Molho Bolonhesa de Lentilhas

www.receitasdafia.com/receitas/molho-bolonhesa-de-lentilhas

Experimente este molho vegano e versátil de lentilhas, rápido de fazer e perfeito para saborear com macarrão!



30 min 3 porções

Ingredientes

- 1/2 xícara (chá) de lentilha crua
- 4 dentes de alho picados
- 1/2 xícara (chá) de cebola picada
- 1/2 xícara (chá) de azeitonas picadas
- 1 colher (chá) de páprica doce
- 2 xícaras (chá) de molho de tomate
- 1/2 xícara (chá) de água
- 1 colher (sopa) de manjericão picado (cerca de 10 folhinhas)
- 1/2 xícara (chá) de salsinha e cebolinha picadas
- Sal a gosto
- Azeite a gosto

Modo de Preparo

1. Deixe a lentilha em molho (cubra com o dobro de água) por cerca de 8 horas. Escorra, lave e reserve.
2. Refogue o alho e cebola no azeite até dourarem em uma panela alta em fogo médio.
3. Adicione a lentilha, tempere com sal e refogue por 5 minutos.
4. Misture as azeitonas e a páprica.
5. Reduza o fogo, adicione o molho de tomate e a água e cozinhe por mais 5 minutos, mexendo para não queimar.
6. Inclua o manjericão, a salsinha e a cebolinha, misture e adicione um pouco de azeite.
7. Desligue o fogo e sirva com o macarrão da sua preferência.
8. Bom apetite!