**Lentilles corail au tempeh et épices massalé**

2 CS d'huile d'olive

1 CS d'épices massalé

1 cc de curcuma

1 gros oignon

2 gousses d'ail

1 tasse de lentilles corail (= environ 170g)

De l'eau

2 grosses carottes

250g de pommes de terre

170g de tempeh fumé

1 poignée de pois chiches

1 poignée de noix de cajou

2 CS de coriandre ciselée (surgelée pour moi)

200ml de lait de coco

Sel et poivre

1. Faire chauffer l'huile d'olive avec les épices massalé et le curcuma dans une grande sauteuse. Pendant que la sauteuse chauffe, éplucher et émincer l'oignon et l'ail. Ajouter à la sauteuse et faire revenir à feu vif.

2. Lorsque l'oignon devient translucide, verser les lentilles corail et tout juste recouvrir d'eau. Laisser mijoter à feu moyen pendant environ 5 minutes, en remuant de temps en temps. Pendant que cela mijote, laver, éplucher et couper en petits cubes les carottes et les pommes de terre.

3. Verser les cubes de carottes et de pommes de terre dans la sauteuse. Couper en petits cubes le tempeh et les ajouter au reste de la sauteuse. Ajouter les pois chiches, les noix de cajou, la coriandre ciselée et laisser mijoter une bonne quinzaine de minutes à feu moyen, en remuant de temps en temps.

4. Ajouter le lait de coco, mélanger et laisser mijoter encore quelques petites minutes. Saler et poivrer.

**Curry de tempeh à la noix de coco**

1 oignon

250 grammes de tempeh

2 cuillère(s) à soupe de pulpe de tamarins

1 cuillère(s) à soupe de gingembre haché

1 gousse d'ail

1 1/2 cuillère(s) à soupe de coriandre moulue

1/2 cuillère(s) à café de curcuma

1 pincée(s) de piment

1 bâton de cannelle

500 grammes de patates douces

50 cL de lait de coco

2 cuillère(s) à café de sauce soja

1/2 citron vert

1 cuillère(s) à café de sel

Chauffer l'huile dans 1 grande poêle à feu moyen-élevé, ajouter l'oignon haché et 1/2 c à c de sel.

Cuire 2mn ou jusqu'à ce que l'oignon soit tendre, en remuant de temps en temps.

Incorporer le tamarin et cuire 2mn en remuant pour le briser; coupez le tempeh en cubes.

Ajoutez le gingembre, l'ail haché, la coriandre, le curcuma, la cannelle et le piment en remuant.

Ajouter le reste de sel, patates douces, 1 tasse d'eau, le lait, et le tempeh, porter à ébullition.

Couvrir, réduire le feu et laisser mijoter 15mn ou jusqu'à ce que les patates soient tendres.

Découvrez, incorporez la sauce soja, laissez mijoter 3mn et jeter la cannelle, servez avec 1 riz basmati.