**DAHL DE LENTILLES CORAIL AU LAIT DE COCO**

**Préparation : 20 minutes**

**Cuisson : 40 minutes**

**Ingrédients pour 4 personnes**

*- 150g de lentilles corail*

*- 150g d’aubergines surgelées*

*- 350g à 400g de coulis de tomate*

*- 20cl de lait de coco*

*- 25cl d’eau*

*- 1 cuillère à café bombée de curcuma*

*- 1 pincée de gingembre*

*- 1 cuillère à café de cumin*

*- 1 pincée d’épices indiennes*

*- sel, poivre*

**Préparation :**

Dans une grande poêle ou wok, verser les lentilles corail. Ajouter le coulis de tomate et commencer la cuisson sur feu doux. Ajouter ensuite l’eau.

Augmenter la cuisson et laisser les lentilles absorber l’eau. Ajouter l’ensemble des épices dans le contenu de la poêle. Laisser cuire environ 10 minutes sur feu moyen à fort.

Gouter et rectifier en épices si besoin.

Après ce temps de cuisson, ajouter les aubergines décongelées, le lait de coco.

Saler, poivrer.

Baisser le feu et laisser cuire entre 20 et 30 minutes en remuant régulièrement.

Si vous aimez les lentilles légèrement croquantes alors arrêter la cuisson ; à l’inverse si vous aimez les lentilles plus fondantes, alors poursuivez la cuisson en ajouter un peu d’eau dans le poêle.

Servir immédiatement et bien chaud avec du riz et des naan !