

Picadillo de *Lentejas*



4
Porciones



40
Minutos



260
Calorías por Porción

Ingredientes

- 2 tazas de lentejas cocidas
- 1 taza de chícharos
- 2 zanahorias
- 1 taza papa
- 2 dientes de ajo
- 4 jitomates
- 1/2 taza cebolla picada
- 1 taza de agua potable
- 1 cucharada de aceite

Preparación

Licuar un diente de ajo, los jitomates y la mitad de cebolla con el agua. Sofreír el resto de ajo, agregar la cebolla. Dejar que se ponga transparente e incorporar las verduras y la papa. Agregar la mezcla de jitomate cuando las zanahorias y papas estén suaves. Añadir las lentejas y dejar cocinar hasta que el líquido se consuma.

¡Disfruta!

Fuente: Piloncillo y Vainilla



1CINyS



CINyS.INSP



1CINyS



CINyS

