

SALTEADO DE HABAS (O GUISANTES), SALCHICHA, MORCILLA, JAMÓN Y ALBAHACA

06

RECETAS EN RUTA



INGREDIENTES



1 persona

130g de habas (pueden ser frescas o congeladas) y/o guisantes
1/2 cebolla
1 diente de ajo
50g de jamón serrano
1 morcilla
80g de salchicha
Unas hojitas de albahaca fresca y/o seca en su defecto
1 chorrito de aceite de oliva
Pizca de sal y pimenta

PASOS A SEGUIR

1

Salteado:

Picamos la cebolla y el ajo. Sofreímos con aceite de oliva, y añadimos la salchicha.

2

Rehogamos:

Rehogamos, y añadimos las habas y el jamón serrano. Dejamos cocinar unos 5'. Ahora añadimos la morcilla sin la tripa, y la esparcimos por encima. Rehogamos y añadimos la albahaca picada. Probamos de sal y pimienta.

Si queremos hacer esta receta para más personas, simplemente hay que multiplicar las cantidades por el número de comensales.

#CUIDA
TU
DIETA
EN RUTA

Consulta más recetas y consejos en
www.andamur.com/cuidatudietaenruta