



Antipasti

Ensalada de lentejas y batatas

Comensales: Un mínimo de ocho

Preparación: 1 hora

ingredientes

- 2 batatas (cada una de 2/3 libras), peladas y cortadas en piezas de 1/2 pulgadas
- 1 1/2 cucharas de aceite de oliva, + 2 cucharas
- 1 1/2 cucharas de sirope de arce
- Un poco de chile rojo
- Una cebolla amarilla, cortada en 1/4 pulgadas
- 2 zanahorias grandes, cortadas en 1/2 pulgadas
- 2 dientes de ajo, picados finamente
- 1/4 cucharita de orégano seco
- 1/4 cucharita de pimienta fresca
- 2 hojas de tomillo
- 2 tazas de lentejas verdes, limpios
- Un poco de aceite de oliva
- Sal
- 2 cucharas de hojas de perejil

preparación

Precalentar el horno a 400°F

Echar las batatas con 1 1/2 cucharas de aceite de oliva, el sirope de arce y un poquito de chile. Hornear, removiendo un poco, hasta que estén caramelizadas y blandas, durante aproximadamente 20 minutos.

Mientras, calentar con 2 cucharas de aceite de oliva en una sartén grande a fuego medio-lento. Agregar lo que sobra del chile, la cebolla, la zanahoria, el ajo, el orégano, la pimienta y el tomillo. Cocer durante 10 minutos, removiéndolo de vez en cuando, hasta que la verduras estén blandas y un poquillo doradas. Agregar las lentejas y cuatro tazas de agua fría. Hervir a fuego vivo, bajarlo a fuego lento, tapar, y dejarlo así durante 40 minutos, o hasta que las lentejas estén blandas.

Dejar las lentejas en reposo, e introducir las lentejas con las batatas. Echar aceite de oliva encima, con sal, perejil y servir.