

# LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

## Pasta e lenticchie

Un piatto di minestra ci fa sempre piacere!!!!



**Difficoltà**  
facile



**Quantità**  
4 persone



**Tempo**  
30 minuti

### Ingredienti

- Lenticchie - 500 g
- olio - q.b.
- prezzemolo - 5 foglie
- cipolla - 1
- aglio - 1 spicchio
- carota - 1
- zucchina - 1
- patata - 1
- sedano - 1 foglia
- pelati - 400 g
- sale - q.b.

### Preparazione

Se volete risparmiare tempo, usate la pentola a pressione e in mezz'ora è pronto! Se usate, invece, la pentola normale il tempo sarà più lungo! Io non metto mai a bagno le lenticchie! Nel fondo della pentola a pressione mettete un filo d'olio e fate leggermente riscaldare. Con il robot tagliate tutte le verdure e le aggiungete all'olio. Fate leggermente rosolare e aggiungete i pelati passati. Condite con un cucchiaino di sale o, se vi piace, un dado e con un pizzico di zucchero. Fate cuocere per una decina di minuti. Controllate le lenticchie, lavatele con un colino e versatele nella pentola. Aggiungete circa un litro e mezzo d'acqua. Se vi piace più o meno densa regolatevi con la quantità d'acqua da aggiungere!! Chiudete la pentola a pressione e da quando inizia il fischio contate 10 minuti. Spegnete e aspettate che tutto il vapore finisca. Se volete pasta e lenticchie aggiungete una manciata di pasta a vostro piacere e richiudete la pentola senza accendere il fornello. Si cucinerà con il calore ma non si scuocerà!! Se volete solo le lenticchie da usare per contorno o con il cotechino, lasciate senza pasta!!!! Cerchiamo di consumare i legumi perché ci fanno bene e sostituiscono egregiamente le proteine animali!!!

