Soczewica z owocami

Dodano: 2000-01-01 00:00:00
Język: Polski
Odwiedzono: 1963 razy.

Porcja dla 6 osob. Czas przygotow. 2 godz. 15 min.

400 g suchej soczewicy,

2 l wody,

250 g boczku,

250 g paprykowanej kielbasy,

500 g krupniokow,

4 plastry wedzonki wieprzowej,

2 zabki czosnku,

1 cebula,

2 plastry swiezego ananasa,

1 twardy banan,

6 cebulek dymek,

2 lyzki oleju,

1 lyzeczka soli,

1/2 lyzeczki zmielonego pieprzu.

1. Soczewice zalac goraca woda i odstawic na 30 min. Boczek oplukac, osuszyc,

pokroic w kostke. Kielbase pokroic w plastry. Krupnioki pokroic na kawalki.

2. Czosnek i cebule obrac, oplukac. Czosnek rozetrzec, a cebule pokroic na plasterki. Banan obrac, pokroic na plasterki. 2 plastry swiezego ananasa pokroic na male kawalki. Dymki oplukac.

3. Soczewice odcedzic. W garnku zagotowac 2 l wody. Wrzucic soczewice, zmniejszyc ogien i gotowac pod przykryciem 45 min. Odcedzic i zachowac 500 ml wywaru.

4. Do garnka wrzucic boczek i smazyc 2 min. Wrzucic kielbase i smazyc 3 min.

Dodac czosnek i cebule. Smazyc dalsze 3 min. Wsypac soczewice, wlozyc plasterki banana i kawalki ananasa. Dodac sol, pieprz i dusic na malym ogniu 5

min. Wlac 500 ml wywaru z gotowania soczewicy. Wrzucic dymki, nakryc garnek

i gotowac na malym ogniu 30 min.

5. Na patelni rozgrzac olej, wrzucic wedzonke i smazyc 3 min z kazdej strony.

Wyjac z patelni, a na oleju smazyc 2 min krupnioki. Wedzonke i krupnioki

wrzucic do garnka z soczewica i gotowac pod przykryciem 5 min. Podawac gorace.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 16 "Kuchnia meksykańska", strona 36.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)