



Curry de coliflor y lentejas

PORCIÓN: 4 PERSONAS

TIEMPO DE PREPARACIÓN : 30 MINUTOS

Todo lo que necesitas:

- 1 coliflor
- 1 pimiento rojo
- 2 cebollas (perla o colorada)
- 2 cucharadas de aceite
- 1 cucharada de curry en polvo
- 425ml leche de coco sin azúcar
- 200g lentejas
- 5 ramas de perejil liso
- Sal
- Pimienta

Preparación:

- 1) Lavar el coliflor y cortar las puntas (pequeñas). Lavar y picar el pimiento. Pelar y picar las cebollas
- 2) Calentar el aceite en una olla. Agregar el curry y saltear brevemente con las verduras y la cebolla. Verter la leche de coco y 400 ml de agua, llevar a ebullición y cocinar unos 5 minutos. Agregar las lentejas y cocinar durante 8 a 10 minutos.
- 3) Lavar y secar el perejil, picar. Sazonar el curry con sal y pimienta. Espolvorear el perejil encima y servir.