

---

# Zupa z soczewicy

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3868 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 15 min.

180 g czerwonej soczewicy,

1 łyżka oliwy lub sklarowanego masła,

1 cebula,

woda,

sol, pieprz.

Ta`Leya:

2 ząbki czosnku,

1 łyżeczka oliwy lub sklarowanego masła,

1 łyżeczka sproszkowanego kminku.

1. Soczewice przebrac, a następnie wyplukac pod biezaca woda.
2. Oliwe wlac do duzego garnka i postawic na srednim ogniu.
3. Cebule drobno posiekac, przelozyc do garnka i podsmazyc na zloty kolor.
4. Soczewice dodac do cebuli, wymieszac, a nastepnie zalac taka iloscia wody, aby zakryla soczewice na 3 cm powyzej jej poziomu. Doprowadzic do wrzenia, zmniejszyc ogien i czesciowo zakryc garnek. Gotowac, az soczewica bedzie miękka (ok. 30 min.). Stara soczewica wymaga dluzszego gotowania.
5. łyżka cedzakowa wyjac soczewice, pozostawiajac wywar w garnku. Zmiksowac soczewice i z powrotem przelozyc do garnka. Jesli potrzeba dodac wode, aby uzyskac konsystencje zupy kremowej.
6. Przygotowac ta`leye. Czosnek drobno pokroic. Rozgrzac 1 łyżke oliwy lub masła na patelni. Dodac czosnek i lekko przyrumienic. Nastepnie dodac kminek, uwazajac aby go nie przypalic, wymieszac. Polaczyc z zupa, przyprawic sola, pieprzem i gotowac jeszcze przez 15-20 min. Zupe podawac goraca.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 15 "Kuchnia arabska", strona 38.

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