



Nivel de dificultad: Fácil

Nivel Calórico: Nivel calórico medio

Precio Aproximado: Menos de 5 €

Ingredientes

250 g
lentejas
1
Cebolla
1
tomate
2
zanahorias
5
dientes de ajo
1
pimiento verde (italiano o de freír)

sal (1 cucharadita)

perejil fresco (manejo)
30 g
aceite de oliva (2 cucharadas)
3
hojas de laurel
1
agua fría (3 - 4 vasos)

Instrucciones

1. En un bol grande echa las lentejas y cúbreelas de agua fría. Déjalas en remojo durante 1 noche.

-
2. Quita las lentejas que estén flotando. Escurre y lava las lentejas.
 3. Pon las lentejas en una olla grande y cúbreelas con agua fría (unos 3 o 4 vasos, que cubra las lentejas sobre como unos 2 cm.)
 4. Pela los ajos, la cebolla y las zanahorias.
 5. Lava el tomate.
 6. Lava y quita las semillas del pimiento verde.
 7. Añade a la olla los ajos, cebolla, zanahorias, tomate, pimiento verde, perejil (puedes meter el perejil dentro del pimiento), aceite de oliva, laurel y una cucharadita de sal.
 8. Pon la olla a hervir.
 9. Tapa la olla y cuece a fuego lento durante 60 - 75 minutos, dependiendo del tipo de lenteja. Si usas una olla a presión el tiempo de cocción será inferior a 15 minutos.
 10. Saca los ajos, cebolla, zanahorias, tomate (quítale la piel antes) y pimiento verde (con el perejil dentro) y bátelo junto con un cazo de lentejas y con una batidora o licuadora y vierte la mezcla de nuevo a la olla.
 11. Mezcla todo, sirve y disfruta de tu receta de lentejas caseras. Ver más [recetas fáciles](#) [1].

URL de origen: <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/lentejas-caseras>

Enlaces

[1] <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/faciles>