



## Curry de lentejas

**Ingredientes** - Para 4 persona(s)

- 340 g de *Lenteja, seca, pequeña*
- 1 Ud. de *Cebolla*
- 2 Ud. de *Ajos*
- 1 Ud. de *Alcachofa*
- 1/4 Ud. de *Calabacín*
- 1/4 Ud. de *Pimiento rojo*
- 1 Cucharadita(s) de *Cúrcuma*
- 1 Cucharadita(s) de *Aji*
- 1 Cucharadita(s) de *Garam masala*
- 3 Ud. de *Chile, rojo*
- *Agua*
- 5 Ud. de *Cardamomo*

### Preparación

Paso 1 - Cortar las verduras

Como de costumbre empezaremos lavando y cortando todas las verduras.

Paso 2 - Empezar el salteado

Empezaremos preparando la base del curry, es decir, el sofrito de verduras. En primer lugar pondremos un chorrito de aceite en una cazuela y cuando este caliente saltearemos los ajos.

Paso 3 - Pochar la cebolla

Cuando el ajo este bien doradito añadiremos la cebolla y la haremos a fuego medio poquito a poquito.

Paso 4 - Sofreír el resto de verduras

Cuando la cebolla este en su punto añadiremos en la misma cazuela el resto de verduras y las dejaremos 2 o 3 minutos.

Paso 5 - Añadir las especias

Ahora añadiremos las especias y el chile. Si no os gusta muy picante poned menos chile o simplemente no le pongáis. Cuando añadáis las especias echadle un poquito de agua al sofrito para que no se quemen.

Paso 6 - Cocer las lentejas



## Recetus - Curry de lentejas

Tu comunidad de cocina  
recetus.com

---

Cuando veáis que las especias ya se han mezclado bien con las verduras añadid el agua. Mas o menos 3 dedos por encima del nivel de las verduras.

A continuación añadid las lentejas y dejadlo a fuego medio durante 30 o 35 minutos.

Y ya solo quedará emplatar y prepararnos para comer estas lentejas que nos harán entrar en calor! Y si teneis mas ganas de comer curry podeis acompañarlo con este magnifico [Estofado al curry](#)

**Nota:** yo he usado una lenteja pequeña que no hace falta dejarla en remojo, pero dependiendo del tipo de lenteja tardara mas o menos en hacerse.