# Habones a la sanabresa

## Provincia

Zamora

## Ingredientes

- 200 gr. de habones.
- 1/2 cebolla.
- 4 dientes de ajo.
- 2 hojas de laurel.
- Tocino fresco.
- Panceta.
- Chorizo tierno.
- Jamón.
- Oreja de cerdo.

Para el refrito:

- 1 cucharada de pimentón.
- 4 cucharadas de aceite de oliva.
- 2 dientes de ajo laminados.

## Elaboración

Ponemos los habones en remojo durante 48 horas cambiándole el agua cada 12 horas aproximadamente.

Transcurrido éste tiempo ponemos todos los ingredientes en una cazuela a fuego lento.

Cuando empiece a cocer añadiremos un poco de agua fría para asustar los habones y así evitar que se nos separen los hollejos del habón. Repetiremos éste proceso otras dos veces más.

Una vez empiece a hervir lo dejaremos unas dos horas, espumando de vez en cuando.

Cuando los habones estén cocidos retiraremos la media cebolla, los dientes de ajo y las hojas de laurel.

Sacaremos todo el acompañamiento y lo trocearemos, podemos trocearlo en pequeño y añadirlo de nuevo a la cazuela para comerlo todo junto o podemos reservarlo y servirlo aparte.

Una vez hayamos troceado la carne, pondremos en una sartén el aceite de oliva con los ajos laminados y cuando empiecen a dorarse retiraremos la sartén del fuego y pondremos en ella el pimentón. Removemos y añadimos a la cazuela de los habones y dejamos cocer unos 10 minutos.

Dejamos reposar una hora si es posible para que el plato coja todos los sabores.

Una vez transcurrido éste tiempo servimos en plato sopero.


Copyright © 2021 Junta de Castilla y León - Consejería de Cultura y Turismo