

Biriání s čočkou a zeleninou

Kategorie: Luštěniny

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost: středně obtížný

Autor: Vlastislav Macháček

Suroviny

2 nasekané cibule
3 oloupaná rajčata
15 dkg nakrájených zelených fazolek
20 dkg nakrájeného květáku
1 lžička mleté kurkumy
1 lžička drceného kmínu
6 dkg oříšků kešu
2 cm nasekaného kořene zázvoru
12 dkg žampionů
30 dkg rýže basmati
4 lžíce oleje
2 prolisované stroužky česneku
1 nakrájená paprika
1,5 l vývaru
15 dkg čočky
3 vejce uvařená natvrdo

Postup

1. Čočku opláchneme a necháme okapat. Na rozpáleném oleji zpěníme cibuli a česnek.
2. Přidáme zázvor, veškeré koření a oříšky kešu.
3. Do směsi nasypeme propláchnutou a okapanou čočku.
4. Přilejeme 500 ml vývaru a dusíme 20 minut; ke konci vložíme rajčata.
5. Přidáme nakrájenou papriku a zprudka povaříme, dokud se tekutina neodpaří.
6. Do jiného hrnce dáme rýži, zbytek vývaru a fazolky, žampiony a květák. Mírně vaříme 10 minut.
7. Rýži promícháme s čočkovou směsí a ozdobíme nakrájenými vejci.

Dobrou chuť!

Poznámka

časopis Květy