



MENESTRA DE VERDURAS

Ingredientes

- 400 g de guisantes
- 500 g de habas
- 12 corazones de alcachofas
- 300 g de judías verdes
- 1 ajo
- 2 zanahorias
- 1 manojo de espárragos blancos
- 1 cebolla
- 200 g de jamón
- 2 huevos cocidos

Preparación

1. Lo primero que deberás hacer será pelar las alcachofas para dejarles únicamente el corazón. A continuación, córtalas en 4 trozos y échalas en un bol con agua fría y un poco de limón exprimido, para evitar así que se pongan negras.
2. Por otro lado, tendrás que quitar las puntas a las judías verdes y cortarlas en trozos pequeños. Así mismo, desgrana las habas y, en el caso de que también los hayas comprado en vainas, los guisantes.
3. El siguiente paso para preparar tu menestra de verduras será pelar las zanahorias y los espárragos, y cortar ambos vegetales en varios trozos. En cuanto al tamaño de los pedazos de cada vegetal, quedará a tu gusto según cómo te gusten más. Así mismo, pon al fuego una olla o cacerola suficientemente grande con agua para que el agua empiece a cocer.
4. Por otro lado, deberás cocer los huevos que servirán para acompañar tu menestra. Una vez que los tengas hervidos, deberás ponerlos bajo el grifo de agua fría y dejarlos enfriar por completo.
5. Ahora que tienes todas las verduras listas, tan solo deberás esperar a que el agua de la olla rompa a hervir para entonces agregarle sal y las verduras. En cuanto al tiempo total de cocción, dependerá de cómo te gusten: al dente, más bien crudas, bien cocidas... Deberás guardar el agua de cocer, así que no pienses en escurrir las verduras de tu menestra con un escurridor.
6. En el momento en que tengas los vegetales de tu menestra bien hervidos, coge una cazuela de barro o una cacerola baja y pocha el ajo y la cebolla junto con una cucharada de harina. Añade todas las verduras y el caldo de cocción; quizá no sea necesario todo, ya que deberemos conseguir que quede tipo salsa, no caldo. Déjalo al fuego durante unos 10 minutos y rectifícalo de sal si es necesario. Añádele los huevos cocidos cortados a cuartos y unas lonchas de jamón rehogado (o pasadas por el horno).