

## Navarra

Temps



1h

Racions



4

*Es recol·lecten principalment a Navarra, la Rioja i Alaba abans de la seva maduració*

# “Potxes” fresques a la Navarra

## Ingredients

250 g de “potxes” o mongetes fresques  
Aigua freda  
1 pebrot verd  
1 tomàquet madur pelat  
1 ceba petita

2 alls  
10 g tomàquet concentrat  
Sal  
Oli d'oliva verge extra  
2 Piparres (bitxos d'Ibarra)  
adobades per acompanyar

Les “potxes” són una varietat de llegums, mongetes blanques típiques de Navarra.

## Elaboració

1. Poseu les “potxes” en una cassola, cobriu-les amb aigua freda i cuineu a foc baix durant 40-45 minuts fins que quedin tendres.
2. Mentrestant, preparar els vegetals: Tallar-los a daus i l'all ben picat.
3. Fer un sofregit amb les hortalisses cuinant-se durant 10 minuts. Afegiu-ho a la cassola amb les “potxes” i cuinar junt uns 5 minuts. Rectificar el punt de sal si és necessari i reposar el guisat tapat almenys 5 minuts més.
4. Emplateu acompanyant amb una piparra per ració.