

Pikantní čočka s rýží



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 25min , Porce: 4

8341 kalorií , **9 g** cukrů , **3 g** tuků , **381 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/pikantni-cocka-s-ryzi>

Příprava

Čočku přebereme, propláchneme ji a pak ji nasypeme do hrnce se studenou vodou. Pomalu ji uvaříme doměkka a potom scedíme. Rýži propláchneme, uvaříme v osolené vodě a rovněž scedíme. Cibulku nasekáme nadrobno a krátce ji orestujeme na rozpáleném oleji. přidáme nakrájené okurky, kečup, cukr, kar a opět krátce opečeme. Do tohoto základu nasypeme čočku i rýži, promícháme a dochutíme vegetou, solí a pepřem. Čočku s rýží můžeme podávat jako samostatné teplé nebo studené jídlo. Skvěle také chutná s opečenou klobásou

Ingredience

- 300 g čočky
- 200 g rýže
- 1 svazek jarní cibulky
- olivový olej
- 3 lžíce kečupu
- 150 g sterilovaných okurek
- cukr
- kari koření
- Vegeta
- sůl
- pepř
- 4 ks paprikové klobásy

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Luštěniny, Rodina, Hlavní chod