



Feijoada – Brasil

Description

Feijoada – Brasil (English version below)

Ingredientes

- 500 gramos de frijoles negros
- 250 gramos de costillas de cerdo o cualquier otra carne de cerdo
- 1 chorizos de cerdo
- 1 salchicha de cerdo
- 250 gramos de tocino ahumado
- 1 cebolla blanca finamente picada
- 2 dientes de ajo finamente picado
- 5 cucharadas de aceite
- 2 hojas de laurel
- 3 tazas de agua
- 2 Naranjas
- Arroz blanco para acompañar
- Acelgas al vapor para acompañar

Preparación

1. Colocar los frijoles a remojo mínimo por 8 horas o desde el día anterior.
2. Cocinar los frijoles a fuego medio en su misma agua por lo menos por 1 hora o 20 minutos en la olla a presión. Cuando estén cocidos, quitarles la espuma que contiene.
3. Cortar todas las carnes en pedazos de un bocado o pequeñas porciones.
4. Luego en una olla grande colocar el aceite a calentar, sofría la cebolla y ajo hasta que ligeramente dorados.
5. Agregar todas las carnes y dorar ligeramente hasta que suelte todos sus jugos.
6. Luego aparte sacar ½ taza de los frijoles y macérellos un poco con la ayuda de un tenedor o molinillo.
7. Agregar los frijoles enteros, los frijoles macerados a la olla y las hojas de laurel.
8. Añadir 3 tazas de agua, tapar y dejar cocinar por 1 hora y media o 30 minutos en la olla a presión.
9. Se puede servir con arroz blanco y trozos de naranja (esta sirve para cortar la grasa de las carnes).

Feijoada -Brazil (English version)

Ingredients

- 500 grams black beans (turtle beans)
- 250 grams pork ribs or any pork
- 1 pork sausage
- 1 pork sausage
- 250 grams smoked bacon
- 1 white onion, finely chopped
- 2 cloves garlic, finely chopped
- 5 tablespoons oil
- 2 bay leaves
- 3 cups water
- 2 oranges
- White rice to accompany
- Steam green cabbage to accompany

Preparation

1. Let the beans soak for at least 8 hours or the day before.
2. Cook the beans on medium heat in the same water for at least 1 hour, or 20 minutes in the pressure cooker. When they are cooked, remove the foam.
3. Cut all meat into bite-sized pieces or small lots.
4. Heat the oil in a large pot, sauté the onion and garlic until lightly browned.
5. Add all meat and brown slightly until you release all their juices.
6. The, separately take ½ cup of beans and mash with a fork or grinder.
7. Add bean, and the mashed beans to the pot with bay leaves.
8. Add 3 cups of water, cover and simmer for 1 ½ hours or 30 minutes in the pressure cooker.
9. Serve with white rice and orange pieces (this serves to cut the fat from meat).