

# Recetas

## Ensalada De Lentejas

---



### Ingredientes (para 4)

---

Ingredientes (para 4 porciones)  
300g de lentejas secas  
2 corazones de apio (finamente rebanados)  
Hojas de menta (picadas)  
Jengibre (rallado)  
Jugo de medio limón  
2 hojas de laurel  
Aceite de oliva  
Un cubo de caldo de verduras

### Preparación

---

Limpie las lentejas y ejuáguelas bien. Hiervalas con las hojas de laurel (20-30 minutos) y un cubo de caldo de verduras. Deje enfriar. Mezcle con el resto de los ingredientes y sirva frío.