

PLATOS PRINCIPALES

Lentejas con setas

45min · 4 raciones · 333 kcal

Ingredientes

- 2 zanahorias grandes
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- Chorizo
- 1 ajo
- 1 cebolla
- 2 hojas de laurel
- Sal al gusto
- 250 gramos de setas y champiñones
- 2 puñados de lentejas por persona
- Agua para cubrir las lentejas (unos 400 ml para 4 personas)
- Aove
- Tomate
- Patata
- 3 cucharaditas de pimentón dulce

Elaboración

1. Preparar todos los ingredientes
2. Dorar las setas un par de minutos a fuego medio alto
3. En esa misma olla añadir la cebolla, el tomate, la patata, la zanahoria, el pimiento, el chorizo, las hojas de laurel y tres cucharaditas de pimentón dulce
4. Pasados un par de minutos, añadir las lentejas, que habrán estado aproximadamente una hora en remojo
5. Cubrir bien con abundante agua y, cuando rompa a hervir, tapar y dejar cocer 20 minutos a fuego lento
6. Añadir las setas reservadas y un poco de sal y dejar cocer 20 minutos más
7. Sacar algunas verduras, triturarlas y añadirlas

RECOMENDACIONES

Siempre se puede hacer de más y congelar en tuppers.

POR RACIÓN | **15 g** Proteínas | **17 g** Grasas | **33 g** Hidratos | **11 g** Fibra

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta