

GUIOS

SÉMOLA CON VERDURAS

INGREDIENTES:

- 1 Tomate maduro
- 1 Cebolla
- 2 Cucharones colmados de Harina
- 1/4 Kg. Habas tiernas peladas
- 4 Alcachofas cortadas a trocitos.
- 100 gr. de Bacalao sin espinas y desmenuzado

En un tazón se disuelve la harina con un poco de agua.

Todo lo demás se sofrié y se pone a hervir con un poco de agua, cuando está la verdura cocida, se le añade la gacheta preparada anteriormente, removiendo con el cucharón hasta darle el punto de espesor deseado.



Receta de:

Mª Dolores Vera Gómez, de Tere Ballesta Sánchez