



Салат із сочевиці

Рецепт від V-ZUG AT



готування	15 хв
Пауза	12 годин
Час готування	15 хв
Порції	4
Прилад	CombiSteamer V6000 PowerSteam з 2022 року

з морквою та марокканськими спеціями

Сочевиця

200 г чорної сочевиці

600 мл води

Салат

замочена сочевиця, без рідини

500 г моркви (наприклад, помаранчевої, жовтої, фіолетової), очищеної від шкірки, скибочками завтовшки 5 мм

3 зубчики часнику, подрібнені

3 ст. л. оливкової олії

2 ст. л. білого винного оцту

100 мл води

2 ч. л. копченої меленої паприки (наприклад, Pimentón de la Vera)

1 ч. л. меленого коріандру

1 ч. л. суміші спецій гарам масала

½ ч. л. каснського перцю

трохи солі

трохи перцю

Прикрашання





½ пучок коріандру, подрібнений

½ пучок петрушки листової, грубо подрібнений

Сочевиця

Викладіть сочевицю в миску, залийте водою, залиште в холодильнику замочуватись приблизно на 12 годин.

Салат

Ретельно перемішайте всі інгредієнти в порцеляновій формі.

Поставте порцелянову форму на скляне деко в камеру на середній рівень. Готуйте в режимі інтенсивного гарячого повітря + пара за температури 200 °C протягом 15 хвилин.

Прикрашання

Дайте салату трохи охолонути і додайте зелень. Подавати страву злегка теплою.

Етапи приготування

Інтенсивне гаряче повітря + пара 200 °C протягом 15 хв

Акcesуари

Порцелянова форма об'ємом прибл. 2 л

Скляне деко, загартоване

Додаткова інформація

Складено

05.09.2023

