

Čočkové ragú

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Kuřecí paličky 8 ks
- Celý bílý pepř dle chuti 1 ks
- Sůl dle chuti 1 ks
- Kari koření 2 lžíce
- Koření garam masala 1 lžíce
- Olivový olej 1 ks
- Řapíkatý celer stonky 4 ks
- Mrkev 2 ks
- Cibule 1 ks
- Červená řepa 1 ks
- Česnek 2 stroužek
- Loupaná rajčata 300 g
- Chilli paprička 1 ks
- Hnědá čočka 250 g
- Červená čočka 100 g
- Koriandr 1 svazek

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Kuřecí paličky omyjeme a očistíme. Pepř rozdrtíme v hmoždíři, smícháme se solí, špetkou kari i

garam masaly a touto směsí kuře ochutíme.

Na pánvi rozpálíme olivový olej a kuřecí paličky na něm opečeme dozlatova, aby se zatáhly. Potom je přendáme do pekáčku a pečeme v troubě při 180°C asi 30 minut.

Zeleninu, včetně horní strany řapíků, opláchneme. Řapíkatý celer nakrájíme na plátky, mrkev s cibulí na půlkolečka, řepu na kostičky. Česnek utřeme se solí.

V hluboké pánvi nahřejeme olej a restujeme na něm mrkev, cibuli a řepu. Přisypeme zbytek koření, promícháme a přilijeme rajčata. Dochutíme nakrájenou chilli papričkou.

Po chvíli přisypeme hnědou čočku a zalijeme 500 ml vody. Pod poklicí dusíme asi 20 minut. Přidáme celer a pokračujeme v dušení. Když je čočka téměř hotová, přidáme červenou čočku a dusíme další 4 minuty.

Nakonec do ragú vložíme upečené kuřecí paličky a vmícháme česnek utřený se solí i nasekané lístky koriandru. Necháme přejít varem a podáváme.