

Pulпитos con lentejas rojas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Sal: A gusto

Pulпитos: 12 Unidades

Apio: 2 Ramas

Cebolla: 1 Unidad

Laurel: 2 Hojas

Zanahoria: 1 Unidad

Guarnición

Sal: A gusto

Aceite De Oliva: A gusto

Lentejas rojas: 500 g

Endibias: 4 Unidades

Caldo de verduras: Cantidad necesaria

Varios

Hojas verdes:

Apio: A gusto

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- Limpie los pulpos, elimine la boca y los ojos.
- Corte la *cebolla*, la *zanahoria* y el *apio* en cubos.
- En una *cacerola* con abundante agua cocine las verduras con el *laurel* y sal.
- Sumerja los pulpos durante unos segundos, tres veces en la preparación con las verduras.
- Finalmente deje cocinar durante 30 minutos.

Guarnición

- Cocine las lentejas en el caldo durante 15 minutos.
- Cuele y aderece con sal y aceite de oliva.

- Corte las endibias en octavos.

Presentación

- Sirva las endibias en el costado de un plato, encima unas hojas verdes dándole volumen, en los costados las lentejas y los pulpos tibios encima.
- Decore con juliana de *apio*. Rocíe con aceite de oliva.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pulpitos-con-lentejas-rojas>