

Mercimek çorbasi - Soupe de lentilles turque

Cuisine du monde / plat

Par Qookster



Détail de la recette



Difficulté
Facile



Couverts
4



Prix
\$



Préparation
10min



Cuisson
35min

Merhaba! Je te propose aujourd'hui de nous évader en Turquie pour découvrir une recette de soupe traditionnelle à base de lentilles corail : la mercimek çorbasi, littéralement, soupe de lentilles. La recette est d'origine kurde et connaît quelques variantes en fonction des régions où elle est préparée, celle que je te donne ici m'a été donnée par une amie stambouliote. Les principales variations que j'ai pu identifier viennent principalement des légumes : pommes de terre et/ou carotte et ajout ou non de concentré de tomate. Pour la cuisson, on peut aussi bien utiliser de l'eau que du bouillon : légume pour une soupe végétarienne, mais il est aussi très courant de la faire avec du bouillon de viande : poule, boeuf ou agneau! Elle est traditionnellement servie avec des quartiers de citron et du beurre fondu au piment.

Liste des ingrédients

Pour la soupe

200 g. de lentilles corail

1,5 l. d'eau ou de bouillon au choix

1 grosse carotte

1 grosse pomme de terre

1 oignon

1 cs. de concentré de tomate

1-2 cc. de menthe séchée

Huile d'olive

Sel et poivre

Pour les finitions

2 cs. de beurre (env. 40 g.)

1.5 cc de piment en flocons

1 citron en quartiers

Étapes de préparation

1

Pèle la carotte et la pomme de terre et coupe-les en morceaux grossiers. Pèle l'oignon et émince-le également grossièrement. Rince bien les lentilles sous l'eau courante froide.



2

Fais chauffer un peu d'huile dans une grande casserole et fais-y étuver les légumes 5. minutes. Ajoute le concentré de tomate et mélange bien 1-2 minute.



3

Verse ensuite les lentilles, la menthe et le bouillon dans la casserole, porte à ébullition, couvre partiellement et laisse mijoter 30 minutes en mélangeant de temps à autre, tu auras peut-être besoin d'ajouter un peu d'eau/bouillon en cour de cuisson.



4

Quand les lentilles et les légumes sont bien cuits, mixe la soupe au mixeur plongeant plus ou moins finement selon ta préférence (elle est généralement mixée assez grossièrement en Turquie).



5

Juste avant de servir, fais-fondre le beurre avec le piment puis et sers la soupe avec le beurre piment et les quartiers de citron. Bon app'

