

## Receta de Habas en Escabeche

24 Mayo 2017



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta receta de **Habas en Escabeche**, una amiga me dijo que estaban muy ricas y aprovechando que estamos en temporada he decidido dejaros la receta, seguro que os van a gustar.

### Ingredientes

- Habas muy tiernas (un Kg aproximadamente)
- Ajos (cuatro dientes)
- Laurel (dos o tres hojas)
- Huevos (tres)
- Harina
- Sal
- Condimento (una cucharadita)
- Aceite de oliva
- Vinagre (100 ml)
- Agua (un litro)

### Modo de Preparación

1. Cortar las puntas de las habas y quitar la hebra si la tuvieran
2. Ponerlas a cocer en agua con sal durante unos 15 minutos o hasta que estén blandas, escurrirlas y dejar enfriar
3. Tostar un poco las hojas de laurel en una sartén sin aceite, dejar hasta que se doren
4. Rebozar las habas en harina y huevo batido y freírlas en aceite de oliva caliente, colocarlas sobre papel de cocina para que absorba el exceso de aceite
5. En el mortero poner los ajos y el laurel con un poco de sal y machacar bien
6. En un bol grande, poner el agua, el vinagre, el condimento y el machado de ajos preparado y mezclar bien todo, rectificar la sal si fuera necesario
7. Incorporar las habas a esta mezcla, podéis partir por la mitad si veis que son grandes
8. Dejar reposar unas cuatro o cinco horas antes de consumirlas
9. Servir acompañadas de un poquito de caldo del escabeche y....buen provecho!!