

SOPA DE LENTEJAS CON ESPINACAS

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 25 minutos

Salen 6 platos



Ingredientes:

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Media cebolla, picada
- 2 zanahorias, peladas y picadas
- 2 tallos de apio, picados
- 4 dientes de ajo, triturados
- 2 cucharadas de pimentón ahumado
- ½ cucharadita de comino en polvo
- ½ cucharadita de cúrcuma
- ½ cucharadita de ajo en polvo
- ½ cucharadita de cebolla en polvo
- ¼ cucharadita de pimienta
- 1 ½ tazas de lentejas rojas, enjuagadas
- 6 tazas de caldo de verduras
- 1 lata de 14 onzas de leche de coco, entera
- Espinacas frescas
- 2 cucharaditas de sal (un poco más)
- Jugo de un limón

Instrucciones

1. En una olla grande, calienta el aceite de oliva a fuego medio, agrega la cebolla, la zanahoria y el apio; saltea hasta que se ablanden, unos 5-10 minutos.
2. Agrega el ajo, las especias y las lentejas, revuelve para combinar y deja que permanezca en el fuego durante solo un minuto hasta que el ajo comience a oler.
3. Agrega el caldo, deja que hierva; coloca la tapa parcialmente en la olla y cocina a fuego lento durante 10 minutos, revolviendo una o dos veces durante el tiempo de cocción.
4. Agrega la leche de coco, las espinacas, la sal y el jugo de limón. Sirve con **Pan Socca** o **Pan Naan** o algún otro pan plano. ¡Buen provecho!

Notas:

*Las lentejas rojas son de más rápida cocción, por eso son mejores para esta receta. No he probado esta receta con otras lentejas.

www.unapizcadeluna.com