Nuestra versión de los guisantes con jamón serrano
con tostadas de chapata

30

Una olla

Cebolla

Patata

Jamón serrano

Leche

Guisantes

Pan de chapata

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, agua.

Cocinando: 15 mins
Listo en: 30 mins

Clásico de la cocina casera, los guisantes con jamón surgen en la tradición española como plato humilde y sabroso, donde el dulce del guisante contrasta con el salado del jamón. Nuestra versión veraniega en crema fría y jamón crujiente mantiene esa esencia, pero la transforma en un bocado fresco y sorprendente.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Colador, túrmix, plato plano, jarra medidora, olla, tostadora.

Ingredientes

	2P	4P	6P
Cebolla*	1 ud	2 uds	3 uds
Patata*	200 g	400 g	600 g
Jamón serrano*	80 g	160 g	240 g
Leche **7)**	200 ml	400 ml	600 ml
Guisantes	140 g	280 g	420 g
Pan de chapata **13)**	2 uds	4 uds	6 uds
Ajo	1 ud	2 uds	3 uds
Agua	500 ml	1000 ml	1500 ml

**Conservar en la nevera*

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	**495 g**	**100 g**
Valor energético (kJ/kcal)	2559/ 612	517/ 124
Grasas (g)	24,6	5,0
de las cuales saturadas (g)	6,6	1,3
Carbohidratos (g)	77,7	15,7
de los cuales azúcares (g)	12,7	2,6
Proteínas (g)	29,3	5,9
Sal (g)	4,2	0,8

Alérgenos

7) Leche **13)** Cereales que contienen gluten.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

¡Recíclame!

MIXTO
Papel procedente de fuentes responsables
FSC® NC-COC-015005
www.fsc.org

Por favor, recicla nuestros envases

RECICLA

RECICLA

1

Saltea la cebolla

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Pela y lamina el **ajo**.
- Pela y pica la **cebolla**.
- Pela las **patatas** y córtalas en dados de 1-2 cm.
- En una olla, agrega un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min.
- Añade la **cebolla**, **salpimienta** y cocina 5-6 min, removiendo.

2

Prepara el jamón crujiente

- Mientras tanto, coloca las **lonchas de jamón serrano** en un plato plano, dejando espacio entre ellas y cocínalas en el microondas a máxima potencia (900W) durante 2-3 min, hasta que quede crujiente.
- Reserva sobre un papel de cocina, con cuidado de no quemarte.

3

Cocina la crema

- En la olla, agrega las **patatas** y cocina 1 min.
- Añade la **leche** y el **agua** y cocina a fuego medio 15-18 min o hasta que la **patata** esté tierna.
- Agrega los **guisantes** escurridos, reservando algunos, y cocina 2 min más.
- Abre el **pan de chapata** y tuéstalo en la tostadora hasta que quede dorado. Cortalo en bastones de 1 cm de grosor.

SABÍAS QUE: *Si quieres que tu plato tenga un color verde vivo, añadir los guisantes en el último momento hará que las altas temperaturas no deterioren el color.*

4

Emplata y disfruta

- Con un túrmix, tritura el contenido de la olla hasta conseguir una **crema** lisa. Prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**.
- Sirve la **crema** en platos y agrega encima el **jamón** crujiente troceado, los **guisantes** reservados, un chorrito de **aceite** y **pimienta** al gusto.
- Sirve el **pan** a un lado como acompañamiento.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.