Rolo de lentilhas com compota de frutos vermelhos

Categoria	Tempo de preparação	Dificuldade	Custo	Com quem?	Nº de pessoas
Vegetariano	Demorado	Fácil	Médio	Com amigos	2 pessoas

Ingredientes

- A gosto: Gallo Azeite Extra Virgem Clássico
- 0,5 cebola picada
- 1 dente de alho
- 1 alho-poró
- 1 talo de aipo
- 1 cenoura aos cubos
- 50g de cogumelos
- 1 colher de sopa de uvas passa
- 210g de lentilhas cozidas
- 50g de pão ralado
- 1 colher de sopa de salsa picada
- Sal, a gosto
- Pimenta do reino moída, a gosto
- 50g de compota de frutas vermelhos
- Groselha, a gosto
- Alecrim, a gosto

Modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180ºc. Forre uma forma de bolo inglês com papel vegetal.
2. Em uma frigideira salteie em azeite a cebola, o alho, o alho-poró e a folha de louro até que a cebola fique translúcida.
3. Adicione o aipo em fatias e a cenoura aos cubos. Cozinhe por cerca de 4 minutos.
4. Junte os cogumelos picados e deixe cozinhar por cerca de 8 minutos até que os líquidos sejam absorvidos. Por fim, acrescente as uvas passas.
5. Coloque em uma taça as lentilhas escorridas e esmague-as ligeiramente. Adicione os legumes da frigideira, pão ralado, salsa picada e tempere com sal e pimenta do reino moída a gosto.
6. Envolva bem até obter uma mistura consistente. Caso seja necessário adicione mais um pouco de pão ralado.
7. Coloque a mistura na forma pré-preparada, espalhe bem e alise a superfície.
8. Leve ao forno pré aquecido à 180 ºC por cerca de 40 minutos.

9 Retire, deixe esfriar ligeiramente e desenforme para uma travessa.

10 Cubra com a compota de frutas vermelhas e decore com groselhas e alecrim.

Produtos utilizados

Clássico

Azeite de Oliva Extra Virgem

Veja também

Vegetariano *Médio* *Fácil*

Couscous de verão com feta e limão

Vegetariano *Rápido* *Fácil*

Quinoa com abóbora, espinafres e romã

Vegetariano *Médio* *Fácil*

Pizza de cogumelos e trufas

Vegetariano *Médio* *Fácil*

Tofu picante com alga nori

Vegetariano *Médio* *Fácil*

Falafel

Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide