

Lencsefőzelék

Hozzávalók:

- 30 dkg lencse
- 10 dkg sertészsír
- 3 közepes hagyma
- 12 dkg finomliszt
- cukor, só, bors ízlés szerint
- babérlevél
- 10 g fokhagyma
- 5 g fűszerpaprika
- mustár, ecet
- 250 ml tejföl

Elkészítés:

A lencsét folyó víz alatt többször átmoszuk, és egy éjszakára beáztatjuk. Ha megszívta magát, a vizet leöntjük róla, és újra átmoszuk.

Az áztatott lencsét feltesszük főni.

Két vöröshagymát megpucolunk, a sóval, és a babérlevéllel a lencséhez adjuk. Gyakran megkeverve főzzük. Ha már majdnem megfőtt a lencse, a vöröshagymákat kiemeljük a főzelékből.

Ízesítjük sóval, borssal. A cukrot egy kis edényben megpirítjuk, majd kevés vízzel felengedjük, összeolvasztjuk, majd a főzelékhez öntjük.

Ha a lencse puhára főtt, a tejfölt 2 merőkanányi főzelékkel elkeverjük.

Elkészítjük a hagymás rántást: a zsírt felforrósítjuk, majd hozzáadjuk a lisztet és az apróra vágott hagymát. Elkeverjük és addig pároljuk kevergetve, amíg a liszt zsemleszínű nem lesz. A tűzről levéve mustárt, fokhagymát és fűszerpaprikát keverünk bele, majd hideg vízzel tejszín sűrűségűre keverjük.

A rántást a kikevert tejföllel beleöntjük a főzelékbe, és kiforraljuk.

Séfünk tippje: Tálaláskor pirított sajttal is megszórhatjuk a tetejét.