**SOUPE DAHL AU COCO**

14 portions

**Ingrédients**

* 1500g de lentilles rouges (6 tasses)
* 18 tasses d’eau
* Sel et poivre, au goût
* 6 c. à soupe d’huile d’olive
* 350g d’oignons jaunes, haché finement
* 11,25 ml de gingembre moulu
* 6 gousses d’ail, hachées finement
* 6 c. à soupe de poudre de cari
* 2 c. à soupe Jus de citron
* 30ml de miel ou de sirop d’érable
* 30ml de vinaigre balsamique
* 3 boîtes de lait de coco

**Instruction :**

* Rincer les lentilles sous l’eau, les égoutter, puis les verser dans une casserole avec l’eau. Porter à ébullition, puis baisser le feu. Laisser mijoter pendant 15 minutes. Assaisonner et réserver.
* Dans une poêle, chauffer l’huile d’olive et attendrir l’oignon pendant 3 à 4 minutes, ou jusqu’à ce qu’il soit tendre.
* Assaisonner, puis ajouter le gingembre, l’ail et la poudre de cari. Poursuivre la cuisson pendant 2 minutes.
* Ajouter le jus de citron, puis gratter le fond de la poêle avec une spatule en bois. Verser ce mélange dans la casserole avec les lentilles et ajouter le reste des ingrédients, sauf la coriandre.
* Laisser mijoter le tout pendant 15 minutes, rectifier l’assaisonnement, puis ajouter la coriandre haché.

**Montage :**

* Verser 500ml de la soupe dans un contenant moyen de 500ml.