Asadillo de habichuelillas verdes

Nombre de la receta

Asadillo de habichuelillas verdes

Tiempo

45 Minutos

Dificultad

Muy sencilla

Personas

2

Alérgenos

Huevo

Descripción

Plato frío de habichuelillas verdes con huevo duro.

Lugar originario de la receta

Los Pedroches

Ingredientes

- 300 gramos de habichuelillas verdes

- 2 huevos duros
- 1 diente de ajo
- 1/2 cucharaditas de cominos en grano
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- 1 cucharada sopera de vinagre
- al gusto de sal

Pasos

1 En primer lugar lavamos bien las habichuelillas verdes.

2 A continuación cortamos las puntas y quitamos las hebras laterales si las tuviera. Las partimos en trozos de unos 3 centímetros o al gusto. Las ponemos a hervir con agua y un poquito de sal gorda. Al mismo tiempo cocemos los 2 huevos duros.

3 Cuando las habichuelillas estén tiernas (unos 15 o 20 minutos), las sacamos reservando una tacita del caldo de coción. Las enfriamos con agua fría para que no pierdan el verdor.

4 En un mortero, majamos el comino en grano y el diente de ajo con un poco de sal para que no salte. Añadimos la yema de un huevo duro y lo machacamos todo. Echamos la tacita de caldo de la coción de las habichuelillas al majado.

5 En la fuente que tenemos las habichuelillas, picamos el otro huevo duro y la clara que nos ha quedado. Añadimos el aceite y echamos un poquito de sal al gusto y un chorrito de vinagre. Volcamos el majado sobre las habichuelillas.

6 Revolvemos todo y ya tenemos listas nuestras sencillas y sanas habichuelillas.

Observaciones o consejos

El asadillo de habichuelillas manchego lleva tomate frito. En nuestra zona, si se le añade es tomate natural. Si cocemos las habichuelillas en olla rápida, se harán en 7 minutos a partir de que empiece a silbar, si estas son tiernas.

Autor

Matilde Linares