

OLLETA ALICANTINA

INGREDIENTES:

- 2 ñoras secas
- 6 almendras peladas
- 1 penca
- 1 nabo
- 2 acelgas
- 1 rebanadita de pan duro
- 1/2 cebolla
- 1 trozo de calabaza
- 1 caldito o sal
- 100 gramos de lentejas
- 150 gramos de habichuelas en remojo
- 100 gramos de aceite
- 100 gramos de arroz
- 1 litro de agua o más

PREPARACIÓN.

Se calienta el aceite 3 minutos a 100° velocidad 1, agregamos las ñoras el pan y las almendras y se sofríen 5 minutos a 100 grados velocidad 1. Acabado este tiempo se tritura en velocidad 6 unos segundos. se añade la cebolla, se trocea 6 segundos en velocidad 3 1/2 y se sofríe 3 minutos a 100° velocidad 2. se añade toda la verdura las legumbres el agua y la sal y se cocina 40 minutos a temperatura varoma velocidad 1. pasados 10 minutos bajamos la temperatura a 100° se añade el arroz y se cocina 15 minutos a 100° velocidad 1.