



Ingredientes para hacer Lentejas (para 4 personas):

- 375 gramos de lentejas
- 1 litro y medio de agua
- 100 gramos de chorizo
- 1 pimiento verde italiano (de los de freír)
- 1 tomate maduro
- 1 zanahoria grande
- 1 hoja de laurel
- 1 patata (de unos 150 gramos)
- 150 gramos de cebolla
- 2 dientes de ajo
- 50 ml de aceite
- 2 cucharadas pequeñas de sal
- 1 cucharada pequeña y rasa de pimentón dulce

Receta para hacer Lentejas (para cuatro personas):

1. Pela la **zanahoria** y [córtala a cuadrados](#). Pela la **patata** y córtala en trocitos pequeños. Corta el **chorizo** en rodajas de 1 cm o si prefieres pícalo a trocitos. Reserva todo para más tarde.
2. Pon las **lentejas** en un escurridor y mételo bajo el chorro del grifo para enjuagarlas bien. Después echa las lentejas en una olla y añade **un litro**

de agua, un **pimiento verde** con un corte largo en la punta, un **tomate** cortado a la mitad y una **hoja de laurel**.

3. Pon a calentar la olla a fuego medio fuerte y **cuando esté casi a punto de hervir baja el fuego** y añade la **zanahoria**, la **patata** y el **chorizo** que teníamos reservado y una cucharada y media (de las pequeñas) con **sal**.
4. **Remueve bien el fondo de las lentejas** para que no se agarren y a partir de ahora deja a fuego medio durante **45 minutos o una hora y cuarto**. La duración de la cocción dependerá de la lenteja y de la dureza del agua (cantidad de minerales) así que pasado los primeros 45 minutos tendrás que vigilar si las lentejas ya están blandas o necesitan más tiempo. Si ves que te estás quedando sin agua y las lentejas todavía no están tiernas añade un poco más de agua y listo
5. Mientras se hacen las lentejas **vamos a preparar un sofrito para darles más sabor y para engordar el caldo de las lentejas**.
6. Lo primero es pelar la **cebolla** y picarla en trozos pequeños. Pela los **ajos** y córtalos en rodajas.. Ahora pon **en una sartén con 50 ml de aceite (5 cucharadas) la cebolla y el ajo**. Deja a fuego medio que se pochén y cojan un poco de color (pero que no se quemén).
7. Cuando el sofrito tenga un tono dorado apaga el fuego y aparta la sartén (para que no siga calentándose aún con el fuego apagado). Añade a la sartén fuera del fuego una cucharada pequeña y rasa de **pimentón dulce**, remueve durante 15 segundos y luego añade **150 ml de agua**. Remueve bien y échalo todo en el vaso de la trituradora y tritura hasta que quede una pasta uniforme.
8. Añade esta pasta a las lentejas y mezcla bien. **Deja al fuego hasta que las lentejas estén tiernas y el caldo estén bien espeso** (recuerda que serán unos 45 minutos o una hora y cuarto desde que pusimos las lentejas a fuego medio).
9. Pasado este tiempo **quita el pimiento, la hoja de laurel y el tomate**. Prueba de sal por si te gustan más sabrosas y si es necesario añade una pizca más. Y listo, **fuera de la cocina y a comer!!!**

A comer:

Supongo que te habrás dado cuenta de que esta **receta de lentejas** es para cuatro y no para dos como normalmente suelen ser las recetas del blog. El caso es que si sois dos en casa es una pena preparar un potaje para sacar solo dos platos. Ya que te metes en la cocina es mejor preparar cuatro platos, te comes dos y congelas el resto para la semana que viene o la siguiente. **Así te ahorras preparar una comida y ahorras en gastos!!**

No dejes que hierva el agua, el movimiento de ésta pelaría las lentejas y no presentarían muy buen aspecto.

No es bueno remover demasiado las lentejas porque se deboran con facilidad pero de vez en cuando hay que darles un meneito (sobre todo por abajo) para que no se nos peguen.

La receta más tradicional de las lentejas caseras suele ser la de **lentejas con chorizo**, pero si le añades una morcilla al potaje ya te digo yo que te va a quedar de lujo, eso sí, añadiendo algunas calorías más a la receta.

Por último comentaros que hay quien gusta de pasar por la batidora el pimiento y el tomate al final del todo y añadirlo al caldo de las lentejas, yo personalmente prefiero el sabor de las lentejas sin éste último puré, tú como siempre a tu gusto

Un saludo cocineros y cocineras.

PD: Fotografía original de [Javi Recetas](#), si quieres usar esta imagen lee las condiciones de la [licencia](#)

Esta receta se publicó originalmente en www.javirecetas.com el 5 de Abril de 2010. Puedes encontrar la receta actual aquí: <https://www.javirecetas.com/lentejas-receta-de-lentejas/>