Ensalada de Habas por Antonio De Livier

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Berros: 1 Manojo
Cebolla Morada: 1/4 unidad
Cilantro: 1 Manojo
Habas frescas: 500 grs
Pepitas de calabaza: 1 Taza
Sal: 2 cdas
Tomate verde: 1 unidad
Limon: 2 Unidades
Chile Verde: 1/2 unidad
Epazote: 1 Manojo
Hoja Santa: 1 unidad
Queso Panela: 300 grs
Aceite De Oliva: 100 cc

Preparación de la Receta

Ensalada

- Retirar la cáscara de las **habas**.
- Cocinar en agua hirviendo con sal por 2 minutos aproximadamente.
- Escurrir y detener su cocción en agua con hielo.
- *Pelar* las *habas* y reservar.
- Deshojar berros, *epazote*, *cilantro* y reservar.
- Mezclar los frijoles negros con las hojas, las *habas* y los cubos de queso *panela*.
- Agregar la *cebolla* morada picada, la *pepita* de *calabaza* tostada e integrar todo perfectamente

Aderezo

- Licuar el *tomate* verde, el *jugo* de *limón*, los tallos de *cilantro*, el *chile* verde, aceite de oliva y sal.
- Agregar el aderezo a la ensalada y decorar con hoja santa.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-habas-por-antonio-de-livier