

Velouté de potimarron & de lentilles corail parfumé au curry



Stérilisation 2h00 à 100°

Ingrédients pour 1 Weck "Flacon" de 1062 ml, 2 "Bobine" de 700 ml, 4 "Tube" de 600 ml

- 2 potimarrons épluchés et coupés en quartier
- 1 ramequin d'oignons blancs ciselés
- 1 ramequin de lentilles corail
- 1 coupelle d'ail ciselé
- 10 centilitres d'huile d'olive
- 2 à 3 litres de bouillon de légumes
- 2 cuillères à soupe de sel de l'Himalaya parfumé au gingembre
- 1 cuillère à café de poivre rouge
- 1 cuillère à soupe de curry
- Quelques brins de coriandre hachés
- Quelques filaments de safran
- 8 millilitres de citron pressé par litre de velouté pour faire baisser le PH.

Préparation

- Préparer tous les légumes et aromates.
- Faire infuser le safran.
- Faire suer les oignons dans l'huile d'olive : Ajouter une pincée de sel pour favoriser l'évaporation de l'eau présente dans l'oignon et baisser le feu. L'oignon doit devenir translucide, mais ne doit pas brunir.
- A mi-cuisson, ajouter l'ail et le curry et faire revenir quelques minutes.
- Ajouter les lentilles corail et faire revenir quelques minutes en remuant régulièrement.
- Ajouter les quartiers de potimarrons et couvrir à hauteur avec le bouillon de légumes (1 cm au-dessus).
- Couvrir et laisser mijoter jusqu'à ce que les quartiers de potimarron soient fondants.
- Couvrir avec un papier sulfurisé perforé en son centre pour une cuisson à l'étouffée.
- À la fin de la cuisson, saler, poivrer et parfumer avec une pincée de gingembre, la coriandre et l'infusion de safran.
- Mixer au blender ou au mixer plongeant selon la consistance souhaitée et ajouter le citron.
- Avant la mise en bocaux, goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
- Procéder au traitement thermique à 100° pendant 2h00.

