



RECETAS

[Inicio](#) > [Recetas](#) > Sopa de lentejas



Para cenar



30 junio, 2022

[¿Qué tal te pareció esta receta? >](#)

Sopa de lentejas

La sopa de lentejas es una preparación muy tradicional en las casas colombianas, es una receta fácil, practica y lo mejor, es un plato con una buena fuente de proteína. Esta vez te proponemos le des un toque de sabor añadiendo tocineta, pimienta, aguacate y jugo de limón.

20 min.

4 porciones

Compartir



Imprimir

Ingredientes

- 4 tiras de [Tocineta Zenú](#) picadas
- 1/2 cebolla morada picada en cubos
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 2 cucharadas de aceite
- 1 taza de tomate licuado
- 1 rama de orégano
- 1 cucharadita de paprika
- 1/2 cucharadita de comino

[COMPRAR PRODUCTOS](#) ▾



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

- 1/4 taza de aguacate picado en cubos
- 1 cucharadita de jugo de limón

Preparación

¿Cómo preparar una sopa de lentejas paso a paso?

1. Dora la tocineta y reserva. 2. En la misma sartén, dora la cebolla y el ajo en el aceite.
3. Agrega los tomates, las hierbas, las especias, las lentejas y el caldo.
4. Deja cocinar hasta que espese un poco. Sazonar con sal y pimienta. 5. Agrega las zanahorias.
6. Mezcla el jugo de limón con el aguacate, los pimentones y la cebolla.
7. Sirve el chile de lentejas con la tocineta crocante, la mezcla de aguacate encima y nachos.

Tip

Puedes acompañar tu sopa de lentejas con nachos si quieres un menú más mexicano o tajaditas de plátano si prefieres convertirlo en un plato tradicional colombiano.

Productos relacionados



[Chorizo Antioqueño Zenú](#)



[Tocineta Ahumada Zenú](#)

 **COMPRAR PRODUCTOS** ▾

Descubre lo que hacemos para alimentarte con confianza

Ver video

X



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO



9 marzo, 2021

Arroz con lentejas con salsa fresca de vegetales

Una manera diferente de acompañar tus platos, con Zenú ti...

[Conoce más](#) →

10 marzo, 2021

Arroz con lentejas, cebollas fritas y chorizo

Un almuerzo con toda, Prepara este delicioso arroz con le...

[Conoce más](#) →

13 abril, 2022

Sopa de patacón

La sopa de patacón con costilla y vegetales Zenú es una d...

[Conoce más](#) →

Descubre más >



Productos

- Atún
- Carnes frías y Embutidos
- Vegetales y Ensaladas
- Pasabocas y Snacks
- Apanados
- Especialidades
- Carnes preparadas
- Platos listos
- Papas

Recetas

- Otras recetas
- Por momentos
- Por productos
- Por tiempo

Curiosidades

- Entérate

Nosotros

- Somos Zenú

Contacto

- Contáctenos

[COMPRAR PRODUCTOS](#) ▾

Descubre lo que hacemos para alimentarte con confianza

Ver video

X



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

 **COMPRAR PRODUCTOS** ▾