

Lentilles tièdes aux œufs pochés



Nombre de personnes 4

Temps de préparation 20 minutes

Temps de cuisson 20 minutes

Ingrédients

- 250 g de lentilles vertes du Puy
- 4 œufs
- 200 g de lardons fumés
- 2 échalotes
- 10 cl de vinaigre blanc
- 1 cuil. à soupe de vinaigre de vin
- 1 tablette de bouillon de volaille
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 bouquet de ciboulette
- sel
- poivre du moulin

Étapes

1. Mettez les lentilles dans un faitout, couvrez largement d'eau froide et émiettez la tablette. Portez doucement à ébullition, laissez cuire environ 20 min à frémissements (les lentilles doivent rester un peu croquantes) en remuant de temps en temps.

2. Dans le même temps, pelez et hachez les échalotes. Faites dorer les lardons à sec dans une poêle, puis égouttez-les sur du papier absorbant. Dans un bol, émulsionnez à la fourchette du sel, du poivre, le vinaigre de vin et l'huile d'olive.

3. Faites bouillir de l'eau avec le vinaigre blanc dans une sauteuse. Cassez les œufs un par un, dans une tasse, puis faites-les glisser délicatement dans l'eau frémissante. Comptez 3 min de cuisson, égouttez-les avec une écumoire, posez-les sur un torchon et éliminez les filaments avec des ciseaux pour un joli arrondi.

4. Égouttez les lentilles, versez-les dans un saladier, ajoutez les échalotes, les lardons et la vinaigrette. Mélangez, répartissez dans 4 assiettes creuses. Parsemez de ciboulette ciselée, posez un œuf poché sur chaque assiette, donnez un tour de moulin à poivre et servez aussitôt.