



HELLO
FRESH

Fabada asturiana con compango

con tostadas de chapata

Regional

Preparación en 15'

Preparation time : 45 min.



Cebolla



Pimentón
ahumado



Compango



Pan de chapata



asturiano

Judías blancas



Sal y pimienta



Aceite de oliva



Ajo



Agua



What did you think of this recipe?

Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.

<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/fabada-asturiana-con-compango-631>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Jarra medidora, Colador, Olla

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Cebolla (unidad(es))	1	2	3
Pimentón ahumado (sobre(s))	1	2	3
Compango asturiano (paquete)	1	2	3
Pan de chapata (unidad(es))	2	4	6
Judías blancas (gramo(s))	780	1560	2340
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	2	4	6
Ajo (unidad(es))	1	2	3
Agua (mililitro(s))	600	1200	1800

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kj)	5059 kj
Valor energético (kcal)	1209 kcal
Grasas	73.5 g
de las cuales saturadas	24.3 g
Carbohidratos	92.5 g
de los cuales azúcares	6.3 g
Fibra	13.1 g
Proteínas	45 g
Sodio	6.58 mg

Allergens

Leche, Soja, Puede contener trazas de alérgenos, Gluten, Huevo, Mostaza, Sésamo

Always check the product labels for allergen information.



3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Pela y pica el **ajo**.
- Pela la **cebolla** y córtala en daditos.
- En una olla, agrega un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min.



Prepara las tostadas

- Mientras tanto, abre el **pan de chapata** y tuéstalo en la tostadora hasta que esté dorado.
- Añade **sal** y un chorrito de **aceite** y corta el **pan** en bastones.
- Coloca las **judías blancas** y el líquido del envase en un bol. Retira un cucharón de **judías** con líquido y ponlo en una jarra medidora. Tritura con un túrmix.
- Escurre el resto de las **judías blancas**.



Cebolla al fuego

- En la olla, agrega la **cebolla** y una pizca de **sal** y cocina 4-5 min, removiendo.
- Añade el **pimentón ahumado** y remueve.
- Agrega el **compango** y cubre con el **agua**.
- Cocina a fuego medio 20 min o hasta que la **carne** esté cocinada.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



¡A la mesa!

- Cuando la **fabada** se haya cocinado 20 min, agrega las **judías blancas** y las **judías blancas** trituradas.
- Remueve y cocina 15 min más.
- Prueba y rectifica de **sal** y **pimiento**.
- Sirve la **fabada** en platos y acompaña con las **tostadas**.

Enjoy your meal!