

# Arroz com Lentilhas!



Arroz com lentilhas!

Toda vez que tentava fazer esse prato, nunca dava certo, pois eu cozinhava demais a lentilha e ficava tudo empapado. Daí recorri novamente à vovó Ruth e ela me ensinou tudo direitinho...ficou uma delícia! Vou ensinar o truque para vocês...

**Mjadra** (ou Mujaddara), mais conhecido aqui no Brasil como arroz com lentilha! Para quem não conhece muito da comida árabe, as lentilhas cozidas são muito populares no Oriente Médio e constituem a base de muitos pratos de lá. O Mjadra é um prato que vem da Líbia, que pode ser servido sozinho ou acompanhado. Esse prato costuma vir decorado de cebolas carameladas e regado com um bom azeite de oliva.

## **Ingredientes:**

1 1/2 xícara de lentilhas

3 xícaras de água

1 xícara de arroz branco

1 cebola picada

2 dentes de alho picado

2 colheres de sopa de azeite

1 colher de sobremesa rasa de sal

**Para as cebolas carameladas:**

6 cebolas cortadas em rodela

1/2 xícara de azeite

1 colher de sopa de manteiga

1 colher de chá de açúcar

1 cubo de caldo de galinha

sal a gosto se necessário

**Modo de fazer:**

Escolha e lave separadamente o arroz e a lentilha. Coloque a lentilha numa panela (não é de pressão) e cubra com água. Deixe ferver por aproximadamente 5 minutos ou até os grãos estarem “al dente” (meio durinhos). Desligue o fogo e escorra a lentilha numa vasilha com uma peneira, separando e guardando a água também. Reserve.

Prepare o arroz como de costume, fritando 1 cebola picadinha e 2 dentes de alho picados em 2 colheres de sopa de azeite. Adicione o arroz lavado, o sal e deixe fritar um pouco. Acrescente as lentilhas e a água dela até cobrir. Se necessário, coloque um pouco mais de água fervente durante o cozimento, lembrando que tudo deve ficar cozido e soltinho.

Enquanto isso, coloque numa frigideira grande, o azeite, a manteiga e quando esquentar, adicione o cubo de caldo de galinha, o açúcar e as cebolas em rodelas. Vá fritando até reduzir bem (+/- 15 a 20 minutos) e deixe dourar. Verifique o sal e adicione um pouco, se necessário.

Quando o arroz com a lentilha secarem e estiverem cozidos e soltos, apague o fogo e coloque numa travessa jogando as cebolas carameladas por cima. Regue com azeite e sirva a seguir.