

Makaron z soczewicą

data aktualizacji: 2024.05.01 autor: Redakcja



Składniki:

- 400 ml [bulionu](#)
- 2 puszki pomidorów krojonych
- 200g zielonej soczewicy
- 1 cebula
- 1 por
- 3 ząbki czosnku
- 2 łyżeczki oliwy
- 2 łyżeczki octu z białego wina
- sól
- pieprz
- bazylia
- oregano
- makaron pełnoziarnisty (po jakieś 50-60 g na osobę)

Wykonanie:

W dużym garnku rozgrzać oliwę, wrzucić na nią posiekany czosnek, cebulę i pokrojonego w plasterki pora. Smażyć ok. 15 minut, aż warzywa zaczną brązowieć. Wtedy dodać bulion, ocet, pomidory krojone, soczewicę, bazylię, oregano i około 100 ml wody, doprowadzić do wrzenia, zmniejszyć gaz do średniego i dusić około 45 minut, częściowo przykryte, mieszając co jakiś czas.

Po upływie tego czasu zagotować wodę na makaron i ugotować go zgodnie z instrukcją.

Sos doprawić solą i pieprzem, dusić jeszcze 10 minut, mieszając. Jeśli sos jest niewystarczająco gęsty, zdjęć z garnka pokrywkę i zwiększyć gaz.

Do sosu możesz wlać kilka łyżek mleka, będzie bardziej aksamitny.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/38313-makaron-z-soczewica>