

Judías verdes con nueces y aceto



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 15min , Número de porciones: 6

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/judias-verdes-con-nueces-y-aceto>

Preparación

Caliente el aceite en una sartén pequeña a fuego medio. Agregue el ajo y cocine, revolviendo hasta que el ajo apenas se dore, de 30 a 90 segundos. Inmediatamente verter en un tazón grande para detener la cocción. Mientras tanto, añadir 100 cc. de agua en una olla grande equipada con un accesorio de vapor, cubra y deje hervir a fuego alto.

Agregue los frijoles verdes en el vapor y cocine, cubierto hasta que los frijoles estén tiernos crujientes, de 4 a 5 minutos. Transfiera las judías verdes a la taza. Añadir las nueces, balsámico y sal y mezclar bien.



Ingredientes

- 4 cucharada/s Aceite de oliva
- 4 cucharadita/s Ajo picado
- 1/2 taza/s Nueces picadas y tostadas
- 2 cucharadita/s Aceto balsámico
- 1/2 cucharadita/s Sal Kosher (o común)
- 500 grs. Frijoles verdes - Ejotes

Categorías

Un día normal, Día Especial, Reducida en calorías, Vegetariana, Todo el año, Económico, Vegetales, Exótica, Comida para todos los días, Rápida, Ingrediente extra, Para/con niños, Familia, Una cocinera experta, Un pobre estudiante, Chicas delgadas, Visitas, Ensalada