



Soupe lentilles et carottes

13/11/2018 à 13h42

Par [Cathy Selena](#)

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 20 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 200 gr de lentilles vertes
- 2 carottes
- 8 feuilles d'aneth

Préparation :

- Epluchez, lavez et découpez les carottes en rondelles.
- Faites cuire les lentilles durant 20 minutes dans 1 litre d'eau bouillante, et les carottes à la vapeur pendant 10 minutes.
- Rincez les feuilles d'aneth et mixez-les avec les lentilles et les carottes. C'est prêt !

L'astuce du chef :

Une infusion de feuilles d'aneth après les repas vous aidera à bien digérer.