



## Deleite Árabe con Lentejas

### Ingredientes (para 4 personas)

- 3 ½ tazas de agua
- 1 taza de lentejas
- 2 cucharadas de harina de trigo
- Sal
- 1 cucharadita de pimienta
- ½ cucharadita de comino
- 2 semillas de pimienta
- 2 cucharadas de perejil
- 1 taza de aceite Diana con vitaminas
- 1 taza de Arroz Diana Premium
- 2 cebollas cabezonas cortadas en julianas
- 500 gr de carne molida

### Preparación

1. Tuesta las especias sin añadir grasa.
  2. Tritúralas en un mortero.
  3. Agrega aceite Diana con vitaminas.
  4. Sofríe la mitad de las cebollas hasta que estén doradas.
  5. Agrega las lentejas y el agua.
  6. Luego las especias y la sal.
  7. Deja cocinar.
  8. Agrega el arroz y deja cocinar.
  9. Agrega aceite Diana con vitaminas y sofríe la carne con pimienta y sal.
  10. Luego en una sartén caliente aceite Diana con vitaminas.
  11. Espolvorea la harina con un poco de sal sobre las cebollas.
  12. Ponlas a dorar por tandas.
  13. Mezcla el arroz con la carne, y estará listo para servir con las cebollas fritas y el perejil picado.
- ¡Disfruta!



**Inspírate todos los días.**  
Encuentra cientos de recetas que tenemos para ti.