

# Iucullus succullus

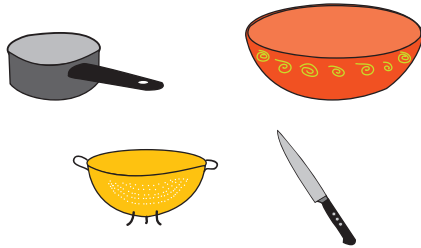


## SALADE DE LENTILLES POMME-ORANGE

Préparation : 15 minutes  
Cuisson : 25 minutes  
(Pour 4 personnes)

### Les ustensiles :

- 1 casserole
- 1 passoire
- 1 saladier
- 1 couteau



### Les ingrédients :

- 400 g de lentilles vertes
- 1 pomme granny smith
- 1 orange
- 2 c. à soupe de vinaigre
- 8 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de moutarde forte



Fais cuire les lentilles dans l'eau, pendant environ 25 minutes à partir de l'ébullition.

Égoutte-les et laisse-les refroidir.

Mélange dans un saladier l'huile, le vinaigre, la moutarde, le sel et le poivre.

Ajoute les lentilles et remue bien pour qu'elles s'imbibent de sauce.

Lave la pomme et coupe-la en petits dés réguliers.

Épluche l'orange et enlève la membrane pour ne garder que la pulpe. Coupe les segments en petits dés.

Ajoute les fruits aux lentilles et mélange avant de servir bien frais.