



przepisy.pl

Wegańskie pulpety z soczewicy



 50 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- cebula - 1 sztuka
- ząbek czosnku - 1 sztuka
- oliwa z oliwek - 3 łyżki
- Mieszanka ziół i przypraw Curry Knorr** - 3 łyżki
- czerwona soczewica - 150 gramów
- płatki owsiane - 50 gramów
- mleko kokosowe - 200 mililitrów
- Bulion na włośczyźnie Knorr** - 1 sztuka
- limonka - 1 sztuka

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

Sposób przygotowania:

1. Czosnek i cebulę posiekaj. Smaż w szerokim rondlu z łyżką oliwy. Po chwili smażenia dodaj soczewicę.
2. Następnie wsyp 2 łyżki przyprawy Curry Knorr, smaż jeszcze 1 minutę i wlej 250ml. Całość gotuj pod przykryciem ok 10-15 minut, aż większość płynu wyparuje.
3. Następnie zdejmij soczewicę z ognia, dodaj płatki owsiane, wymieszaj i ostaw na kolejne 10 minut.
4. Teraz z soczewicy zrób ok 24 kulek przypominających pulpety i smaż je na patelni z pozostałą oliwą ok 8 minut z każdej strony, następnie odstaw je w ciepłe miejsce.
5. Na tej samej patelni na której smażyły się pulpeciki wlej mleko kokosowe i dodaj 200ml wody oraz kostkę Knorr i pozostałą przyprawę Curry. Gotuj kilka minut aż sos zgęstnieje. Pulpeciki z soczewicy podawaj z sosem skropione sokiem z limonki.

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