



XueXi XiBanYaYu

Ingredientes:

2 zanahorias grandes  
1 pimiento verde  
1 cebolla  
1 cabeza de ajos  
lentejas (en remojo noche anterior)  
punta de costilla de cerdo o chorizo  
aceite de oliva  
sal  
pimentón dulce  
laurel  
pastilla de caldo de verduras



1. Pica la cebolla y el pimiento. corta la zanahoria en rodajas.
2. Calienta el aceite en una cazuela grande y sofríe la cebolla, el pimiento y la zanahoria.
3. Añade la carne salpimentada y sofríe hasta que esté dorada por fuera.
4. Echa las lentejas y remueve.
5. Cubre con agua las lentejas, como dos dedos por encima.
6. Añadir a la cazuela una cabeza entera de ajos, el laurel, la sal, la pimienta y el cubito de caldo.
7. Tapar y dejar a fuego medio unos 35-40 minutos.
8. Ir removiendo de vez en cuando y si es necesario añadir un poco más de agua.



XueXi XiBanYaYu

配料：

2 根大胡萝卜  
1 青椒  
1 个洋葱  
1 头大蒜  
小扁豆（前一天浸泡）  
猪排尖或香肠  
橄榄油  
盐  
甜椒  
月桂树  
蔬菜汤块



1. 切碎洋葱和甜椒。将胡萝卜切成薄片。
2. 在一个大锅中加热油，然后炒洋葱，胡椒和胡萝卜。
3. 加入调味的肉，炒至外面呈金黄色。
4. 加入小扁豆并搅拌。
5. 用水将扁豆盖住，大约两个手指放在上面。
6. 将一整个大蒜，月桂叶，盐，胡椒粉和肉汤块加入砂锅中。
7. 盖上锅中火放置 35-40 分钟。
8. 时不时搅拌，必要时再加一点水。