



ŒUF MOLLET, LENTILLES VERTES AUX LARDONS

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 œufs très frais
- 400 gr de lentilles vertes
- 2 échalotes
- 1 carotte
- 1 salade frisée
- 200 gr de lard fumé
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de moutarde de Dijon
- 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique, ou framboise selon votre goût
- Sel et poivre



Préparation

Cuire vos lentilles vertes, démarrer à l'eau froide non salée pendant 20 à 25 minutes, vous pouvez y ajouter une carotte en cubes, rafraichir à l'eau froide.

Cuire vos œufs mollets dans une eau bouillante vinaigrée pendant 6 minutes, rafraichir à l'eau froide pour arrêter la cuisson, écaler.

Faire votre vinaigrette, moutarde, huile, vinaigre.

Faire sauter et colorer vos lardons avec un peu d'huile,

Dans un saladier, mélanger vos lentilles avec l'échalote hachée, la carotte en brunoise, sel, poivre, un peu de graisse des lardons, vinaigrette.

Dressage

Mettre votre salade frisée dans l'assiette

Au milieu, votre salade de lentilles,

Poser vos lardons sur celle-ci,

Poser l'œuf mollet sur vos lentilles,

Goutez-moi ça les amis ...



Chef Pierre COUCKE
La Marmite de Pierrot
93 rue Poincaré
59160 Capinghem