



Vitalia

para comer como en casa

Guiso de alubias rojas con chipirones



Ingredientes (4 personas)

Para las alubias:

- 800g de alubias rojas cocidas, 2 dientes de ajo, 2 cebolleta, 2 zanahorias, 1 pimiento verde, laurel, pimentón ahumado

Para los chipirones:

- 16 chipirones, 4 dientes de ajo, 2 cebollas, laurel

Además:

-Pimienta negra, aove, 1 cayena

Guiso de alubias rojas con chipirones encebollados



Elaboración

1-Hacer un sofrito de ajo, cebolla, zanahoria y pimiento verde con laurel. Una vez caramelizado, añadir las alubias rojas, con su caldo de cocción, estofar y chafar alguna de ellas para dar cuerpo. Retirar del fuego cuando comience a tostarse la legumbre.

2-Limpiar los chipirones, cortar en anillas gruesas, dorar a fuego muy fuerte, reservar. En esa misma cazuela, caramelizar la cebolla con los ajos, juntar de nuevo los chipirones y cocinar hasta reducir. Terminar con perejil fresco.

3-Emplatar las alubias bien refritas y coronar con los chipirones y coronar con cebollino fresco.

