

Estofado de lentejas

Ruralmur

ruralmur@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/864/estofado-de-lentejas>

Dirección: [Región de Murcia](#)



El estofado de lentejas es una receta antigua y deliciosa. Entre los guisos tradicionales, este es uno de los más queridos y sabrosos.

Combina lo mejor de las verduras locales con la contundencia de los embutidos caseros del cerdo.

El estofado de lentejas es una receta completa, que aporta calorías y nutrientes, por eso lo consumían habitualmente los campesinos cuando habían que faenar en los huertos.

Afortunadamente el estofado de lentejas es una de esas recetas tradicionales que pasa de una generación a otra, y a juzgar por su popularidad no tiene visos de desaparecer nunca de las mesas de nuestras cocinas.

Ingredientes para cuatro comensales

- 250 gramos de lentejas - 100 gramos de panceta - 1 hoja de laurel - 1 cebolla grande - 2 zanahorias grandes - 2 dientes de ajo - 1 pizca de azafrán o colorante - 100 gramos de jamón serrano - 1 salchicha - Un vaso pequeño de aceite - 3 patatas pequeñas - Pimienta molida y sal

Modo de elaboración

Paso 1: Poner a remojo las lentejas

Mientras las lentejas están a remojo, más o menos media hora, se va preparando el resto de ingredientes.

Se cortan a trocitos pequeños el chorizo, la salchicha, el jamón y la

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>

Estofado de lentejas

[Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)
<https://tinyurl.com/yydp8eba>