

Lentejas de España



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

886 kalorií , **0 g** cukrů , **3 g** tuků , **61 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/lentejas-de-espana>

Příprava

Do hrnce vložíme čočku, celé rajče nebo rajčatové pyré, celou mrkev, cibuli, česnek, chorizo, zalijeme vodou, přidáme mletou papriku, sůl a vaříme 20 minut, poté vyjmeme zeleninu a rozmixujeme ji. Vrátime ji do polévky spolu s nakrájenými bramborami a vaříme dalších 20 minut. Ke konci vyjmeme chorizo a nakrájíme na kolečka. Tato polévka se tradičně podává v kameninové míse. Některé kuchařky přidávají do polévky během varu pár kapek octa. Recept pochází z knihy Jak chutná Andalusie a Jak chutná Itálie z Edice ČT.

Tip k receptu

Tato hustá čočková polévka patří mezi jídla „de cuchara“, volně přeloženo „na lžici“ (jedná se především o vydatné pokrmy z luštěnin). Je typická pro celé Španělsko.

Ingredience

- 250 g čočky
- 1 zralé rajče nebo 80g Heinz TOMATO FRITO - rajčatové pyré s rostlinným olejem, ochuceným osmahnutou cibulkou a česnekem
- 1 mrkev
- 1/2 červené a 1/2 zelené papriky
- 1 cibule
- 4 stroužky česneku i se slupkou
- 1 lžice sladké mleté papriky
- 1 nožička klobásy chorizo
- 1 špetka mletého římského kmínu
- sůl
- 2 střední brambory

Kategorie

Obyčejný den, Španělská, Celoročně, Finančně náročnější, Luštěniny, Klasika, Labužník, Hlavní chod

