

POROTOS - LENTEJAS - HABAS - GARBANZOS
(MENESTRAS)

Ingredientes

Menestras
Ajíes verdes
ajo
cebolla
recado verde
cubitos maggi

Procedimiento

En una olla de buen tamaño se ponen a hervir con fuego mediano, echándoles un ají verde y dos ajos. Al ablandar se hace un refrito con bastante cebolla (y además si te gusta, puedes agregarle 3 cubitos maggi). También si deseas le puedes agregar una cucharadita de maicena o harina para que espese más. La sal es al gusto, se pone cuando los porotos hayan ablandado.

Nota: Si los quieres más sabrosos cuando las pones a hervir, le agregas huesos de puerco.
Si estas cocinando garbanzos al hacer el refrito, le pones un poquito de pasta de tomate y un poquito de salsa inglesa.