

Lentejas con verduras

Prepara esta receta

PREPARACIÓN

Rehogar la cebolla y el ajo picados en una cazuela con el aceite de oliva; añadir el pimiento y el calabacín cortado en cuadraditos, las judías verdes troceadas y el tomate rallado y cocerlo unos minutos.

Agregar las lentejas, la pastilla de caldo disuelta en 1,5 l. de agua hirviendo, el orégano, el laurel y cocerlo a fuego suave hasta que las lentejas estén tiernas.

Sazonarlo con sal y pimienta.

INGREDIENTES

- 250 g de lentejas rápidas (en crudo)
- 200 g judías verdes
- 200 g de calabacín
- 1 cebolla
- 1 tomate
- 1/2 pimiento rojo
- 1 pastilla caldo verduras
- 1 diente ajo
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharada de orégano
- 1 hoja de laurel.