

ANTIPASTI E SNACK

Purè di lenticchie

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *60 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

LENTICCHIE 500 gr

PATATE 2

CIPOLLE 1

ALLORO 1 foglia

BURRO 30 gr

SALE

PEPE NERO

Il purè di lenticchie è un modo veloce e diverso dal solito per proporre in tavola queste preziose alleate della dieta. Ottimo da spalmare sul pane caldissimo e croccante, ma anche per essere consumato un grissino dietro l'altro!

PREPARAZIONE

1 In una casseruola, lessare le lenticchie, con la cipolla, le patate e la foglia d'alloro, a fine

cottura, togliere la foglia d'alloro e passare tutto al passaverdura. Rimettere la purea nella casseruola, aggiungere il burro e proseguire la cottura per altri 15 minuti, insaporire di sale e pepe. Servire il pure ben caldo.