

LENTEJAS CON ARROZ Y SALCHICHAS

INGREDIENTES

Sofritos:

50 g de aceite de oliva virgen, extra.

100 g de cebolla

2 dientes de ajo

50 g de pimiento rojo

50 g de pimiento verde

Resto

300 g de lentejas (en remojo del día anterior)

100 g de arroz

1 hoja de laurel grande

1 cucharada de pimentón

1 cucharadita de cominos

1 litro de agua

2 pastillas de caldo o sal

6 salchichas de pollo troceadas

PREPARACIÓN

Eche el aceite en el vaso del Thermomix y programe 3 minutos, 100°, velocidad 1. Añada las salchichas troceadas y rehóguelas programando 3 minutos, 100°, velocidad 1. Retírelas del vaso dejando el aceite dentro del mismo. Reserve.

Ponga las verduras del sofrito en el vaso y trocéelas 6 segundos En velocidad 3 1/2. Ponga la mariposa en las cuchillas y programe 5 minutos, 100°, velo 1. Añada el pimentón, las pastillas de caldo, la hoja de laurel y los

cominos y programe 1 minutos, 100°, velocidad 1. Añada el agua y las lentejas bien escurridas del agua de remojo. Programe 20 minutos, 100°, velocidad 1.

Cuando acabe, incorpore el arroz y las salchichas, y programe 11 minutos, temperatura Varoma, velocidad1 (ponga el cestillo sobre la tapadera para evitar salpicaduras). Por último, rectifique la sazón y sírvalas de inmediato muy calientes.