

Habitas y morcilla

En esta lección vamos a combinar dos sabores con mucha tradición en la gastronomía española: el sabor de las habas y de la morcilla. Conseguiremos con unos sencillos pasos dar a estos ingredientes una textura crujiente en el caso de las habas, y mantecosa para la morcilla. Para elaborar esta receta utilizamos morcilla de cebolla aunque se puede realizar con morcilla de arroz, clásica de Castilla, o con otras morcillas que encontramos en muchos rincones de España. Respecto a las legumbres, utilizamos unas habas frescas que, previamente, habremos desenvainado.

Preparación

Extendemos la lámina de pasta brick y pintamos con el huevo batido. Ponemos en el centro la morcilla, ligeramente abierta por el medio y envolvemos con la pasta brick. Si hace falta, recortamos. Volvemos a pintar por fuera y colocamos el paquetito en una fuente de horno previamente engrasada con un poco de mantequilla. Lo introducimos en el horno a 180° hasta que el envoltorio de brick luzca dorado. Paralelamente escaldamos las habas en agua con sal. Después las salteamos, tras escurrirlas, en una sartén con un poco de mantequilla y una pizca de pimienta. Retiramos y servimos en plato hondo. Sacamos del horno el brick de morcilla e incorporamos al plato, sobre la cama de habitas.

Ingredientes

Para 1 persona

1 lámina de pasta brick

1 morcilla de cebolla pequeña

Un huevo batido

1 puñado de habas frescas

Una almendra de mantequilla

Sal

Utensilios

Tabla de cortar

Sartén

Cuchillos

Cubiertos de servir

Fuente de horno

Cazo

1 colador

Instructor destacado



Pepe Gorines

ARCOS

 **BOSCH**
Innovación para tu vida


SUPERMERCAD