

ZUPPE E MINESTRE

# Lenticchie e frumento con Kishik

LUOGO: *Asia / Siria*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *molto bassa*    REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



## INGREDIENTI

- 2 tazze di lenticchie e frumento
- 1 cipolla
- 2 cucchiari di burro
- 1 tazza di Kishik
- 2 tazze d'acqua

## PREPARAZIONE

- 1 Saltate la cipolla nel burro fino a che sia trasparente, aggiungete il kishik e miscelate bene. Aggiungete l'acqua e mescolate amalgamando bene il tutto. Aggiungete 2 tazze di lenticchie e frumento cotti e continuate a miscelare per 2 minuti a fuoco medio.

## NOTE

Il Kishik è una combinazione di formaggio di yogurt, frumento macinato e spezie. Il composto viene essiccato, macinato e setacciato fino ad ottenere una polvere fine. Può essere acquistato a peso nei

negozi di articoli medio-orientali.