



## Receta

Ingredientes para 2 personas :

- 1/2 calabaza tipo butternut
- 1/2 boniato
- 1/2 berenjena
- 1/2 cebolla nueva
- 1/2 cebolla roja
- 4 ajos tiernos (ajetes)
- 1 tomate o 6 de la variedad cherri
- 100 g de lentejas de Tierra de Campos
- 70 gr de queso de cabra fresco
- 1 ramita de romero
- 1 cucharada de perejil
- 2 cucharadas de Aceite de oliva virgen extra (AOVE)
- Sal y Pimienta

1. Ponemos a cocer las lentejas en una cazuela con agua (3 cm más que las lentejas) durante 20 a 30 minutos, las lentejas deben estar simplemente suaves. Una vez listas, las reservamos.
2. Para el asado calentamos el horno a 210-220°C (calor por arriba y abajo) y forramos una bandeja de horno con papel vegetal. Limpiamos la calabaza, la partimos por la mitad y le quitamos las semillas con una cuchara. Cortamos el boniato (pelado) y la berenjena en medias lunas de un centímetro. Pelamos las cebollas y las cortamos en medias lunas gruesas (3 por media cebolla más o menos). Cortamos los ajos tiernos por la mitad y el tomate en cuartos (los cherri enteros). Mezclamos todo con el aceite de oliva y la ramita de romero. Colocamos sobre la bandeja de horno y repartimos por separado para sacar la cebolla, los ajos tiernos y el tomate cuando estén listos (no se suelen hacer en el mismo tiempo). Salpimentamos ligeramente y horneamos unos 20 minutos, luego le damos la vuelta y horneamos 20 minutos más, vigilando para retirar las verduras que estén asadas.
3. En una fuente mezclamos las verduras asadas junto con las lentejas. Rectificamos sal, pimienta y AOVE si fuera necesario.
4. Servimos el asado templado o a temperatura ambiente en un plato o fuente, ponemos por encima el queso de cabra desmigado y decoramos con perejil picado.

\* **Importante:** plato apto para veganos si no se añade el queso de cabra.

LENTEJA DE TIERRA DE CAMPOS



INDICACIÓN GEOGRÁFICA PROTEGIDA