



Recetas de Cocina

Lentejas Jardinera

Ingredientes:

200 gr de lentejas
50 gr de tocino
1 pimiento verde
1 pimiento rojo
1 pimiento amarillo
1 calabacín
2 zanahorias
2 tomates maduros
1 cebolla mediana
1 puerro
4 patatas medianas
1 cubito de caldo de carne
½ dl de aceite de oliva
sal, pimienta blanca y agua

Preparación

Se ponen las lentejas en remojo la noche anterior.
Lavar y pelar la tomates⁽¹⁾, cebolla, calabacín zanahoria puerro y las patatas. Lavar los pimientos.
Cortar toda las verduras y el tocino en dados muy finos.
En una cazuela de paredes altas calentar el aceite de oliva y saltear las verduras y el tocino durante 3 minutos a fuego suave. Una vez transcurrido ese tiempo añadirle las lentejas (previamente escurridas) y remover todo bien.
Sumergir en agua la mezcla y añadirle el cubito de caldo de carne triturado, sazonar a gusto.
Cocer las lentejas a fuego suave durante dos horas y servir.

⁽¹⁾ Se les hace un corte en forma de cruz en la parte contraria al tallo, se sumergen durante 30 segundos en agua hirviendo, transcurrido ese tiempo se les pasa a una fuente con agua muy fría, en el que están otros 30 segundos, sacarlos y quitarles la piel.

Autor: