



Χυλωμένες φακές με κριθαράκι & σπανάκι (Pasta e lenticchie)

Μερίδες: 4 Χρόνος προετοιμασίας: 10 λεπτά Χρόνος μαγειρέματος: 35 λεπτά

Υλικά

- 1 ξερό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
- 1 καρότο, ψιλοκομμένο
- 2 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
- 200 γρ. ψιλές φακές, ξεπλυμένες
- 1 κ.σ. πελτέ ντομάτας
- 1 κ.γ. ξερή ρίγανη
- 2 λίτρα ζωμό λαχανικών
- 200 γρ. κριθαράκι ή ένα κοντό ζυμαρικό
- 200 γρ. σπανάκι
- χυμό από 1 λεμόνι
- ξύσμα από ½ λεμόνι
- Ελαιόλαδο
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

Ζεσταίνουμε **2 κ.σ. ελαιόλαδο** σε μεγάλη κατσαρόλα σε μέτρια φωτιά και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το καρότο για **5-6 λεπτά**, μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτουμε το σκόρδο, τον πελτέ και τη ρίγανη και σοτάρουμε για **1 λεπτό**.

Προσθέτουμε τις φακές, τον ζωμό και ανακατεύουμε. Μόλις πάρουν βράση, χαμηλώνουμε τη φωτιά, κλείνουμε το καπάκι και μαγειρεύουμε για **30 λεπτά**.

Προσθέτουμε το ζυμαρικό και συνεχίζουμε το μαγείρεμα σύμφωνα με τον χρόνο που αναγράφεται στη συσκευασία του, ανακατεύοντας συχνά για να μην κολλήσει. Αν χρειαστεί, προσθέτουμε λίγο ζεστό ζωμό ή νερό κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος. Θέλουμε το αποτέλεσμα **χυλωμένο και ζουμερό, όχι στεγνό**.

Τα τελευταία **2-3 λεπτά** προσθέτουμε το σπανάκι και ανακατεύουμε μέχρι να μαραθεί.



Αποσύρουμε από τη φωτιά και προσθέτουμε τον χυμό και το ξύσμα λεμονιού, **2 κ.σ. ελαιόλαδο** και αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι.

Αφήνουμε τις φακές με τα ζυμαρικά να σταθούν για **5 λεπτά** πριν σερβίρουμε. Αν έχουν χυλώσει περισσότερο απ' όσο θέλουμε, προσθέτουμε λίγο ζεστό νερό ή ζωμό και ανακατεύουμε.