



# LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES (THERMOMIX)

## INGREDIENTES (4 raciones)

- 350g de lentejas pardinas
- 200g de mezcla de verduras para sofrito
- 3 zanahorias
- 1 bolsa de judías verdes congeladas (400g)
- ~1L caldo de verduras o agua + pastilla
- 60g de aceite de oliva
- 1 cdta de sal
- 1 cdta de pimienta

## PREPARACIÓN

1. Pon las lentejas a remojo con 2h de antelación
2. Pon en el vaso el aceite y las verduras, sofríe 8 min / 120C / Vel 1
3. Añade el resto de ingredientes, y el caldo hasta cubrir unos 3 dedos por encima de las lentejas
4. Programa 35 min / 100C / Inverso / Vel cuchara