

Garbanzos con vegetales al curry y culo de puerco curado



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Monónimo **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 1 hora

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Creativa

Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1/2 de Coliflor
- 500 g. de Calabaza
- 2/3 de bote de Garbanzos cocidos
- 40 g. de Taquitos de jamón
- 3 cucharadas de Salsa de curry y mango Heinz
- 2 cucharadas de Salsa de soja Heinz
- 2 cucharadas de Aceite de oliva
- Sal

Preparación:

Paso 1

Corta la coliflor en ramitas y la calabaza en taquitos; cuece las verduras al vapor unos 10 minutos. En una cazuela grande añade 2 cucharadas de aceite y saltea los garbanzos tras lavarlos y escurrirlos. Añade los taquitos de jamón y deja cocinar 5 minutos. Añade las verduras escurridas y remueve bien; tapa la cazuela y deja que se cocinen 12 minutos removiendo a ratos. Añade una pizca de sal, las salsas y vuelve a remover. Cocina a fuego bajo otros cinco minutos.