

Nombre de la ficha técnica	<b>LENTEJAS CON CALABAZA Y SETAS</b>		FOTO 	
<b>Ingredientes para -- -pax</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Unidad</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio cantidad</b>
LENTEJA SECA	320	GR		
CEBOLLAS	2	UD		
PUERRO	1	UD		
TOMATE	2	UD		
DIENTES DE AJO	2	UD		
SETAS	250	GR		
CALABAZA	300	GR		
QUESO AZUL	75	GR		
TOMILLO FRESCO				
PIMIENTO CHORICERO				
CALDO DE VERDURAS	1,5	L		
A.O.V.E				
SAL Y PIMIENTA				
<b>Elaboración</b>	Precio total/ pax:			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lavar y escurrir las lentejas. Reservar</li> <li>2. Hidratar el pimiento choricero en agua tibia durante 20 minutos. Escurrir, sacar las pepitas y con una cuchara quitar la pulpa y picar</li> <li>3. Picar las cebollas, el puerro y el ajo. Pelar y despepitar el tomate. Cortar en trozos grandes</li> <li>4. Pelar y cortar la calabaza en dados de 2cm</li> <li>5. En una sartén sofreír los ajos, las cebollas y los puerros con un poco de aove unos 15 minutos hasta que esté bien confitado</li> <li>6. Añadir la pulpa del pimiento choricero y los tomates. Remover y salpimentar</li> <li>7. Trocear las setas</li> <li>8. Poner en un cazo el agua, las lentejas y hervir suavemente durante 30-60 minutos, hasta que estén tiernas</li> <li>9. A mitad de cocción, añadir el sofrito de verduras, la ramita de tomillo y la calabaza</li> <li>10. Añadir las setas</li> <li>11. Una vez cocidas , rectificar</li> <li>12. Trocear el queso</li> </ol>				
<b>Emplatado</b>	Servir el guiso con unos trozos de queso por encima		<b>Dificultades</b>	<b>Tiempo de realización preparación: h</b> <b>Tiempo de cocinado: h</b>