



Frijoles con arroz

Ingredientes para 3 personas:

200 gr. de frijoles remojados en agua fría desde la víspera

1 chalota grande

1 trozo de puerro

1 hoja de laurel

300 gr. de arroz

1 lata pequeña de zanahorias y guisantes

2 dientes de ajo

2 tomates pelados y sin semillas

sal y aceite

Escurrir los frijoles.

Picar lo más pequeño posible el puerro y la chalota.

Poner con agua fría los frijoles y la verdura en la olla expres.



Cocer 1 hora desde que empieza a pitar. Picar el ajo y el tomate y cortar las zanahorias.

Poner con un poco de aceite a fuego medio el ajo y el tomate.

Darle unas vueltas (unos 5 minutos). Añade un poco de sal.

Cuando el tomate está hecho,

añadir el arroz y freir un poco.

Añadir los guisantes, la zanahoria y el 600 ml. de agua. Añade un poco más de sal.

Déjalo hervir a fuego medio-bajo 18 minutos desde que empieza a hervir.

Retíralo del fuego, tápalo y déjalo que repose al menos 10 minutos.



Paloma de la Rica

Blog de ideas y recetas de cocina casera

<https://palomadelarica.com>

Abre la olla cuando haya salido todo el vapor y prueba un frijol. Si está duro déjalo cocer destapado si quieres quitarle líquido o tapado sin poner el vapor si lo quieres así de caldoso.

Vete probando hasta que esté blando y con la cantidad de líquido que tú quieres.

Sirve en 2 fuentes, en una los frijoles,

y en otra el arroz.