



Judías verdes con tocino

Descripción

Las judías verdes con tocino son un acompañamiento clásico de cualquier carne blanca o roja. Se pueden preparar con judías verdes en conserva o frescas. En este último caso, hay que pensar en escaldar las judías frescas. Para hacerlo, hay que ponerlas en agua hirviendo con un poco de sal durante unos 10 minutos aproximadamente. Para los vegetarianos, esta receta se puede preparar sin tocino. ¡Receta rápida y eficiente!

Receta de judías verdes con tocino

3-4 pers
Preparación 5 min
Cocción 20 min
Nivel fácil

Ingredientes

- 400g de judías verdes en conserva (escurridas) o frescas escaldadas
- 100g de tocino ahumado
- 1/2 cebolla
- 1 diente de ajo
- 2 tomates pequeños
- sal, pimienta, perejil

[/vc_column_text][vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_column_text]

Paso a paso

1. Primero calentar un sartén y agregar el tocino.
2. Dejar el tocino dorar un poco, agregar primero la cebolla cortada en tiras y luego el ajo machacado. Dejar que se doren los ingredientes.
3. Después, añadir las judías y cocinar unos 5-10 min.
4. Finalmente, agregar los tomates en trozos. Salpimentar y añadir el perejil. Dejar que se cocine unos 5 min, cubrir y apagar el fuego. Dejar reposar unos 5-10 min antes de servir.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Trucos para preparar judías verdes con tocino

- Evita cocinar demasiado el tocino durante la primera etapa, ya que se podría secar.
- Si al momento de apagar el fuego ves que hay mucho líquido en el sartén, puedes aumentar un poco el fuego y cocinar unos minutos sin cubrir. Eso permitirá que el agua se evapore.
- Si quieres preparar las judías versión vegetariana, te aconsejo empezar la cocción con la cebolla y el ajo en una cuchara de aceite de olivas.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column width=»1/6?][vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_message message_box_color=»mulled_wine» icon_fontawesome=»fa fa-camera» css=».vc_custom_1578334845364{background-color: #f0f0f0 !important;}»]

Si cocinas recetas del blog, no dudes en sacar fotos al resultado y publicarlas en redes sociales con la mención **@vidaypimienta** o el hashtag **#vidaypimienta**

¡Muchas gracias por tu colaboración y que cocines rico!

[/vc_message][vc_column][vc_column width=»1/6?][vc_column][vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column][vc_separator color=»mulled_wine» border_width=»3? el_width=»50?][vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type=»post» max_items=»-1? style=»lazy» items_per_page=»4? show_filter=»yes» element_width=»3? gap=»10? orderby=»rand» item=»basicGrid_NoAnimation» initial_loading_animation=»none» grid_id=»vc_gid:1578342691661-d0e74d27-7522-3? taxonomies=»98, 184? filter_source=»category»][vc_column][vc_row]

CATEGORY

1. Principal
2. Rincón salado

POST TAG

1. acompañamiento
2. sin lactosa

Categoría

1. Principal
2. Rincón salado

Etiquetas

1. acompañamiento
2. sin lactosa

Fecha de creación

06/01/2020

Autor

admin

default watermark