

Creador: ChefB **Recetizador:** Lucía Martíne



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegetariana

Otros: Cocina Tradicional

Coste: Muy económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 400 gramos de lentejas.
- 1 cebolla
- 1 trocito de blanco de puerro
- 1 diente de ajo.
- 1 tomate maduro.
- 1 zanahoria
- 1 hoja de laurel
- 1 chorrito de oliva virgen.
- sal

Preparación:

Paso 1

En una olla alta ponemos todas las verduras troceadas, junto a las lentejas y la hoja de laurel, cubrimos bien de agua y un pellizco de sal, arrimar al fuego y pasados 50-60 min. de cocción las lentejas estarán tiernas.

Paso 2

Las escurrimos, reservamos el caldo de cocción, retiramos el laurel y las pasamos por el pasapures o por la batidora junto con las verduras que hemos utilizado para condimentar. Al puré que se obtiene le añadimos el caldo de la cocción hasta tener la consistencia deseada. Ponemos a punto de sal y servimos caliente. A la hora de servir le ponemos un chorrito de aceite de oliva virgen.