Mis recetas online

Judías verdes

Ingredientes

- 1 kg judías verdes
- 2 patatas medianas
- 1 cebolla mediana
- 1 pastilla caldo vegetal
- 1 l de agua.

Preparación

Poner la olla con el agua y la pastilla de caldo a calentar .

Mientras, limpiar las judías verdes quitándoles las puntas y las hebras si fuera necesario .

Cortar la judías en trozos de unos 4 cm y añadir a la olla cuando el agua comience a hervir .

Pelar y cortar las patatas y añadir a la olla, añadir también la cebolla pelada y cortada en cuatro .

Cerrar la olla y cuando coja presión dejar cocer durante unos 5 minutos (consultar tiempo de cocción para el modelo de olla) .

Finalizado el tiempo de cocción sacar las judías con las patata y reservar el caldo de cocerlas; se pueden servir con un chorrito aceite de oliva en crudo o friendo un poco de aceite con dos dientes de ajo y echándoselo por encima .

Con el caldo que hemos reservado se puede hacer una rica sopa, para ello poner el caldo a calentar en una cazuela, añadir un chorrito de aceite de oliva y un puñado de fideos finos, dejar cocer durante 7 minutos .

Esta sopa queda también muy rica sustituyendo los fideos por pan duro cortado en rebanaditas muy finas, en este caso el tiempo de cocción debe ser de unos 5 minutos .

.