

Cardo con jamón

Descripción

Ahora que parece que llega el frío, esta es una receta que me encanta, es muy suave, fácil de hacer y calentita. El cardo es típico en los menús navideños, yo lo preparo con almendras, pero en casa nos gusta todo el año.



Ingredientes: (Para cuatro personas).

- * 2 tarros de cardo.
- * 2 lonchas de jamón, la variedad que os guste.
- * 1 diente de ajo.
- * Reservad líquido de uno de los tarros, aceite de oliva, sal (si los tarros son bajos en sal), harina.

Preparación:



Escurrimos el líquido de uno de los tarros de cardo reservando el cardo.



En una olla baja, con un chorrito de aceite de oliva, ponemos el diente de ajo picadito muy pequeño.

Cuando este dorado añadimos el jamón cortado no muy menudo, que se encuentre en el plato. No dejéis que se haga demasiado porque se queda duro y se sala.





A continuaci3n a±adimos un poco de harina, lo justo para que ligue la salsa, dejamos hacer un minuto y poco a poco vamos a±adiendo el propio caldo que trae el cardo, mezclamos hasta que veamos que la salsa esta melosa.

Escurremos la salsa que queda en el tarro y a±adimos el cardo de los dos tarros a la salsa.

Seguimos mezclando todo y ya esta nuestro cardo, rico y sano, preparado para degustar.



Categoría

1. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creaci3n

noviembre 4, 2014

Autor

admin