

RESTAURANTE BAKARTXO

FORMA DE COCER LAS VERDURAS

Hay que lavar muy bien las verduras al grifo. Pelar las que sea necesario y por último cortarlas en trozos no muy grandes.

Hay dos formas de cocerlas: al vapor y con agua.

Si se cuecen con agua se le puede añadir un chorro de aceite de oliva crudo, salen mucho más suaves. Si se cuecen al vapor probablemente habrá que añadir sal cuando se rehoguen, al vapor cogen muy mal la sal.

Ponerlas en la cocción un poco de sal, dependiendo del tipo de verdura necesitara más o menos cantidad.

FORMA DE REHOGAR LAS VERDURAS

En general la forma de hacerlo es con ajos cortados en rodajas pequeñas, fritos en aceite, añadir jamón serrano cortado en cuadrados pequeños y por último la verdura hasta que se impregne del aceite. No hacerlas demasiado ya que se quedarían blandas. Las verduras se deben comer al dente.

Cuando se vayan a sacar a la mesa añadir un chorro de aceite de oliva crudo.