Červené čočkové pyré

Obtížnost: ▫▫▫▫▫

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: **4**

891 kalorií , **0 g** cukrů , **2 g** tuků , **60 g** bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: https://srecepty.cz/cervene-cockove-pyre

Příprava

Čočku zalijeme vodou a vaříme, dokud nezměkne (asi 12-15 minut). Přebytečnou vodu slijeme, přidáme olivový olej, prolisovaný česnek, tymián a sůl a dobře promícháme. Rozmixujeme dohladka. Podáváme jako přílohu k masu nebo lehkou večeři.

Ingredience

- 250 g červené čočky
- 70 ml olivového oleje
- 5 lžic citronové šťávy
- 3 stroužky česneku
- špetka soli
- 2 lžičky tymiánu (Mateřídoušky obecná)

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Luštěniny, Klasika, Chudý student, Příloha