

Ingredientes para Fabes con almejas. Receta asturiana



- 500 g de fabes de la Granja
- 1 k de almejas (gallegas a ser posible)
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- Medio pimiento verde
- 1 chorro generoso de aceite de oliva virgen extra para la cocción de las fabas
- 1 cucharada tipo postre de pimentón dulce de la Vera
- 5 hebras de azafrán
- 2 l. de caldo (fumet) de pescado y marisco (o agua si no tenéis)
- Para el sofrito de las almejas: 20 ml. de aceite de oliva virgen extra
- 1 diente de ajo
- 1 cayena o guindilla pequeña (al gusto y opcional)
- Medio vaso de vino blanco (125 ml.)
- Sal (al gusto)

Preparación de las fabes con almejas

1. Esta receta es superfácil de preparar aunque es importante elegir bien los ingredientes, tienen que ser de gran calidad. Para ello añadimos en una cazuela, a ser posible baja y ancha (si es de barro mejor, dicen los entendidos)
2. Las habas con un buen caldo de pescado o marisco (un **buen fumet o caldo de marisco** de calidad hará que la receta sea todo un éxito). Cubrimos con ese caldo hasta que quede un par de dedos por encima de las mismas.
3. Removemos otra vez para que se junte todo bien. Añadimos un chorro generoso de aceite de oliva virgen extra y calentamos a fuego alto hasta que rompa a hervir.

4. Cuando empiece a hervir introducimos la cebolla cortada en dos, tres dientes de ajo pelados y medio pimiento verde. Si vemos que espumea, retiramos con una espumadera.
5. Cuando lleve 1/2 hora cocinando a fuego alto le añadimos las hebras de azafrán diluidas en un poco de caldo caliente de la cazuela y una cucharadita tipo café de pimentón dulce, aunque a mí me gusta que sea mezcla de pimentón dulce y picante.
6. Bajamos la temperatura de cocción y añadimos sal al gusto. Es importante probar el caldo, no debemos añadir mucha sal pues las almejas son saladas y nos podemos pasar del punto óptimo, mejor dejarlas un poco sosas.
7. Dejamos que las fabes se cocinen lentamente a temperatura baja durante 2 horas removiendo de vez en cuando con una cuchara de madera sin romperlas.
8. Cuando lleven ya una hora, sacamos de la cazuela lo que quede de la cebolla, el ajo, el pimiento y aquellas fabes que veamos que se hayan roto, lo pasamos todo por la batidora con un poco de caldo y lo volvemos a introducir al pote.
9. Durante estas dos horas de cocción, añadimos agua fría en dos ocasiones para "asustar" las fabes (rompe el hervor y ayuda a su perfecta cocción).
10. Probamos las fabes para ver si ya están tiernas, una vez probadas y tiernas apartamos del fuego y dejamos reposar un poco. Mientras tanto preparamos las almejas.

Preparación de las almejas y presentación final

1. Para que salgan de rechupete os aconsejo hacerlas cuando tengamos las fabes ya preparadas, sólo tendremos que abrirlas al vapor con un poquito de ajo y un toque de guindilla. Alguna de ellas no se suelen abrir y las tendremos que tirar, también las que estén rotas.
2. Para hacerlas al vapor lavamos muy bien las almejas en agua fría y quitamos todas las impurezas.
3. Cortamos el ajo muy fino y salteamos en una cazuela baja sin que llegue a dorar, añadimos unas cayenas previamente machacadas con los dedos y las almejas, removemos a fuego alto durante unos segundos. Introducimos medio vaso de vino blanco y dejamos hervir.
4. Las dejamos cocinando tapadas unos 2 minutillos a fuego alto y, en cuanto estén todas abiertas, las añadimos directas a la cazuela con las fabes, así de sencillo.
5. Colamos el caldo que han soltado las almejas al hervir y añadimos también a las fabes.
6. Ahora sí, probamos el punto de sal y removemos todo con cuidado sin romper las fabes. Servimos directas a un plato hondo y a disfrutar. Homenaje gastronómico donde lo haya.