

A top-down view of a grey ceramic bowl filled with a hearty Tuscan lentil stew. The stew is rich with golden-brown lentils, vibrant orange carrot cubes, dark green leafy vegetables, and small pieces of white onion. A silver spoon is partially submerged in the stew. To the left of the bowl, a piece of golden-brown, crusty bread is visible. The bowl sits on a light-colored surface.

TOSCAANSE LINZENSTOOFPOT

Vorbereidingstijd: 15 minuten | Totale tijd: 45 minuten | Porties: 10

Ingrediënten:

- 2 el extra vierge olijfolie
- 50 g knoflook, fijngehakt
- 300 g gele ui, in kleine blokjes
- 300 g wortelen, in kleine blokjes
- 200 g bleekselderij, geschild en in kleine blokjes
- 1 el gedroogde basilicum
- 1 el gedroogde oregano
- ½ el gedroogde peterselie
- 1 tl rode pepervlokken
- 500 g Roma tomaten, in kleine blokjes
- 750 g hele rode linzen, goed afgespoeld
- 3 l runder- of groentebouillon
- 200 g palmkool/cavalo nero, grof gesneden
- 150 g snijbiet, grof gesneden
- Optioneel: brood om te dippen

Instructies:

1. Verhit olie in een middelgrote soeppan op een middelhoog tot hoog vuur en fruit de knoflook, uien, wortels en selderij. Laat 5 minuten bakken, tot de uien glazig zijn en de selderij zacht begint te worden.
2. Voeg de basilicum, oregano, peterselie, rode pepervlokken en tomaten toe. Roer tot het begint te ruiken en de tomaten uit elkaar beginnen te vallen.
3. Voeg de linzen en de bouillon toe. Dek af en laat 17 minuten sudderen op een middelhoog vuur, tot de linzen beetgaar zijn.
4. Roer de kool en snijbiet erdoorheen en kook nog eens 8-10 minuten om de groenten gaar te laten worden.
5. Onmiddellijk warm serveren, met een dikke snee zuurdesembrood.