

Judiones con Vegetales

Autor Nivaldo M. Parra



Judiones con vegetales

Ingredientes:

400 gramos de judiones cocido,
100 o 120 gramos de butifarra, cortada en trozos pequeños.

Un estimado de 120 - 150 gramos de vegetales troceados: cebolla blanca, pimientos verdes y rojo, espinaca y vainitas, guisantes.

*Una pizca de sal. media taza de aceite de oliva.

La cantidad realmente varia en función de cuanto gusten o no los vegetales al comensal y también en cuanto desee "rendir" el plato.

También esta quienes pican poca cebolla y mas pimientos, o menos espinaca y mas guisantes.

Es cuestión de gusto, respetando el estimado de peso.

Procedimiento:

En una sartén grande seponen a sofreír, a fuego medio, y en media taza de aceite de oliva, unos 100 o 120 gramos trozos de butifarra, junto a cebolla blanca, espinaca, vainitas, y pimientos verdes y rojos, previamente troceados, y los guisantes.

Es cuestión de 8 a 10 minutos de sofreírlos juntos, revolviendo todos los ingredientes, para que éstos desprendan parte de sus jugos, de su sazón, y pasado ese lapso, en ese momento, se pone a fuego lento, se añaden 400 gramos de judiones cocidos y sal al gusto. Se revuelve todo. Se tapa la sartén, y se deja cocer (en este caso nosotros, en Venezuela, solemos decir, sudar) por unos 10 minutos, siempre a fuego lento.

AY listo!