HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES

Lentejas de la abuela con chorizo

20min · 4 raciones · 707 kcal

Ingredientes

- Un bote de lentejas
- **1** cebolla
- **2 dientes** de ajo
- **1/2** puerro
- **200 gr** de tomate triturado
- **1** zanahoria
- Aceite de oliva
- Sal
- Chorizo
- Morcilla
- Panceta
- Cucharadita de pimentón dulce

POR RACIÓN

Proteínas	**30 g**
Grasas	**46 g**
Hidratos	**46 g**
Fibra	**14 g**

Elaboración

1. Picar todas las verduras
2. En una cazuela con un chorrito de aceite, pochar las verduras
3. Ir dándoles vueltas y, cuando las verduras estén pochadas, añadir una pizca de sal y la cucharadita de pimentón dulce
4. Dar un par de vueltas con el fuego más bajo y añadir el tomate triturado
5. Sofreír hasta que el tomate esté tostado y añadir las lentejas
6. Añadir también la tríada del compango y cubrir todo con agua
7. Dejar cocer durante unos 10 minutos
8. Sacar el chorizo, la morcilla y la panceta, cortarlos a trocitos y volver a meterlos durante unos 10 minutos más para que suelten su sustancia

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto