

2 décembre 2011

Pitas aux lentilles

**La pita ou pain pita est un pain rond contenant de la levure.
On en retrouve dans les pays arabes, en Grèce, en Turquie, au Liban ... par exemple.
Ceux que nous avons utilisés étaient des pains grecs, du commerce.**

- 1 pita par personne
- Pour une douzaine de pitas à garnir :
- 375 g de lentilles vertes
 - 1 fenouil
 - 4 œufs
 - 1 mozzarella
 - 1 bûche de fromage de chèvre (mieux avec de la fêta)
 - Vinaigrette au vinaigre de cidre et à la moutarde

Faire cuire les lentilles dans de l'eau non salée, 1/4 h en pression.

Bien égoutter et laisser refroidir.

Faire durcir les œufs (10 minutes à ébullition), puis les écaler.

Laver et émincer le fenouil, y compris les parties vertes. Egoutter.

Faire une salade des lentilles refroidies, des œufs durs, du fromage en petits cubes, du fenouil. Assaisonner de la vinaigrette.

Faire chauffer les pitas au four après les avoir humectées d'eau, 5 minutes.

Elles ont gonflé.

Ouvrir sur un bord et remplir chaque pita de salade.

Se déguste comme un sandwich.



Participants:

Sylvie

Suzanne

Sylvie

Bernadette

Josiane

Modestas

Françoise