

# Кичри из красной чечевицы

## Нужно:

- Чечевица красная - 50 г.
- Рис басмати - 50 г.
- Морковь - 1/2 шт.
- Перец болгарский красный - 1/2 шт.
- Помидор - 1 шт. (черри 5-6 шт.)
- Масло ги - 1 столовая ложка
- Сметана
- Кумин - 1 чайная ложка
- Куркума - 1 чайная ложка
- Анис - 1/3 чайной ложки
- Чеснок - 1 зубчик

Получается: 2 порции.

## Приготовление:

1. Морковь чистим, трём на крупной терке.
2. Топим в кастрюле масло ги (можно заменить сливочным маслом), добавляем в него молотые специи и тертую морковь.
3. Пассируем морковь со специями на среднем огне до золотистого цвета.
4. Ставим кипятиться чайник.
5. Добавляем чечевицу и рис в морковь со специями, бросаем зубчик чеснока, заливаем 600-ми мл. кипятка.
6. Перец и помидоры чистим, режем; измельчаем блендером.
7. Варим кичри на среднем огне около 30 мин., когда вода выпарится, добавляем измельченные овощи, варим еще 5 мин. (если воды в кичри не останется, но рис и чечевица будут все еще жесткими, доливаем немного кипятка).
8. Удаляем из кичри чеснок, раскладываем по тарелкам, заправляем сметаной.

Приятного аппетита! :)