

Rychlá červená čočka s rajčaty

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- olivový olej 1 lžíce
- mletá sladká paprika 1 špetka
- cibule 1 ks
- rajčatový protlak 1 lžička
- mletý pepř 1 špetka
- voda 2 hrnek
- harissa 1 lžička
- červená čočka 2 hrnek
- sůl 1.5 lžička
- rajče 2 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Saudská Arábie

Počet porcí: 4

Postup:

Rajčata spaříme, oloupeme a nakrájíme na malé kousky. Cibuli nakrájíme najemno a osmažíme na olivovém oleji dozlatova, když začíná chytat zlatou barvu, přidáme rajčata. Chvilí mícháme na mírném plameni, pak zalijeme 2 - 3 dl vody. Když začne vřít, přidáme propláchnutou čočku. Přimícháme protlak a můžeme přidat lžičku paprikové pasty (harissa), pokud máme. Přidáme mletou sladkou papriku a špetku pepře. Za občasného míchání vaříme pod pokličkou, dokud není čočka měkká.

Výhodou červené čočky je, že jde rozvařit až na kaši, takže si každý může vybrat podle chuti. Čočka bude uvařená dříve než naše hnědá, hotová bude už za cca 15 minut. Po uvaření vmícháme sůl a dochutíme. Pokud je v čočce moc vody, chvíli ji vaříme bez pokličky, dokud se voda nevyvaří.

Červenou čočku s rajčaty můžeme podávat samostatně nebo i s masem či vajíčkem.