SEPIA CON ALUBIAS BLANCAS

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Flor Roja

Tiempo: 1h y 30min
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 200 gramos de Alubias blancas
- 500 gramos de sepia
- 1 cebolla.
- 1 puerro
- 2 tomates
- 2 diente de ajo
- 1 vaso de vino blanco
- 2 Ramitas de perejil.
- Aceite de oliva. Sal
- Pimienta blanca 1 Hoja de laurel

Preparación:

Paso 1

La noche anterior poner en agua las alubias. Y al día siguiente las ponemos en una cazuela, las cubrimos de agua fría (dos dedos por encima de las alubias) Les echamos un chorrito de aceite de oliva y las ponemos a fuego fuerte para que empiecen a hervir rápido. Cuando comiencen a hervir las dejamos cocinar durante los 40 minutos a fuego medio. (Podemos usar la olla rápida lo que en este caso cuando la válvula este en el dos las dejamos solo 10 minutos). Escurrimos y reservamos el caldo de cocerlas que nos va a servir para el guiso

Paso 2

Limpiamos la sepia y la cortamos en trozos no muy grandes que sean más o menos de un bocado.

Paso 3

Picamos lo más fino posible la cebolla, el puerro, los dientes de ajo, lo ponemos en una cazuela al fuego con un chorreón de aceite de oliva y empezamos a sofreír la cebolla y el puerro. Cuando empiece a dorarse, añadimos los trozos de sepia, subimos el fuego y la doramos sin parar de remover para que no se nos queme la cebolla, Añadimos el tomate y la hoja de laurel, bajamos el fuego, tapamos la cazuela y lo dejamos cocer unos minutos. Cuando haya desaparecido el liquido que suelta el tomate, le incorporamos el vaso de vino blanco y dejamos que se reduzca más o menos a la mitad, con la cacerola tapada.

Paso 4

Añadimos medio litro de agua caliente o bien del caldo de haber cocido las alubias, y dejamos cocer hasta que la sepia este tierna, esto puede tardar entre 30 – 40 minutos, según el tipo de sepia. 7 – Cuando la sepia este cocida añadimos las alubias, el perejil picado, rectificamos de sal y pimienta y dejamos cocer unos 5 minutos.