



CHULETAS CON GRELOS Y MAÍZ

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 4 unidades de chuletas de cerdo
- 120 g de jamón serrano
- 1500 ml de agua
- 250 g de harina de maíz
- sal

LA PREPARACIÓN

- Coloca el jamón a remojo y córtalo a tiras. En una cacerola distribuye las chuletas y el jamón, cubriendo todo con 1,5 l de agua.
- Cuando las carnes estén tiernas, retíralas con una espumadera y vuelve a colocar el recipiente al fuego con el caldo de cocido. Añade el manojo de grelos cortados a trozos, no demasiados pequeños. Sazona.
- Cuando los vegetales estén cocidos, baja el fuego y echa la harina de maíz revuelve constantemente durante 30 minutos para que quede cocida. Luego corta las carnes con las que se preparó el caldo y agrégalas a la harina de maíz. Sirve caliente.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 41.4 g	Grasas 38.8 g
Kcal 678	Proteínas 37.6 g