

## Receta

### Ingredientes:

- 500 g de fabes asturianas (las judías blancas)
- 250 g panceta curada
- 2 chorizos asturianos
- 1 morcilla asturiana ahumada
- 200 g hueso jamon (optativo)
- hebras de azafran
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- sal

### Preparación:

1. Cubrir las fabes con agua fría y dejarlas reposar toda la noche en la nevera para que no fermenten. Dejar también en remojo la panceta y el hueso de jamón en caso de ponerlo.
2. Al día siguiente escurrirlas, atravesar la morcilla y los chorizos con una brocheta y ponerlas junto con los demás ingredientes en una cazuela menos la sal.
3. Cubrir con agua fría y poner a fuego fuerte hasta que rompa a hervir. Retirar la espuma que salga por la superficies para eliminar las impurezas de las fabes y la carne.
4. Inmediatamente después bajar la temperatura suave, que borbotee y dejarlas que sigan cocinando lentamente.
5. Añadir el azafrán a mitad de cocción para darle más color.
6. Retirar cuando estén blandas pero sin que lleguen a romperse.
7. Rectificar de sal si fuera necesario.
8. Si las fabes no han quedado muy espesas puedes romper algunas o coger las que se hayan roto, triturarlas con un poco de caldo y añadirlo al guiso para espesar el caldo.
9. Servir en un plato con los embutidos troceados.

### Consejos:

- La sal la ponemos al final para recitificar en caso de que las carnes y el hueso no hayan salado lo suficiente. Si la ponemos desde el principio arriesgamos a que se sale demasiado al concentrarse los sabores.
- A veces si no tengo mucho tiempo para cocerlas las dejo 12 horas en agua y así la alubia se hidratará más y después tardará menos en cocerse.
- El azafrán lo puedes tostar dentro de papel de aluminio y molerlo en un mortero antes de añadirlo a las fabes.
- Cada cierto tiempo es conveniente “asustar” a las fabes con agua fría para ayudar a que no pierdan las pieles, a que el guiso se mantenga a temperatura suave.
- No remover las fabes con un utensilio de cocina, es mejor removerlas agitando la cazuela con

el fin de que no se rompan.

- A mi personalmente no me gusta el hueso porque a veces tienes la mala pata de que te salga rancio y no me gusta el sabor que me da a los platos, como ya he mencionado arriba es opcional.
- Usar una olla amplia para que puedan extenderse las fabes y así no se aplasten con el peso en una olla mas pequeña.
- No recomiendo hacerlas con la olla a presión porque se rompen mucho.
- Usar ingredientes de buena calidad te harán marcar la diferencia.

Ojalá que te guste y que te reconforten con el frío que hace últimamente. Hasta la próxima!!