Салат из чечевицы

Рецепт от V-ZUG AO



Приготовление	15 Mins
Время простоя	12 Hrs
Время приготовления	15 Mins
Порции	4
прибор	CombiSteamer V6000 PowerSteam с 2022 года

с морковью и марокканскими пряностями

Чечевица

200 г черной чечевицы

600 мл воды

Салат

замоченная чечевица, без жидкости

500 г моркови (например, оранжевой, желтой, фиолетовой), очистить, нарезать ломтиками толщиной по 5 мм

3 зубчика чеснока, измельченных

3 ст. л. оливкового масла

2 ст. л. белого винного уксуса

100 мл воды

2 ч. л. копченой молотой паприки (например, Pimentón de la Vera)

1 ч. л. молотого кориандра

1 ч. л. смеси гарам-масала

½ ч. л. кайенского перца

немного соли

немного перца

Украшение

½ пучка кориандра, измельченного

½ пучка гладколистной петрушки, крупно порубленной

Чечевица

Выложить чечевицу в миску, залить водой, оставить в холодильнике замачиваться на примерно 12 часов.

Салат

Хорошо перемешать все ингредиенты в фарфоровой форме.

Поставить фарфоровую форму на закаленный стеклянный лоток в камеру на средний уровень. Готовить в режиме интенсивного теплого воздуха с увлажнением при температуре 200 °C в течение 15 минут.

Украшение

Дать салату немного остыть, добавить зелень. Подавать блюдо чуть теплым.

Шаги приготовления

Интенсивный теплый воздух с увлажнением 200 °C в течение 15 Mins

Аксессуары

Фарфоровая форма емкостью ок. 2 л

Стеклянный лоток закаленный

Дополнительная информация

Составлен	05.09.2023