

Link do produktu: <https://www.deesis.com.pl/trs-soczewica-brązowy-naturalna-1-kg-p-5146.html>



TRS Soczewica Brązowy Naturalna 1 kg.

Cena

14.90 zł

Opis produktu

Soczewica Brązowy , bardzo popularna w Indiach i Nepalu. Idealna do przygotowywania zup i dodatków do ryżu.

Delikatna, lekko słodkawa.

Producent TRS

pojemność: 1 kg

Przepis na pyszną zupę z soczewicy, w Nepalu i Indiach nazywany Dal

Przed przygotowaniem soczewice moczyć przez 1 godzinę

Soczewice gotować na wolnym ogniu pod przykryciem, do momentu aż zgęstnieje.

W garnku podsmażyć na oleju najlepiej **kokosowym** drobno pokrojoną cebukę, po chwili dodać sproszkowaną **kolendrę**, **garam masale**, **kmin rzymski mielony oraz curry**, imbir oraz czosnek po szczypcie, dokładnie wymieszać.

dodać pokrojone pomidory oraz doprawić solą podsmażyć około 5 minut, potem dodać do soczewicy, dodać świeżej kolendry lub posiekany szczypiorek.

Smakuje przepysznie.

Mozna taką zupę polać ryż.

SMACZNEGOD

Drugi bardzo prosty przepis:

Ugotować soczewice, aż będzie gęsta, potem dodać 1/2 pomidora pokrojonego, dodać soli do smaku

Podgrzać olej lub masło na patelni

kiedy olej jest gorący dodać 2 ząbki posiekanego czosnku,

smażyć dopóki nie będzie zółto brązowy i dodać curry, według uznania można dodać zielone chili posiekane.

podsmażone przyprawy dodać do soczewicy dokładnie wymieszać.

Tak przygotowaną potrawę można spożywać jak zupę krem, lub polać nią ryż

Smacznego jeszcze raz...