



CREMA DE LENTEJA ROJA CON ESPECIAS

👤 4

Dificultad baja

300 g. de lentejas rojas
400 g. de tomate natural triturado
2 vasos de caldo de verduras
200 g. de leche de coco
2 dientes de ajo
1 cebolla
1 cdta. de cúrcuma
1 cdta. de comino
1 cdta. de canela
Aceite de oliva
Sal y pimienta negra

- 1.** Pica la cebolla y el diente de ajo y rehógala a fuego suave con un chorro de aceite de oliva hasta que se quede transparente y blanda.
- 2.** Añade las especias y tuéstalas levemente junto con las cebollas. Añade el tomate, incorpora la sal y la pimienta y deja cocer unos cinco minutos.
- 3.** A continuación, incorpora las lentejas y cubre con el caldo, añade también la leche de coco y deja cocinar a fuego bajo durante unos 20 minutos hasta que las lentejas estén hechas.
- 4.** Una vez cocidas las lentejas, retira del fuego y tritura todos los ingredientes. Si te ha quedado demasiado espesa puedes añadir un poco de caldo o agua.
- 5.** Sírvela con picatostes o semillas y un chorrito de aceite de oliva o leche de coco. Quedará deliciosa.

ENCUENTRA LOS INGREDIENTES EN NUESTRA TIENDA