



Flag-gasztró magazin: Lencseleves

2011 január 05. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

A szilveszter/újév elmaradhatatlan fogása! Aki lencsét eszik, az új esztendőben gazdag és szép lesz! S ki ne akarna gazdag és szép lenni? :-)

Hozzávalók:

- 2-3 fej vöröshagyma
- 50 dkg lencse
- 3 szál répa
- 2 szál petrezselyem
- 3-4 szem krumpli
- 40 dkg füstölt tarja
- só, bors, babérlevél
- mustár

Tálaláshoz:

- tejföl
- puha kenyér



A lencsét beáztatjuk főzés előtt - néhány órára vagy akár egész éjszakára.

A zöldségeket megtisztítjuk, megmossuk. A vöröshagymát félfőre, a répát, petrezselymet karikákra, a krumplit kockára vágjuk.

Kevés olajon megfonnyasztjuk a hagymát, rádobjuk a zöldségeket, a felkockázott füstölt húst, a megmosott - lecsepegtetett lencsét. Felöntjük vízzel, és lassú tűzön főzzük. Babérlevéllel, sóval, borssal ízesítjük. Főzés vége előtt nem sokkal adjuk hozzá a krumplit, s kb. 20 perc alatt készre főzzük. 1-2 ek. mustárral ízesítjük, kóstoljuk - ha kell, korigáljuk.

A tányérokba tejfölt kanalazunk, majd a forró levest rámerjük.

Puha kenyérral pompás egytálétel!

Szerző: 5PL

További receptek, információk itt találhatóak:

<http://maxkonyhaja.blogspot.com/>

<http://thechefviki.blogspot.com/>

<http://garffyka.blogspot.com/>



DR. DRÁBIK JÁNOS
100 ÉVVEL TRIANON UTÁN
DVD
A trianoni gyaláztatról tabumentesen

„Egy film amelyet minden magyarnak látnia kell”

Ajánló