Ensalada de Lentejas por Margarita Bernal



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Caldo de verduras: 250 cc
Comino: 1 cda
Piñones tostados: 2 Unidades
Lentejas: 250 grs
Miel: 2 cdas
Remolacha: 1 unidad
Aceite De Oliva: 250 cc
Zanahoria: 8 Unidades
Albahaca: 1 Puñado
Agua: 50 cc
Jugo de mandarina: 2 cdas
Jamòn crudo: 6 Fetas
Portobellos: 6 Unidades
Sal y Pimienta: c/n
Vinagre Balsámico: 2 cdas

Preparación de la Receta

- Remojar las lentejas durante 8 horas, colar y cocinar con agua y caldo hasta que estén tiernas.
- Colar y reservar.
- Cocinar las remolachas en cubos envueltas en papel aluminio y rociadas con el *vinagre* balsámico hasta que estén tiernas.
- Cortar las zanahorias al largo por la mitad y en una sartén caliente con un poquito de aceite de oliva cocinar los portobellos
- Cuando doren agregar las zanahorias, la miel, el *comino* y cocinar.
- *Condimentar* con sal.
- En una sartén a fuego bajo cocinar las láminas de *jamón* hasta que doren y se deshidraten, deben quedar crocantes.
- En una fuente amplia acomodar las zanahorias, los portobellos, las remolachas los tomates, el queso y las lentejas.
- *Condimentar* con el aceite de *albahaca*.
- Decorar con los piñones y trozos de *jamón* crocantes.

Vinagreta

- Procesar en la licuadora el aceite, el *jugo* de *mandarina*, sal, pimienta y *albahaca*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-lentejas-por-margarita-bernal