

Libreta: Legumbres
Creado: 25/03/2018 14:23
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/fabada-asturiana-cl%C3%A1sica.html>

Fabada asturiana clásica

INGREDIENTES

1 Kg. de fabes de la granja.
3 chorizos asturianos.
3 morcillas asturianas.
300 grs. de tocino veteadado (con veta de carne), fresco o salado.
Sal.

PREPARACIÓN

Poner las fabes a remojo la noche anterior, con agua abundante. A la mañana siguiente poner las fabes en una olla al fuego con abundante agua y sin sal. Cuando rompa a hervir, bajar el fuego para que la cocción se realice a fuego lento y con la olla tapada. Se deja cocer, vigilando el nivel del agua y si en algún momento es necesario añadir agua, ha de ser agua caliente, el agua fría retrasa el reblandecimiento de las alubias.

Cuando las alubias estén casi tiernas y enteras, no deshechas, lo que se habrá conseguido por el fuego lento; tomar las morcillas y los chorizos y pincharles la piel con la punta de un cuchillo y echarlos en la olla junto con el tocino. Dejar cocer, a fuego lento y con la olla tapada durante más o menos 30 minutos. Salar al gusto, aunque como las morcillas y el chorizo son muy sabrosos la mayoría de las veces no será necesario añadirles sal.

Una vez terminada la fabada, se saca el compango y se trocea el tocino, las morcillas y el chorizo y se colocan en una fuente. Las alubias y el caldo se colocan en una sopera.

En la mesa se presenta la sopera con las alubias y la fuente con el compango y en los platos se sirven las alubias y a cada comensal se les ponen las piezas de compango que deseen o que puedan aguantar.

Se trata de un plato contundente, no apto para ser tomado en verano o en climas tropicales.