

Pasta e lenticchie

INGREDIENTI

2 Porzioni

250 g	di lenticchie
1	gambo di sedano
2	carote
0,5	cipolla
2	foglie di alloro
	rosmarino
0,5	di concentrato di
cucchiaino	pomodoro
1 cucchiaino	di miso
250 g	di pastina (risoni)
	<u>Salsa di Soia a</u>
	<u>Fermentazione Naturale</u>
	<u>a Tasso Ridotto di Sale</u>

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Dopo aver tagliato finemente sedano, carota e cipolla, mettile in una pentola e soffriggi con un filo d'olio.

Passaggio 2

Aggiungi concentrato di pomodoro, Salsa di Soia Kikkoman a Fermentazione Naturale con il 4,3% di sale in meno e lenticchie.

Passaggio 3

Fai tostare le lenticchie per qualche minuto e aggiungi acqua, aromi e fai cuocere per circa 30 min.

Passaggio 4

A 3/4 di cottura delle lenticchie toglie gli aromi, aggiungi la pasta e lascia cuocere.

Passaggio 5

Terminata la cottura della pasta, aggiungi un mix di salsa di soia e miso, amalgama bene gli ingredienti e impiatta.

Passaggio 6

In ultimo, versa un filo d'olio.