

¿LENTEJAS CON MILANESA O CON HUEVO?

Porción: 4 – 5 personas

Dificultad: Media

Tiempo: 30 minutos

¿Qué necesitarás para las lentejas con milanesa?

1 kg de lentejas

1 cebolla picada

1 cucharada de ajos

2 cucharadas de ají amarillo

6 cabanossi

Milanesa:

10 filetes de pollo

3 huevos

½ cucharada de mostaza

3 cucharadas de leche

1 cucharada de sillao

Orégano molido

1 bolsa de pan molido

PREPARACIÓN LENTEJAS CON MILANESA:

1. Remojar las lentejas durante media hora con una cucharada de sal.
2. Lavar bien las lentejas y ponerlas a cocinar.
3. Aparte, calentar el aceite para hacer el aderezo. Dorar la cebolla y agregar ajos, ají amarillo y cabanossi.
4. Agregar las lentejas a la olla donde está el aderezo, agregar agua y esperar su cocción.
5. Servir con arroz blanco.

PREPARACIÓN DE MILANESA:

1. Mezclar un huevo ligeramente batido con sal, pimienta, orégano, mostaza, ½ cucharadita de vinagre, una pizca de sillao y leche.
2. En esa mezcla, marinar los filetes de pollo y pasarlo por panko o pan molido.
3. Calentar el aceite y freír los filetes.

Receta de Micaela Olivos.

¿Qué necesitarás para las lentejas con huevo?

1 kg de lentejas

1 kg de huevo

¾ de cebolla

¾ de tomate

2 soles de tocino

Culantro

Ají amarillo

Pimienta

Comino
Ajos
1 sillao
1 vinagre

PREPARACIÓN LENTEJAS CON HUEVO:

1. Sancochar las lentejas con un pedazo de tocino.
2. Calentar aceite en una olla aparte. Echar los ajos y luego la cebolla.
3. Agregar sal, pimienta y comino. Añadir tomate, ají amarillo, ají panca y tocino.
4. Echar las lentejas a la olla del aderezo y mover.
5. Remojar pan y echarlo a las lentejas poco antes de que estén cocidas.
6. Mientras se esté cocinando, rectificar la sal.
7. Servir las lentejas con arroz blanco.
8. Freír huevo a la inglesa y agregarlo al plato servido.

Receta de Carmela Fuentes.