



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Картошка с чечевицей

Mercimekli Patates



6 средних картофелин
1 стакан зеленой чечевицы
1 крупная луковица
1 ст.л. томатной пасты
2 шт. зеленого тонкого перца
4 стакана воды
¾ стакана растит. масла
1 ч.л. соли

- # На ночь чечевицу помыть и залить 4 стаканами чистой воды. На следующий день сварить в той же воде.
- # Лук мелко порезать и пассировать $\frac{3}{4}$ стакана растит. масла до золотистого цвета.
- # Добавить томатную пасту и мелко порезанный перец, пассировать пока перец станет мягким. Затем добавить сваренную чечевицу и соль, готовить еще 5 минут, снять с огня.
- # Картофель почистить помыть, порезать полукольцами. Положить в широкую кастрюлю и сверху выложить чечевицу.
- # Закрыть крышкой и на среднем огне готовить 30 минут.
- # Подавать горячим.

Если добавить 1 ч.л. тмина когда варится чечевица, можно предотвратить желудочные и кишечные газы.