



## Dahl de lentilles à la courge

---

*Ingrédients pour 4 personnes :*

- 2 cuillères à soupe d'huile de colza
- 2 oignons hachés grossièrement
- 2 gousses d'ail hachées
- 1 cm gingembre haché
- 400 g courge coupée en petit dés
- 1 petite aubergine coupée en petit dés
- 4 dl bouillon de légumes
- 2 ½ dl lait de coco
- 1 cuillère à soupe de jus de limette
- 240g de lentilles
- 1 tomate coupée en morceaux
- 1 ½ cuillère à soupe de curry
- Sel, poivre, selon le goût



1. Faire chauffer l'huile dans une cocotte et y faire revenir l'oignon, l'ail et le gingembre. Ajouter la courge, l'aubergine et le sel, poursuivre la cuisson pendant env. 5 min.
2. Mouiller avec le bouillon, le lait de coco et le jus de limette, porter à ébullition.
3. Ajouter les lentilles et la tomate puis baisser le feu. Ajouter le curry, le sel et le poivre et mélanger le tout.
4. Couvrir et laisser mijoter à feu moyen env. 30 – 40 min jusqu'à ce que les lentilles soient cuites et la courge fondante.

Vous pouvez accompagner ce plat d'un riz basmati.