

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 2 horas

Dificultad: Intermedia

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Saludable

Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 250 g de alubias blancas
- 250 g de calabaza
- 100 g de repollo
- 1/2 cebolla
- 2 patatas
- 100 ml de tomate natural triturado
- 1 punta de jamón serrano
- 2 hojas de laurel
- Sal y pimienta

Preparación:

Paso 1

Dejar las judías en remojo la noche anterior en un recipiente con agua para que se ablanden. Quitar la cáscara de la calabaza y cortar en dados. Lavar, escurrir y cortar en juliana el repollo. Pelar y picar la cebolla. En una olla cocer las judías cubiertas con agua fría y laurel durante 15 minutos. Seguidamente escurrir y devolver a la olla. Agregar las verduras, el jamón, los cominos, salpimentar, cubrir con agua y puré de tomate, tapar y dejar que cuezan a fuego medio hasta que las judías estén tiernas.