

Link do produktu: <https://www.deesis.com.pl/trs-soczewica-czerwona-500g-p-4269.html>



TRS Soczewica czerwona 500g.

Cena

9.00 zł

Opis produktu

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

Delikatna, lekko słodkawa.

Producent TRS

pojemność: 500 gram

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 cebulkę, 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 podsmażać około 5 minut, potem dodać do soczewicy, dodać świeżej kolendry lub posiekany szczypiorek.

Smakuje przepysznie.

Mozna taką zupą 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 złoto 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...