avec le sucre glace, le reste du jus de clémentine, les zestes et 1 c. à soupe de Curaçao.

Faites cuire des crêpes fines dans une poêle beurrée. Empilez-les ensuite sur un plat posé sur une casserole remplie d'eau chaude.

Tartinez les crêpes, une à une, de beurre de clémentine. Pliez-les en. Réchauffez-les rapidement dans la poêle.

Servez aussitôt.