



Bolo végétarienne

4 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients

- 250 g de lentilles corail (ou vertes)
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 carottes
- 1 branche de céleri (optionnel)
- 400 g de tomates concassées
- 2 c. à soupe de concentré de tomates
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à café d'origan séché
- 1 c. à café de paprika
- Sel, poivre
- Pâtes de votre choix (spaghetti ou penne)
- Parmesan râpé (optionnel)

Préparation

- Émincer l'oignon, l'ail, les carottes et le céleri.
- Dans une casserole, faire revenir le tout avec l'huile d'olive pendant 5 minutes.
- Ajouter les lentilles, les tomates concassées, le concentré de tomates et les épices.
- Couvrir d'eau à hauteur, porter à ébullition puis laisser mijoter 25 minutes en remuant de temps en temps.
- Cuire les pâtes al dente pendant ce temps.
- Rectifier l'assaisonnement de la sauce (sel, poivre).
- Servir la sauce bolo sur les pâtes, avec un peu de parmesan si souhaité.