

Sopa de lentejas



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 40min

Tiempo total: 55min , Número de porciones: 4

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/sopa-de-lentejas>

Preparación

Calentar el aceite y la manteca en una olla. Rehogar la cebolla picada y la zanahoria cortada en rodajas finas. Una vez que las verduras estén blandas, agregar las lentejas ya remojadas (debe dejarlas en agua toda la noche anterior para que estén más blandas al momento de comerlas). Remover bien.

Agregar el caldo de pollo y subir el fuego de la hornalla. Cuando hierva, agregar el puré de tomates; remover y condimentar con sal y pimienta. Tapar la mitad de la olla, bajar el fuego y dejar hervir por 30 minutos. Si lo desea, puede pasar toda la preparación por la licuadora y volverla al fuego para calentar bien. Sino puede degustarla así. Servir con las hojas de albahaca fresca y el queso parmesano rallado. Disfrute! Fuente: Revista Maru



Ingredientes

- 1 Cebolla
- 1 Zanahoria
- 2 cucharada/s Aceite de oliva
- 1 cucharada/s Manteca
- 175 gramo/s Lenteja
- 2.5 litro/s Caldo de pollo
- 2 cucharada/s Puré de tomate
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta
- 50 gramo/s Queso Parmesano
- 1 poco Albahaca fresca

Categorías

Un día normal, Otoño, Invierno, Todo el año, Económico, Legumbres, Vegetales, Rápida, Ingrediente extra, Familia, Una cocinera experta, Sopa