

Sopa de Lentejas



Sirve:

4 raciones de aproximadamente 1½ taza cada una

Pieza:

4 Qt./3.8 L Roaster with Cover

Valora: ★★☆☆☆

Contribuido por:

Jael Tanti

Dealer Autorizado Saladmaster®

[Agregar un Comentario](#)

Descripción de la Receta:

¡Una sopa de lentejas rápida y fácil que pronto se convertirá en una de tus recetas de lentejas favoritas!

Preparación :

1. Lava y escurre las lentejas.
2. Mete las lentejas en la olla con los demás ingredientes, tapa y pon a fuego medio. Cuando la Vapo-Valve™ haga clic, baja el fuego y cocina 20 minutos.

Información nutricional por ración

Calorías:	346
Grasa Total:	1g
Grasa Saturada:	0g
Colesterol:	0mg
Sodio:	15mg
Carbohidratos:	59g
Fibra Dietética:	30g
Azúcar:	2g
Proteína:	25g