



# TORTA DEL PASTORE VEGETARIANO

## Ingredienti

*Per una teglia da forno*

650 gr di brodo vegetale  
1 cucchiaino di estratto di lievito spalmabile  
70 gr di lenticchie secche  
30 gr di orzo perlato  
1 carota grande  
1/2 cipolla  
60 gr di noci  
3 patate  
1 cucchiaino di farina  
1/2 cucchiaino di acqua  
Sale e pepe q.b.

## Passaggi

- 1.** Preriscalda il forno a 175°. In una padella larga a fuoco medio-alto, combina 1/4 di brodo, l'estratto di lievito, le lenticchie e l'orzo. Fai bollire a fuoco lento per 30 minuti. Cuoci a fuoco lento per 30 minuti
- 2.** Nel frattempo, mescola insieme in una pentola media i rimanenti 3/4 di brodo, la carota, la cipolla e le noci; cuoci fino a renderle tenere, per circa 15 minuti.
- 3.** Nel frattempo, fai bollire acqua salata in una pentola larga. Aggiungi le patate e cuocile fino a che siano tenere ma solide, per circa 15 minuti. Scola e schiaccia.
- 4.** Mescola farina e acqua e aggiungi al mix con le carote; cuoci a fuoco lento fino ad addensare. Mescola la miscela di carote con quella di lenticchie e dai sapore con sale e pepe. Versa la miscela in una casseruola da 2 litri. Con un cucchiaio aggiungi la purea di patate sulla miscela di lenticchie.
- 5.** Cuoci in forno preriscaldato fino a dare colore, per circa 30 minuti.