

Judías verdes a la mediterránea

**Nombre de la receta**

Judías verdes a la mediterránea

Tiempo

40 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

3

Alérgenos

La receta no contiene alérgenos

Descripción

Judías verdes con sofrito vegetal y jamón

Ingredientes

- 1/2 Kilos de judías verdes
- 1 cebolla mediana
- 2 dientes de ajo
- 2 tomates maduros
- 80 gramos de jamón
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de sal

Pasos

- 1** En primer lugar, lavamos nuestras habichuelillas, les cortamos las puntitas y las partimos en trozos. Las ponemos a cocer hasta que estén a nuestro gusto de tiernas. Aproximadamente 15 o 20 minutos.



- 2** En una sartén ponemos el aceite y sofreímos la cebolla y ajos picados.



- 3** Una vez pochada añadimos el jamón en taquitos y sofreímos un poco para que suelte sabor.



- 4** Ahora añadimos el tomate rallado, un poco de sal y dejamos que se fría el tomate a fuego medio (tendremos que tener cuidado con la sal pues el jamón suelta).



- 5** Una vez ya preparado el sofrito añadimos las habichuelillas escurridas del agua de cocción. Removemos durante un par de minutos y ya tenemos preparado nuestro saludable plato.



Observaciones o consejos

Si tenemos en casa piñones podemos echar unos 50 gramos antes de sofreír el jamón y tostarlos un poquito con la cebolla. Sale riquísimo.

Autor

Matilde Linares

