

# Soupe aux lentilles

## Ingrédients

- 1 très gros oignon jaune
- 2 gousses d'ail
- ¼ tasse d'huile
- ½ tasse de lentilles
- ¼ tasse de Bovril de poulet
- ¼ de tasse de riz basmati ou orge
- 2 carottes moyennes
- 2 branches de céleri
- 1 boîte de pâte de tomates
- 1 boîte de tomates entières San Marzano
- 1 c. à soupe de Chipotle
- coriandre

## Instructions

1. Hacher l'ail, le céleri, les carottes et l'oignon à l'aide de l'Extra-chef. Déposer-les dans l'Autocuiseur avec l'huile et faire revenir 5 minutes couvert.
2. Hacher et mélanger dans l'Extra-chef la boîte de tomates, la pâte de tomates, le Bovril et le Chipotle.
3. Mettre dans l'autocuiseur le mélange de tomates, les lentilles et le riz. Bien fermer.
4. Ajouter de l'eau jusqu'au premier rebord dépassé la ligne maximale.
5. Cuire 25 minutes au four micro-ondes.
6. Au moment de servir, parsemer de coriandre fraîche.