

PÂTÉ CHINOIS VÉGÉ AU CHEDDAR

Nombre de portions : 2	Temps de préparation : 35 à 40 minutes
	Temps de cuisson : 10 minutes

Ingrédients :

- 150 ml (2/3 tasse) de **fromage cheddar** râpé
- 1 gousse d'**ail** coupée en 2
- 1 **carotte** hachée
- 425 ml (1 $\frac{3}{4}$ tasse) de **pommes de terre** coupés en cubes
- 375 ml (1 $\frac{1}{2}$ tasse) de **patates douces** coupées en cubes
- 1 **oignon** haché
- 7 ml (2,5 c. à thé) de **paprika fumé**
- 125 ml (1/2 tasse) de **lentilles beluga** ou de **lentilles vertes**
- 250 ml (1 tasse) de **bouillon de légumes**
- 341 ml (1 petite conserve) de **maïs en grains**
- 15 ml (1 c. à table) d'**huile d'olive**
- 30 ml (2 c. à table) de **lait** ou de **boisson végétale** nature au choix
- **Sel et poivre** au goût

Pour la purée

Cuire les pommes de terre, les patates douces et l'ail dans une casserole d'eau bouillante de 15 à 18 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres.

Égoutter et réduire en purée en y incorporant le lait, le sel et le poivre au goût

Méthode

Préchauffer le four à 450 °F.

Chauffer l'huile dans une petite casserole et y faire cuire l'oignon et les carottes de 2 à 3 minutes en remuant à l'occasion.

Ajouter les lentilles et poursuivre la cuisson 1 à 2 minutes en remuant.

Verser le bouillon de légumes et mélanger.

Couvrir et poursuivre la cuisson de 15 à 18 minutes ou jusqu'à ce que les lentilles soient cuites mais encore légèrement fermes.

Égoutter au besoin. Ajouter le paprika et mélanger.

Répartir le mélange de lentilles au fond d'un plat allant au four, ajouter le maïs en grains et compléter le dernier étage avec la purée de pommes de terre et patates douces. Recouvrir de fromage et cuire au four à 450 °F environ 10 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit doré.

Griller au four si nécessaire. **Bon appétit!**