

Čočka se zeleninou

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- čočka 350 g
- cibule 1 ks
- zelená paprika 2 ks
- červená paprika 1 ks
- rajčata 2 ks
- česnek 2 stroužek
- kečup 3 lžíce

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Čočku namočíme na dvě hodiny do studené vody, potom vodu slijeme, čočku zalijeme čerstvou vodou a uvaříme doměkka. Drobně nakrájenou cibuli zpěníme na oleji, vmícháme mletou papriku, po zpěníení hned přidáme na nudličky nakrájené papriky a mrkev, spařená, oloupaná a nakrájená rajčata a krátce osmahneme. Přidáme rozetřený česnek, kečup, několik lžic vody, koření, sůl a vše krátce podusíme. Měkkou čočku scedíme, promastíme lžící oleje, osolíme a lehce promícháme. Rozdělíme ji na talíře, přelijeme připravenou směsí a podáváme s opečenou zeleninou.