

Crema de LENTEJAS AL CURRY

Ingredientes:



200 g de lentejas



½ pimiento rojo



2 zanahorias



1 cebolla



2 c.s. nata para cocinar



Laurel



Curry al gusto



Sal



picatostes de pan



1 c.s. pimentón dulce

Preparación:

- Pela y corta las hortalizas.
- Echa 1,5 litros de agua en la olla del AutoCook. Añade las lentejas, el laurel, la sal, las zanahorias, el pimiento, la cebolla y el pimentón dulce. **Cierra la tapa.** Selecciona el programa **Legumbres** y la opción **Corto**, ajustando el tiempo a 60 minutos. Si seleccionas la función cocción exprés en el AutoCook Pro: bloquea la tapa con el botón giratorio. Ajusta el tiempo a 30 minutos. Pulsa el botón de **Inicio**.
- Cuando finalice el programa, abre la tapa y pasa las lentejas a otro recipiente. Tritúralas junto con nata.
- Adereza la crema con curry y sirve con picatostes de pan y un poco de nata.

Consejo de Bosch:

Para ahorrar tiempo, se puede utilizar lentejas de bote.

RACIONES 5

Programa: Legumbres corto

Calorías por ración: 96 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 60 min.

AutoCook Pro - 30 min.

