 **Timbale aux lentilles**

 **Pour 5 Croquants-Gourmands**

**- 250 g de lentilles  
- 4 carottes  
- 1 gousse d'ail  
- 1 litre d'eau  
-  2 tablettes de bouillon aux herbes  
- 1 feuille de laurier  
-  huile d'olive  
- quelques brindilles de thym  
- sel & poivre du moulin  
- 1 grosse tomate  
- 1 boîte de maquereau au vin blanc**

**5 cercles à pâtisserie**

Éplucher, dégermer et hacher l'ail finement. Éplucher les carottes et les couper en très petits dés. Rincer les lentilles et les égoutter soigneusement.  
Éplucher et épépiner la tomate, la couper en tout petits dés.  
Égoutter les filets de maquereau et les effilocher.  
Faire revenir les dés de carottes et l'ail dans un petit filet d'huile d'olive jusqu'à ce que les carottes soient bien revenues. Ajouter les lentilles et remuer pour bien les enrober de gras.  
Mouiller avec l'eau, ajouter les tablettes de bouillon et la feuille de laurier.  
Porter à ébullition puis faire cuire à frémissement pendant 30 minutes à demi couvert puis 10 minutes couvercle fermé : Les lentilles doivent être cuites mais sans s'écraser.  
Égoutter soigneusement.  
Parsemer de feuilles de thym citron, ajouter les dés de tomates et bien mélanger.  
Rectifier l'assaisonnement en sel si besoin, poivrer au goût.  
Répartir les lentilles dans les cercles posés sur les assiettes.  
Tasser légèrement, puis partager les effilochés de maquereau entre les timbales.  
Couvrir et réserver au frais.  
Au moment du service, retirer les cercles.