

ZUPPE E MINESTRE

# Zuppa di lenticchie rosse

LUOGO: Asia / Pakistan

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



## INGREDIENTI

- 3 cucchiaini di burro chiarificato o olio vegetale
- 1 cipolla media tritata
- 12 grani di pepe
- 4 foglie di alloro sbriciolate
- 3  $\frac{3}{4}$  tazze di brodo vegetale
- 200 g di lenticchie rosse lavate
- 2 cucchiaini di prezzemolo fresco tritato
- 3 peperoncini rossi piccanti secchi e senza semi
- sale
- 1 pezzo di zenzero da 1 cm grattugiato

## PREPARAZIONE

- 1 Scaldate il burro chiarificato o l'olio a fuoco basso, aggiungetevi la cipolla e cuocetela fino a che si ammorbidisca, mescolando occasionalmente. Aggiungete i grani di pepe e le foglie

di alloro e cuocete per 5 minuti.

Aggiungete, ora, il brodo, 1 tazza d'acqua, le lenticchie, il prezzemolo, i peperoncini e il sale. Cuocete tutto a fuoco medio per 10 minuti e quando la zuppa inizia a bollire, aggiungetevi lo zenzero e continuate la cottura per altri 10 minuti mescolando. Servite la zuppa calda e le lenticchie dovrebbero essere morbide.