



przepisy.pl

Sałatka z soczewicy z warzywami



 10 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- soczewica zielona lub brązowa - 150 gramów
- Bulion na włośczyźnie Knorr** - 1 sztuka
- marchewka - 1 sztuka
- pieczarki - 100 gramów
- fasolka szparagowa - 100 gramów
- cytryna - 1 sztuka
- oliwa do podsmażenia pieczarek - 2 łyżki
- oliwa z oliwek do sałatki - 3 łyżki
- Pieprz czarny z Wietnamu mielony Knorr** - 1 szczypta
- natka pietruszki - 1 sztuka

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Soczewicę wypłucz pod zimną, bieżącą wodą. Przełóż do garnka, dodaj kostkę rosółową Knorr i około 400 ml wody. Całość gotuj pod przykryciem około 30 minut aż soczewica zrobi się miękka i wchłonie bulion. Na koniec soczewicę przecedź, usuwając nadmiar bulionu.
2. Marchew obierz, pokrój w talarki, fasolkę w 2-3 cm kawałki, a grzyby pokrój w ćwiartki. Pokrojone grzyby usmaż na dwóch łyżkach oliwy. Fasolkę i marchew ugotuj w wodzie do miękkości – wystudź.
3. W misce wymieszaj oliwę z sokiem z cytryny, dodaj wszystkie składniki. Całość dopraw pieprzem i posiekaną natką pietruszki do smaku.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl