



Este locro es una receta tradicional de nuestro país, hay diversas formas de prepararlo, e incluso diversos ingredientes con que las personas las preparan según su gusto y criterio, pero esta receta está preparada a mi gusto y la comparto con ustedes para que la cocinen en casa y compartan con sus seres queridos, espero les quede muy rica.

INGREDIENTES:

3 papas grandes peladas y cortadas en trozos pequeños

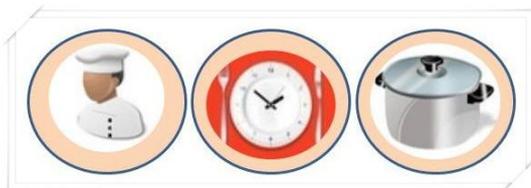
- 1 libra de habas frescas sin cáscara
- 1/4 de queso cremoso desmenuzado (kiosko)
- 1/4 de queso de mesa cortado en cubitos
- 2 cucharadas de culantro finamente picado
- 1 taza de leche
- 1 cucharadita de achiote
- 1 cebolla blanca finamente picada
- 1 cucharada de sal
- 1 cubo de caldo de queso
- 1 cubo de caldo de gallina con especias
- 2 litros de agua

PREPARACION:

En una olla ponemos el agua, y las habas a hervir por unos 20 minutos, cuando estas hayan suavizado, ponemos las papas y dejamos que hiervan por unos 20 minutos más. Luego retiramos con una cuchara la espuma que botan las papas, echamos los cubos de queso y gallina con especias y dejamos que se siga cocinando.

Aparte en una cacerola pequeña preparamos un refrito con la cebolla blanca, una taza de agua, el achiote y la cuchara de sal, revolvemos hasta que la cebolla se cristalice y echamos a la sopa que se está preparando, dejamos hervir unos 5 minutos, cuando notamos que las papas están suaves, adicionamos la leche, el culantro picado y el queso cremoso, dejamos que hierva unos 5 minutos más, para luego retirar del fuego, al servir colocamos unos cubitos de queso de mesa.....Y listo un sabroso.....Locro de habas a la mesa...Buen provecho!!!!

Consejo: De preferencia usar achiote en pasta, para que no se haga tan grasosa la preparación.



Rinde para: 10 personas
Preparación: 60 minutos
Inversión \$: Económico
Grado de dificultad: Fácil
Autor: Tradición Ecuatoriana