

# Ensalada de Judías y Arroz

## Ca la Meiga



### Necesitamos....

- 200 gr. de Judías Rojas.
- 200 gr. de Judías Blancas.
- 150 gr. de Arroz Bomba.
- 4 Tomates Maduros.
- 1 Limón.
- 4 Anchoas.
- 2 Dientes de Ajo.
- 1 Cebolla Grande.
- Perejil Fresco.
- 1 Cucharadita de Pimentón Picante.
- 1 Cucharadita de Pimienta Blanca.
- 4 Hojas de Laurel.
- Aceite de oliva
- Azúcar.
- Sal Gorda.
- Comino.

### Paso 1

Dejar las Judías en remojo desde el día anterior con abundante agua y por separado. Escurrirlas, colocar en ollas separadas, cubrir de agua fría, añadir un poco de Sal y dos Hojas de Laurel. Poner al fuego y cocer hasta que estén tiernas, pero no deshechas. Depende del tipo de Judías unas tardan más o menos en cocer entre 25 minutos o casi una hora. Escurrir y dejar enfriar.

### Paso 2

Poner un cazo con agua al fuego. Limpiar los Tomates, quitar el pedúnculo y hacer un corte en cruz. Una vez comience a hervir el agua escaldar los Tomates durante un minuto. Retirar, escurrir y dejar enfriar. Una vez fríos quitar la piel y cortar en cuadraditos. Exprimir el Limón, colar y mezclar bien con una cucharada de Azúcar. Reservar.

### Paso 3

Picar la Cebolla en Juliana y los Ajos en rodajas finas. Mezclar con el Tomate y aderezar con el Zumo de Limón reservado. Mezclar bien e incorporar el Perejil picado fino, Pimienta Blanca, Pimentón Picante y Comino al gusto.

### Paso 4

Cortar en trocitos las Anchoas (las Nuestras son artesanas curadas en casa de nuestros Cuñados ToNlta) pero podéis poner cualquier Anchoa en Aceite de Oliva. Agregamos también junto con un buen chorro de Aceite de Oliva. Dejar macerar. Poner agua con sal en una olla pequeña al fuego, cuando comience a hervir incorporar el Arroz, dejar cocer a fuego medio hasta que quede al dente. Escurrir y enfriar con abundante agua.

## Paso 5

Mezclar las Judías en un bol. En una Fuente o Plato ir colocando capas de Judías, capa de Arroz y encima el macerado que teníamos reservado. Decorar con una ramita de Perejil y listaaaaa para degustar. Sana, Nutritiva, Completa y Fácil. Esperamos que os guste, a Nosotros nos encanta sobre todo por la Completa que es.

