

Trigo Sarraceno con Champiñones y Habas

Esta receta está basada en una de Jamie Oliver, el famoso cocinero inglés. Me encantan sus recetas por lo fáciles y rápidas que son (o al menos la mayoría) y el buen resultado que dan, eso sí, suele abusar un poco del picante en mi opinión.

INGREDIENTES:

- 200g Trigo sarraceno
- 400g Habas tiernas
- 400g Champiñones
- 200g Cebolla
- 100g Pimiento verde
- 2 Cucharadas aceite oliva
- C/s Sal

4

Raciones



ELABORACIÓN:

1. Hervir el trigo sarraceno con doble cantidad de agua y un poco de sal, 15 minutos, escurrir y reservar.
2. Lavar el pimiento verde y pelar la cebolla, cortar en trocitos pequeños.
3. Limpiar los champiñones con un paño húmedo y cortar en cuartos o sextos, según tamaño.
4. Rehogar la cebolla y pimiento en una cazuela con el aceite, hasta que esté pochado.
5. Adicionar las habas, remover (un par de minutos) y agregar los champiñones, dejar que suelen el agua y la reabsorban.
6. Añadir medio vasito de agua y dejar que se cuezan las habas.
7. Agregar el trigo reservado, dar unas vueltas para que se integren los sabores y servir caliente.