

ARROCES

ARROZ DE VIGILA o de los TRES PUÑAOS

INGREDIENTES:

- un puñado de Arroz
- un puñado de Lentejas
- un puñado de habichuelas o frisuelos
- Acelgas
- 1 Nabo
- 1 Patata
- Alcachofas
- Ñora seca o pimentón molido
- Tomate
- Cebolla
- 1 Cucharada de Harina
- Aceite y Sal

Se hierven las correas, los garbanzos y la cabeza de ajos, cuando esté hervido se aparta.

En una sartén, se pone el aceite, se fríe el pimiento y se saca. Se fríe un tomate, y se echa un poquito de pimiento molido y se echa al perol.

Se aboca al perol todo lo hervido, garbanzos y carne, y cuando esté hervido, se echa el arroz, con tinos trocitos de longaniza, y bien duro se mete al horno hasta que se haga.



Receta de:
Carmen Estañ Gómez