



FAVES AMB XORIÇO I BACÓ

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 320 g de faves
- 120 g de ceba
- 120 g de bacó
- 120 g de xoriço sense gluten
- 2 dents de all
- 1 g de Herba-sana picada
- 100 ml de vi blanc sec
- 50 ml de aiguardent sense gluten
- 40 g de oli d'oliva verge
- sal
- pebre

LA PREPARACIÓ

- Llava les faves, pela-les i cou-les en aigua amb sal; a mitjan cocció, lleva'ls l'aigua fins que a penes les cobrisca.
- Pela la ceba i pica-la; pica l'herba-sana i talla el bacó i el xoriço en rodanxes fines.
- Sofrig en oli calent els alls, la ceba i l'herba-sana, adobats amb pebre.
- Afig-hi l'aiguardent i deixa coure 1 minut; tira-hi les faves cuites, el bacó, els xoriços, el vi i cou-ho fins que tot estiga al punt.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 47.2 g	Grases 38.2 g
Kcal 692	Proteïnes 28.9 g