

Creador: Flor Roja



Descripción:

Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

El truco de esta receta:

Deja reposar el guiso antes de servir para que se integren bien todos los sabores.

Ingredientes para 4 personas :

- 600 gr. de raya
- 300 gr. de judías blancas,
- 2 cebollas, 1 hoja de laurel,
- 1 tomate maduro, 2 diente de ajo,
- 1 puñadito de almendras
- unos granos de pimienta, 1 rebanada de pan frito
- , 1 vaso de caldo de pescado, 1 cucharadita de pimentón de la Vera,
- , aceite de oliva y sal.

Preparación:

Paso 1

Ponemos las judías a remojo la noche anterior a la elaboración de la receta. Al día siguiente, las escurrimos y las ponemos en una olla con una cebolla y la hoja de laurel. Las cubrimos con agua y las cocemos hasta que estén tiernas. Mientras tanto, pochamos la cebolla en una cazuela con un poco de aceite de oliva. Cuando esté tierna, añadimos los tomates rallados y rehogamos un par de minutos. Machacamos en un mortero los ajos pelados, las almendras, la pimienta y el pan frito. Lo ligamos con un poco de agua y lo añadimos a la cazuela. Seguimos rehogando unos minutos más y añadimos el caldo de pescado y el pimentón. Cuando la salsa comience a hervir, introducimos en la cazuela la raya limpia y cortada en trozos. Tapamos la cazuela y cocinamos durante unos 10 minutos. Pasado ese tiempo, añadimos las judías cocidas y escurridas y movemos la cazuela para que se integre todo el conjunto sin que se rompa el pescado. Damos un último hervor y retiramos del fuego.