

Lentilles gratinées à la fête



15 min



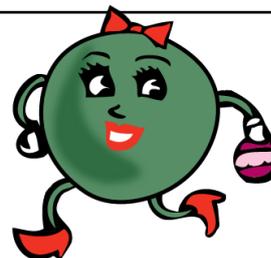
Plat chaud

Entrée



Possible

Non



	Unité	Quantité 100 pers. Pers.
Lentilles Aligerma	kg	10	
Feta	kg	3	
Oignons	kg	1	
Carottes	kg	2	
Bottes de Persil	u	2	
Échalotes	kg	1	
Bouillon de légumes épais	l	5	
Sel			
Poivre			

Réaliser les lentilles gratinées à la fête

- Émincer les oignons et les carottes.
- Faire revenir le tout dans de l'huile d'olive.
- Mélanger le tout avec le sel, le poivre et le persil haché.
- Mettre la préparation dans un plat à gratin et incorporer les lentilles surgelées.
- Mouiller avec du bouillon de légumes épais la préparation, puis mélanger afin de bien napper les lentilles.
- Disposer des morceaux de fête sur les lentilles et disposer au four à 200° pendant 5 minutes jusqu'à ce que la fête soit bien grillée.



Matériel

- 1 sauteuse
- 1 four
- 1 spatule de cuisson
- 1 bac de service GN
- 1 couteau d'office
- 1 planche à découper



Conseils du chef

Ce gratin peut être utilisé en accompagnement d'une viande telle que l'agneau.

Mais il peut aussi constituer un plat unique végétarien. Dans ce cas compléter le gratin en rajoutant une céréale du type blé ou riz complet pour vous assurer d'apporter l'ensemble des acides aminés essentiels à l'organisme.

