

Vainitas Salteadas con Peñones



Ingredientes

500 gr. de vainitas (habichuelas)
2 dientes de ajo
1 cucharada de sopa de ralladura de limón (limón amarillo).
3 cucharadas de sopa de queso parmesano.
¼ taza de peñones tostados.
2 cucharadas de aceite de oliva.
Sal y pimienta al gusto.

Preparación

Paso 1: En una olla donde quepa la vainita poner a hervir agua.

Paso 2: Limpiar las vainitas (habichuelas) quitando las puntas.

Paso 3: Cuando el agua hierva colocar las vainitas (habichuelas) en el agua y dejar por unos 5 min para que queden "al dente". Si la prefieres más cocida déjela más tiempo.

Paso 4: En un refractario hondo colocar agua fría con hielo si es necesario.

Pasa 5: Cuando se cumpla el tiempo escurrir las vainitas (habichuelas) y colocarlas en el agua fría para detener su cocción.

Paso 6: Para la salsa, coloque el ajo molido, los peñones, la ralladura de limón y el parmesano en un refractario pequeño y revuelva bien.

Paso 7: Poco antes de servir, caliente el aceite en una sartén. Escurra las Vainitas (habichuelas) y agréguelas a la sartén revolviendo constantemente para se cubran bien con el aceite de oliva. Sazonar con sal y pimienta.

Paso 8: Apague el fuego y vierta la salsa sobre las vainitas o habichuelas y revuelva para que la salsa las envuelva bien.

Paso 9: Puedes adornar con peñones.