

אורז מלא עם עדשים ופטריות



רכיבים

- כוס אורז מלא
- סלסילה פטריות שמפיניון מסוננות
- בצל גדול, קצוץ
- גזר מגוררים גס
- כף שמן זית
- 1/2 2/1 כוס עדשים ירוקות
- 1/2 2/1 כפית מלח
- 1/4 4/1 כפית בהרט
- כפית מרק טעם עוף ר.טבעיים
- קורט פלפל שחור

הכנה

1. משרים למספר שעות את האורז ואת העדשים, מסננים ושוטפים היטב.
2. מאדים בצל בכף שמן ומוסיפים את הפטריות ואת הגזר לבישול קצר.
3. מוסיפים את האורז, העדשים והתבלינים.
4. מוסיפים מים כדי כיסוי, מביאים לרתיחה ומכסים.
5. מבשלים עד שהמים נספגים. מכסים במגבת ומשאירים סגור עוד כחצי שעה.

45 דקות

4 servings 4