**SOUPE C.C.C.C**

Chou fleur, corail, coco, carie

4 fois l’originale

**Ingrédients**

* 4 choux fleur
* 400g de lentilles corail dans 3 litres d’eau
* 80cl de lait de coco
* 70g de cari
* 1 gros oignon ou deux petits
* Sel/poivre

**Instruction :**

1. Couper le tofu en dés et bien l’enrober de fécule de maïs.
2. faire revenir les oignons dans de l huile d olive
3. Ajouter le curry pour qu il cuise un peu
4. Cuire les lentilles corail dans de l eau bouillante 10-15 min
5. Cuire les choux fleurs en mode vapeur dans le four
6. Une fois que tout est cuit mettre tous les ingrédients dans une grosse casserole ajouter le lait de coco et mixer le tout sel poivre et c est prêt.

**Montage :**

• Verser 2 louches de préparation par plat.