



“Tagliatelle con ragù di lenticchie rosse al curry”

Tempo di preparazione: 10 minuti e 20 minuti di cottura

Ingredienti per 4 persone

- ✓ 320 g di tagliatelle di grano duro
- ✓ 160 g di lenticchie rosse decorticate
- ✓ 700 g di passata di pomodoro
- ✓ 2 carote
- ✓ ½ cipolla
- ✓ 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- ✓ 2 cucchiaini di pinoli
- ✓ 2 cucchiaini di lievito alimentare in fiocchi
- ✓ curry in polvere (q.b.)
- ✓ sale integrale (q.b.)

Preparazione

Mondate e lavate le verdure. Fate un trito di cipolla e carote e fatelo insaporire per qualche minuto in una pentola con un cucchiaino d'olio. Aggiungete le lenticchie precedentemente sciacquate, il curry, il sale

e la passata di pomodoro; cuocete a pentola coperta per circa 20 minuti aggiungendo se necessario un po' d'acqua. Portate a ebollizione una pentola d'acqua, salate, versate le tagliatelle, cuocetele per circa 8 minuti e scolatele. Condite con il ragù di lenticchie rosse, il trito di pinoli e lievito alimentare in fiocchi e un filo di olio extravergine di oliva.

Buona salute a tutti!