

Salade de lentilles artichauts et fromage de chèvre

WOP



POUR : 2 personnes
PRÉPARATION : 5 min
CUISSON : 10 min

2 cc d'huile de tournesol
1/2 petit oignon rouge émincé en petits dés
250 g de lentilles en sachet tout prêt
400 g de cœurs d'artichauts en conserve égouttés et coupés en deux

50 g de tomates séchées + 2 cc de l'huile du bocal
1/4 d'un sachet de ciboulette fraîche ciselée
80 g de bûche de chèvre coupée en 2 ou 4 rondelles
1 petite laitue romaine pour servir

1 Chauffez l'huile dans une poêle et faites revenir l'oignon 4 à 5 minutes.

2 Ajoutez les lentilles, les artichauts, les tomates et la plupart de la ciboulette. Laissez cuire pendant 5 minutes.

3 Pendant ce temps, préchauffez le four en mode grill et recouvrez une poêle grill d'une feuille de papier aluminium. Placez le fromage sur la poêle et faites-le griller d'un côté.

4 Partagez la laitue entre deux bols, ajoutez les lentilles et versez un filet d'huile du bocal de tomates séchées sur chaque. Posez le fromage de chèvre sur la salade et parsemez de ciboulette.