

Linsegryde med Bønner & Peberfrugt

Tilberedelsestid: ca. 45 min.

Ingredienser:

	DET INDEHOLDER KASSEN
400 g	Grønne linser
1 ds	Hakkede tomater, øko
4 stk	Løg
2 stk	Peberfrugter
2 stk	Gulerødder, øko (stk)
4 stk	Laurbærblad
3 fed	Hvidløg
4 tsk	Paprika mix (røget paprika & paprika)
2 ds	Black eyed bønner
4 stilke	Bladselleri
	DET SKAL DU SELV HAVE
10 dl	Vand (dl.)
	Olie
	Salt & Peber

Tilberedning:

Dette er en klassisk spansk ret. Den spises især i det nordlige Spanien på kolde vinterdage.

Pil løget og skær det i fine tern. Hak hvidløget fint.

Varm lidt olie i en tykbundet gryde og tilsæt løg og hvidløg. Svits dem let ved middelvarme uden at de tager farve.

Skyll linserne grundigt under koldt vand. Tilsæt nu linserne samt vand og salt. Bring det i kog.

Gulerødder skrælles og skæres i fine tern af ca. 2 x 2 cm. Peberfrugten renses og skæres i tern.

Bladselleri skylles og skæres i tynde skiver.

Når linserne koger, tilsættes bladselleri, gulerødder, laurbærblad samt paprika, peberfrugt, bønner og tomater.

Bring det hele i kog igen. Når det koger sænkes varmen og lad retten simre i ca. 30-35 minutter til linserne er møre.

Smag til med salt og peber.

Servér evt. linsegryden med et stykke ristet grovbrød til.

Velbekomme.