

# Pâté de lentilles aux champignons

Article publié le 14 octobre 2024

Une tartinade à servir sur de grandes tartines de pain de campagne grillé, en accompagnant le tout d'une salade verte. Vite fait, bien fait... et tout le monde va se régaler !

M. Chioca |

Cette recette est extraite du livre Le meilleur des recettes de Marie Chioca de Marie Chioca.

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 3-4 minutes

Ingrédients (pour 4 à 6 parts)

- 6 échalotes
- 6 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 grosse pincée de fleur de sel
- 1 gousse d'ail
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique
- 1 conserve d'environ 230 g de champignons émincés (poids net égoutté)
- 250 g de lentilles cuisinées (prélevées si possible avec un peu de jus de cuisson pour faciliter le mixage)
- 1 pointe de couteau de noix de muscade en poudre (facultatif)
- 1 c. à soupe rase de paprika fumé
- Poivre 5 baies

## Recette

Éplucher les échalotes, les couper en petits cubes et les faire blondir dans une petite cocotte avec l'huile d'olive et la fleur de sel.

Quand les sucs commencent à caraméliser doucement, ajouter l'ail émincé, le vinaigre balsamique et les champignons préalablement bien égouttés (et même pressés dans une passoire, afin de les « sécher » au mieux). Laisser dorer quelques minutes de plus.

Pendant ce temps, mixer très finement les lentilles avec la muscade, le paprika et le poivre 5 baies jusqu'à obtention d'une consistance lisse et crémeuse.

Ajouter le contenu de la cocotte et mixer de nouveau mais juste de quelques impulsions, afin de garder des petits morceaux d'échalotes et de champignons.

Servir en « repas tartine » avec une grande salade verte.