

Casserole de dinde hachée et patates douces

Préparation: 30 minutes / Portions: 8 / Se congèle

30 ml huile
1 lb dinde hachée
1 gousse d'ail hachée
15ml de bouillon de poulet
15ml de coriandre moulue
7,5ml de Paprika fumé
5ml de poudre de chili
2,5ml de sel
1 poivron jaune coupé en dés
Les branches d'un demi-céleri
2 patates douces coupées en dés
1 tasse d'eau (et un peu plus au besoin)
1 boîte de lentilles de 540 ml rincées et égouttées *
*(elles sont facultatives dans cette recette mais oh combien nourrissantes)
½ tasse de mozzarella râpé
Quelques oignons verts tranchés

1. Dans un grand chaudron, faire chauffer l'huile. Ajouter la dinde hachée et l'ail, cuire environ 8 minutes en défaisant la viande avec une cuillère de bois.
2. Ajouter les épices.
3. Ajouter le poivron, le céleri et les patates douces. Cuire 3-4 minutes. Ajouter l'eau et laisser mijoter 6-8 minutes ou jusqu'à ce que les patates douces soient cuites. Si vous voyez que le mélange devient sec, ajouter de l'eau ½ tasse à la fois.
4. Servir avec du fromage râpé et parsemer d'oignons verts au goût.