



HABAS CON JAMÓN A LA CACEROLA

Ingredientes

- 2 Cucharadas de aceite
- ½ Cebolla cortada finamente
- 1 Diente de ajo cortado finamente
- 5 Rebanadas de jamón de pavo cortado en cubos
- 1 Kg de Habas tiernas y frescas
- 1 Tableta de caldo de carne MAGGI®
- 1 Taza de agua caliente
- 4 Zanahorias rebanadas
- 1 Cucharadita de maicena
- 2 Cucharadas de perejil picado fino
- Pimienta a gusto

Preparación

1.- Calienta una cacerola con el aceite indicado y sofríe la cebolla con el diente de ajo durante unos segundos hasta ablandarlos. Luego agrega el jamón y las habas, condimenta con la tableta de caldo de carne MAGGI® previamente desmenuzada y vierte el agua indicada.

2.- Revuelve y agrega las zanahorias, cocina tapado a fuego medio durante 12 a 15 minutos aproximadamente hasta cocer las verduras. Condimenta con un toque de pimienta a gusto. Una vez listo, disuelve la maicena en un poco de agua y agrega a la preparación. Hierva a fuego medio sin dejar de revolver hasta espesar la preparación levemente.

3.- Una vez listo, retira del fuego y sirve de inmediato acompañado de un arroz preparado como más te guste.

Sugerencia

Busca variadas recetas de arroz preparados de muchas maneras en el buscador de recetas de maggi.cl.



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

| | |
|------------------|----------|
| Energía: | 354 Kcal |
| Proteínas: | 21.6 g |
| Grasa Total: | 8.5 g |
| Colesterol: | 15.6 mg |
| H. de Carbono: | 49.0 g |
| Fibra Dietética: | 5.00 g |
| Sodio: | 746 mg |