



Terrine végété

🚩 Tous les ingrédients sont disponibles à la boutique !

Ingrédients :

- 100 g de lentilles vertes cuites
- 80 g de noix torréfiées à la poêle
- 4 c. à soupe de jus de citron
- 1/2 c. à café de paprika
- 1 c. à soupe de sauce soja
- 5 oignon rouge émincé
- 1 c. à soupe de sucre

Préparation :

1. Faire cuire les lentilles vertes
2. Dans une poêle, faire torréfier les noix à feu moyen
3. Dans une poêle, faire revenir les oignons rouge avec le sucre, jusqu'à ce qu'ils soient caramélisés.
4. Mixer tous les ingrédients sauf les oignons et les rajouter ensuite !
5. Versez la préparation dans une terrine

