

Panaché de verduras



Autor: DOWN ESPAÑA

Tiempo: 45 minutos

Para: 4 personas



Preparación

1. Cortamos las zanahorias, el pimiento verde, las judías verdes, los calabacines y las patatas.
2. En una cacerola ponemos las judías y las zanahorias cortadas y lo cubrimos de agua.
3. Ponemos la cacerola en el fuego con una cucharadita de sal. Lo dejamos cocer 20 minutos.
4. Echamos en una sartén el aceite, el pimiento verde, los calabacines, las patatas y las zanahorias y las judías verdes ya cocidas.
5. Lo removemos con el aceite caliente 10 minutos.
6. Lo servimos en el plato y decoramos con perejil por encima.

Ingredientes:

- » 2 zanahorias grandes.
- » 7 judías verdes.
- » 2 calabacines grandes.
- » 2 patatas grandes.
- » 1 pimiento verde.
- » 6 cucharadas de aceite.
- » 1 cucharadita de sal.
- » Perejil cortado.
- » Agua.

Ingredientes

2 zanahorias



7 judías verdes



2 calabacines



2 patatas



1 pimiento verde



6 cucharadas de
aceite



1 cucharadita de sal



Agua



Perejil



Utensilios

1 cacerola



1 cuchara de madera



1 sartén



1 cuchillo



1 tabla de cortar



Preparación con imágenes

①



Lo primero...cortamos las zanahorias, las judías verdes y las ponemos en una cacerola. Echamos agua hasta cubrir las verduras, le echamos 1 cucharadita de sal y lo ponemos en el fuego.

②



Cortamos el pimiento verde, los calabacines y las patatas.

③



Ponemos en una sartén el aceite y echamos las patatas, los calabacines, el pimiento verde, las zanahorias y las judías verdes. Lo removemos unos 10 minutos

④



Lo servimos en un plato y le echamos por encima perejil para adornar.