**[Soupe de potiron aux lentilles corail, curry et lait de coco](http://www.lacath.com/2013/01/soupe-potiron-lentilles-corail-curry-lait-de-coco/" \o "soupe de potiron aux lentilles corail, curry et lait de coco)**

environ 660g de courge 3 carottes moyennes   
1 gros oignon blanc un morceau de gingembre frais (1 c café bombée de gingembre râpé)  
1/2 c café de pâte de curry jaune + 1/2 c café de curcuma  
100g [lentilles corail](http://www.panieroullins.com/__p10437.html)  
200ml lait de coco  
QS ghee, eau, sel, poivre noir du moulin, jus de citron, feuilles de coriandre pour la déco

Commencer par peler l’oignon le gingembre la courge et les carottes.  
Ciseler grossièrement l’oignon et râper ou mixer le gingembre  
Laver puis couper en cubes le potiron et en rondelles les carottes.  
Mettre de l’eau à bouillir dans la bouilloire (prévoir environ 750ml)

Dans une casserole, chauffer un peu de ghee sur feu vif. Ajouter la pâte de curry et la faire frire en remuant avec une cuiller en bois environ 30 secondes.

Ajouter le gingembre, mélanger, ajouter le curcuma (et le curry ) et mélanger 30 secondes pour torréfier les épices, bien gratter en remuant avec la cuiller en bois.

Ajouter l’oignon, faire rissoler 2 minutes puis ajouter la courge et la carotte et mélanger à nouveau : il vous faudra sans doute baisser un peu le feu pour faire revenir les légumes, environ 2 à 3 minutes.   
Ajouter l’eau bouillante pour arriver à hauteur, pas plus. Ne pas jeter l’eau restant dans la bouilloire. Ne pas saler.  
Quand ça bout, baisser le feu et couvrir pour mijoter environ 10 minutes : les morceaux de légumes doivent être cuits mais fermes. Pendant ce temps, rincer soigneusement et bien égoutter les lentilles.

Ajouter les lentilles dans la soupe, porter à ébullition en mélangeant, ajouter si nécessaire un peu d’eau mais ça ne devrait pas être le cas, puis baisser le feu et couvrir pour mijoter encore 10 minutes.  
Saler, mixer.  
Ajouter le lait de coco, mixer à nouveau, poivrer, goûter et rectifier l’assaisonnement.  
Juste au moment de servir, ajouter quelques gouttes de jus de citron

Répartir dans les bols et saupoudrer d’un peu de coriandre ciselée.

***CHUTNEY DE POIVRONS***

*- 3 petits poivrons (si possible rouges) 1 oignon 2 gousses d'ail  
    - 1 piment vert  
    - piment rouge séché (ou en poudre)  
    - 1 càs de mozza ou paneer ou de cacahuètes  
    - 1 càc de pâte de tamarin  
    - 1/2 càc de cumin en poudre 1/4 càc de curcuma 1 càc de graines de moutarde noires  
    - 1 dizaine de feuilles de curry*

    Emincer, oignon, ail, et piments, laver, épépiner et couper les poivrons en petits morceaux. Mettre à chauffer 2 càs d'huile, y faire dorer oignon, ail et piments émincés, ajouter les épices. Diluer le tamarin dans un tout petit peu d'eau chaude, ajouter le tamarin et les poivrons dans la casserole, laisser cuire 10 min. Ajouter un peu de mozza (ou paneer) ou 1 càs de cacahuètes, comme vous voulez. Passer le tout au mixeur. Faire chauffer un peu d'huile et y faire frire les graines de moutarde puis les feuilles de curry, les ajouter au chutney et mélanger. Si vous le voulez un peu plus sucré, vous pouvez ajouter 1 càc de sucre brun aux poivrons. C'est trop bon !!!