

Guiso de ajetes, habitas y huevos



Ingredientes para 4 personas:

- 1 kg. de habas frescas
- 4 huevos
- 30 ajos frescos
- 1 cebolleta
- hierbabuena picada
- 1 cucharada de harina
- agua
- aceite virgen extra
- vinagre
- sal
- perejil picado



Preparación:

Pela y desgrana las habas. Ponlas a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal durante 5 minutos. Pon un

poco de aceite en una cazuela. Pica la cebolleta y ponla a pochar. Limpia y pica los ajos frescos en bastones de 5 centímetros e incorpóralos. Rehoga hasta que se dore un poco.

Agrega la hierbabuena picada y la harina. Rehoga brevemente y añade un poco del caldo (resultante de cocer las habas) y las habas.

En otra cazuela amplia pon agua a cocer con un chorro de vinagre. Cuando empiece a hervir, baja la temperatura del fuego y escalfa los huevos. Sirve el guiso de habas en una fuente y coloca encima los huevos escalfados. Espolvorea con perejil picado.

Consejo

Al ser temporada de habas, os informamos de que además de comerlas en el momento, también las podéis congelar. Para ello basta con escaldarlas durante un par de minutos en agua hirviendo, escurrirlas y refrescarlas. Introducir en bolsas especiales, retirar el aire, marcar claramente la fecha de envasado y congelar.