



CREMA DE LENTEJAS Y SETAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 200 g de lentejas secas
- 150 g de setas
- 1 diente de ajo
- 5 g de pimentón dulce
- 40 g de aceite de oliva
- sal

LA PREPARACIÓN

- Si las lentejas son secas, dejar en remojo la noche anterior.
- Poner las lentejas en una cazuela con 3 vasos de agua y 1 diente de ajo. Cocer hasta que estén tiernas.
- Poner un poco de aceite en una sartén y cuando esté caliente, añadir una cucharada de pimentón. Remover y verter enseguida en la cazuela de las lentejas.
- Calentar de nuevo las lentejas, hasta que vayan espesando (remover de vez en cuando para que no se quemen).
- En la misma sartén, saltear las setas con un poco de aceite. Salar, añadir un poco de perejil y triturarlas bien.
- Pasar las lentejas por el pasapurés (si es necesario, pasar por el chino para que quede más suave).
- Servir poniendo en un plato la crema de lentejas y por encima la



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 21.1 g	Grasas 11.4 g
Kcal 259	Proteínas 13.1 g

crema de setas (esta receta debe
servirse bien caliente)