



RECEPTA

NOM

LLENTILLES Amb
Quinoa

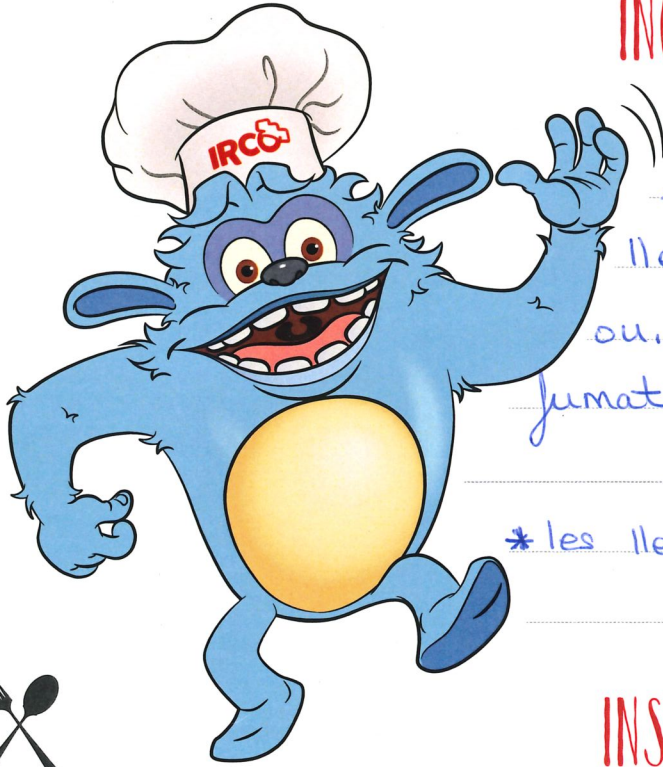
COMENSALS



INGREDIENTS

1 tomaca de la pereta,
1 ceba, 1 creïlla, 2 carlotes,
llentilles,* quinoa, pernil a taquets,
ou, oli d'oliva, sal, pebre roig dolç
fumat, aigua.

* les llentilles poden ser sense pell.



INSTRUCCIONS

1. Ratllem la tomaca de la pereta i la ceba i sofregim.
2. Tallem la carlota i la creïlla a trocets i ho afegim al sofregit amb un pessiquet de sal i el pebre roig dolç fumat. Acabem de sofregir.
3. Rentem la quinoa i les llentilles i ho barregem amb la resta d'ingredients. Li peguem dues voltetes i afegim l'aigua.
4. Deixem coure a foc mitjà uns 25 minuts.
5. D'altra banda, sofregim el pernil a Taquets amb un ratllet d'oli d'oliva. El traquem i el deixem que solte l'oli en un plat amb paper de cuina.
6. Amb eixe oli i un poquet més que n'afegirem, fregirem els ous.
7. Quan servim les llentilles, repartirem el pernil al damunt i caramellarem el plat amb l'ou.

