



COSTILLAS CON JUDÍAS Y CALABAZA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de costillas de cerdo
- 200 g de judías blancas
- 2 g de pimentón
- 120 g de cebollas picadas
- 3 dientes de ajo
- 40 g de aceite de oliva
- 1 hoja de laurel
- 200 ml de vino blanco
- 200 g de tomate troceado en lata
- 500 g de calabaza
- 1 rama de cilantro
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Cuece las judías, previamente dejadas en remojo, y reserva el agua de cocción. Corta las costillas a trozos, sazona y úntalas con el pimentón.
- Sofríe la cebolla, los ajos, el laurel, junto con las costillas y deja que se doren levemente. Luego, rocía con el vino, añade el tomate y un poco de agua de cocción de las judías.
- Rectifica los aderezos y déjalo a fuego durante 30-40 minutos. A mitad de la cocción, introduce la calabaza cortada y pelada y las judías cocidas. Espera un poco y echa la ramita de cilantro. Cuando



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 24.8 g	Grasas 58.4 g
Kcal 873	Proteínas 47.3 g

esté la calabaza tierna y se hallan
impregnados los sabores sirve
caliente.