

Duszona soczewica z kiełbasą wiejską i pomidorami - Krok po kroku



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

soczewica	400 g (ugotowana)
kiełbasa wiejska	200 g
olej rzepakowy	3 łyżki
chudy boczek	100 g
cebula	2 szt
ząbki czosnku	3 szt
rosół z kury Kucharek	200 ml
jogurt naturalny	4 łyżki (gęsty)
natka pietruszki	1 pęczek
Pieprz czarny grubo mielony Prymat	
Papryka słodka mielona Prymat	0,5 łyżeczki
pomidory pelati	400 g
Ziele angielskie całe Prymat	5 ziaren
Liść laurowy suszony Prymat	2 szt.
Zioła prowansalskie suszone Prymat	1/4 łyżeczki
Sól ziołowa jodowana Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Przygotować potrzebne składniki.
- KROK 2 Kielbasę, boczek, pomidory pelati i cebule pokroić w kostkę, ząbki czosnku w plastry. Boczek, cebulę i czosnek podsmażyć na oleju.
- KROK 3 Dodać kielbasę, soczewicę i pomidory.
- KROK 4 Dodać rosół z kury. Doprawić ziele angielskim, liściem laurowym, ziołami prowansalskimi i papryką słodką. Gotować ok. 30 minut, cały czas mieszając.
- KROK 5 Całość doprawić do smaku solą i pieprzem. Podawać z gęstym jogurtem i posiekaną natką pietruszki.