

Lentilas com molasses de granada e um delicioso tahini de limão

Essas lentilas doce-e-azedas são iguais à delícia, e você definitivamente deve fazê-las, mas o verdadeiro destaque aqui é o tahini de limão batido, mostrado para mim pela chef vegetal Kali Jago – agora é meu condimento favorito. Em resumo, o tahini pode se transformar **ptc cbet** uma coisa cremosa e deliciosa, que, como maionese, não é sólido ou líquido, e é maravilhoso regar, independentemente. Diferentemente da maionese, no entanto, é fácil de fazer: você apenas precisa emulsioná-lo com água e óleo pressionando o botão "ligar" **ptc cbet ptc cbet** licador de alimentos.

Ingredientes

- Azeite extra-virgem de oliva
- 2 cebolas marrons
- 4 dentes de alho
- Sal marinho grosso
- 2 troncos de talos de salsa
- ¼ de colmo de canela **ptc cbet** pó
- 2 colheres de chá de cominho **ptc cbet** pó
- ½ colher de chá de cardamomo **ptc cbet** pó
- 340g de lentejas marrons
- 3 colheres de sopa de molasses de romã
- 1 colher de chá de agulha picante alemã
- 30g de salsa plana
- 120g de tahini
- 1 ½ colheres de sopa de suco de limão

Instruções

1. Coloque seis colheres de sopa de azeite **ptc cbet** uma grande panelinha **ptc cbet** uma fonte média e, quando quente, adicione as cebolas, os alhos inteiros e uma colher de chá de sal. Misture para combinar, **ptc cbet** seguida, cozinhe, mexendo ocasionalmente, por 25 minutos, até ficar dourado, reduzido e marrom. Transfira metade da mistura de cebola para um pequeno tigela, e deixe o restante na frigideira com o óleo.
2. Enquanto as cebolas estão cozinhando, comece a preparar as lentilhas. Coloque duas colheres de sopa de azeite **ptc cbet** uma frigideira larga ou **ptc cbet** uma frigideira para assadeira pela qual você tem um tampo, e coloque-o **ptc cbet** uma fonte média. Quando o óleo estiver quente, adicione a salsa, cozinhe, mexendo, por cinco minutos, **ptc cbet** seguida, misture as especiarias.
3. Adicione as lentilhas, 1 ¾ colheres de chá de sal e um litro de água, coloque o tampo e cozinhe por 30 minutos, até as lentilhas cozinharem, **ptc cbet** seguida, tempere com molasses de romã, pimenta alemã, salsa e todo o mistura de cebola e óleo ainda deixado

na outra frigideira (salve a cebola no tigela para terminar o prato).

Tahini de limão batido

Para fazer o tahini de limão batido, use um pequeno liquidificador ou um liquidificador de pau para bater o tahini, o suco de limão, uma colher de sopa de óleo, ¼ de colher de chá de sal e 100 ml de água até engrossado e cremoso.

Fonte:

Xinhuhua

29.09 2024 13h26

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: ptc cbet

Palavras-chave: **ptc cbet - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-10-09