

SPAR



Saber elegir

*Manitas
de cerdo
guisadas*



*Tarta
de frutos
secos*



Manitas de cerdo guisadas

 DURACIÓN: 40 min

 DIFICULTAD: Fácil

 RACIONES: 4



Ingredientes

- 4 manitas de cerdo limpias
- 2 cebollas, 1 puerro, 2 dientes de ajo y 1 atadito de hierbas
- 10 bolitas de pimienta negra y 2 clavos **SPAR**
- 150 gr. de chorizo picante **SPAR**
- 1 vaso de vino blanco **SPAR**
- 150 gr. salsa tomate **SPAR**
- 1 cda. de pulpa de pimiento choricero y 1 cda. de pimentón dulce **SPAR**
- Aceite de oliva virgen extra y sal **SPAR**

Elaboración

1. En una olla express con abundante agua, ponemos las manitas de cerdo, el puerro, una cebolla, las bolitas de pimienta negra, los clavos y el atadito de hierbas. Cocemos durante 40 min. y escurrimos (reservamos 2 vasos de agua).
2. En una sartén añadimos el aceite, los ajos y la otra cebolla, todo muy picado, una vez pochadas las verduras añadimos el chorizo picante en rodajas, vertemos el vino blanco y cocinamos hasta que se evapore el alcohol y, por último, espolvoreamos el pimentón.
3. Después añadimos la salsa de tomate y los 2 vasos del agua de la cocción. Incorporamos las manitas de cerdo, salamos al gusto y cocinamos durante 40 minutos.





Tarta de frutos secos

🕒 DURACIÓN: 30 min

👩‍🍳 DIFICULTAD: Fácil

👤 RACIONES: 4-6

Ingredientes

- 1 masa de hojaldre **SPAR**
- 70 gr. de almendras y avellanas tostadas **SPAR**
- 60 gr. de nueces **SPAR**
- 60 gr. de pasas moscatel **SPAR**
- 10 gr. de piñones **SPAR**
- 2 cdas. de miel **SPAR**



Elaboración

1. Precalentamos el horno a 200°C. Extendemos la masa de hojaldre y pinchamos el centro de la masa para que solo suban los bordes, dejamos un margen de un 1 cm. aprox. Horneamos durante unos 12 min.
2. Dejamos que se temple la masa y esparcimos la crema pastelera (revisamos la receta de los volovanes), por toda la base respetando el borde. Distribuimos por encima de la crema pastelera todos los frutos secos.
3. Diluimos la miel con un poco de agua y pintamos los frutos secos. Horneamos durante 5 minutos.

NOTA: Podéis sustituir la crema pastelera, por cabello de ángel, compota de frutas, etc.

2024



FEBRERO

SPAR 

El futuro lo hacemos hoy




FEBRERO 24