

Recette de la FABANA ASTURIENNE

Pour 4 personnes

500 g de Haricots blancs (fabes asturianas)

2 morcillas

2 chorizos asturiens

2 morceaux de lard

1 oignon

2 gousses d'ail

1 feuille de laurier

1 c à café de paprika - sel - poivre

- La veille tremper les Haricots dans un grand récipient d'eau froide.
- Dans un faitout mettre les Haricots, l'oignon, les gousses d'ail, le paprika, le lard, les chorizos piqués à la fourchette.
- L'eau doit juste couvrir les Haricots.
- Porter à ébullition, enlever l'écume.
- Abaisser le feu et cuire lentement sans mélanger.
- Faire cuire 3 heures, toutes les heures rajouter un verre d'eau froide.
- Après 2H30 de cuisson ajouter les morcillas.
- Enlever oignon et Ail, Hacher et remettre.
- Rectifier l'assaisonnement.

BON APPETIT

Ne mangez pas une entrée frites après, les randonneurs Asturiens comprennent !!!!!