



JUDÍAS REFritADAS VEGETARIANAS

Ingredientes

Para tres personas

450 gr de judías pintas

2 cucharadas de ajo
triturado

1 tomate mediano

2 cucharadas de
comino en polvo

1 cucharadas de chile
en polvo

2 cucharadas de

aceite de oliva

Sal al gusto

Pasos

- 1.** Colocar los frijoles en una cacerola grande y cúbralos con agua. Poner a fuego alto y dejar hervir. Cuando los frijoles hayan hervido, escúrrelos y devuélvelos a la misma olla.
- 2.** Cubra los frijoles con agua y añada una cucharada de ajo, el tomate, el comino y el chile en polvo. Deje hervir a fuego alto, luego reduzca el fuego a bajo y cocine a fuego lento hasta que los frijoles estén muy suaves, aproximadamente 3 horas y 45 minutos, añadiendo agua según sea necesario.
- 3.** Una vez que los frijoles estén cocidos, tritúrelos con la cucharada restante de ajo, el aceite y la sal al gusto: use agua adicional si es necesario para lograr la consistencia deseada. Coloque a fuego lento durante 30 minutos, revolviendo ocasionalmente. Servir.