

Soczewica duszona z pomidorami i polską kiełbasą



KUCHAREK_PL



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

soczewica konserwowa	400 gram
kiełbasa wiejska	200 gram
olej rzepakowy	3 łyżki
chudy boczek	100 gram
cebula pokrojona w kostkę	2 sztuki
czosnek posiekany	3 ząbki
pomidory pelati	400 gram
bulion drobiowy	200 mililitrów
gęsty jogurt naturalny	4 łyżki
natka pietruszki	1 pęczek
Ziele angielskie całe Prymat	5 ziaren
Liść laurowy suszony Prymat	2 liście
Papryka słodka mielona Prymat	1/2 łyżeczki
Kmin rzymski mielony Prymat	1/4 łyżeczki

Do smaku:

Pieprz czarny grubo mielony Prymat

Przyprawa do potraw Kucharek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Boczek, cebulę i czosnek podsmażyć na oleju, dodać kielbasę, soczewicę, bulion, pomidory i przyprawy, gotować ok. 30 minut, cały czas mieszając. Całość doprawić do smaku, podawać z gęstym jogurtem i posiekaną natką.

Kucharek radzi:

1. Na jedną szklankę soczewicy potrzebujemy dwóch szklanek wody. Czasem może zdarzyć się, że nieco zbyt dużo wody wyparuje podczas gotowania i wtedy trzeba ją uzupełnić.
2. Pamiętajmy, że soczewicę soli się pod koniec gotowania, a nie na początku. Dzięki temu ziarenka pozostaną miękkie.
3. Warto wiedzieć, że ugotowaną soczewicę można przechowywać w lodówce nawet tydzień.
4. Gwarantem wyrazistego smaku jest oczywiście Przyprawa do potraw Kucharek.