

Amanida de nentilles (lenties) amb arengada fumada

Ingredients: (per a 10 persones)

- 600 g de nentilles
- 4 escalunyes
- 2 cebes
- 5 grans d'all aixafats
- 150 g de carotes
- 1 branca d'àpit
- gibert
- sal i pebre
- frigoleta i llorer
- oli d'oliva
- vinagre
- 2 filets d'arengada fumada

Pelar, rentar i tallar les escalunyes i la ceba, pelar, rentar i tallar les carotes i l'àpit a daus, pelar i aixafar l'all.

Rabejar les nentilles en un colador.

Sofregir les verdures en l'oli d'oliva, afegir les nentilles, afegir aigua i després el llorer i la frigoleta.

Fer coure almenys 1 hora i mitja.

Una poc abans d'acabar la cocció, afegir la sal.

Talleu els filets d'arengada a daus.

Quan les nentilles estiguin cuites, deixar refredar una mica i després assaonar i barrejar amb l'arengada fumada.

Servir tebi.

