

## **AMANIDA DE FAVES I PÈSOLS A LA MENTA**

### **INGREDIENTS**

600 g de faves desgranades, molt petites i tendres  
100 g de pèsols desgranats  
2 dl d'oli d'oliva verge extra  
sal en escates  
125 g de pernil curat  
1 ceba tendra  
1 cor d'enciam

### **PREPARACIÓ**

1. Escaldeu les faves amb aigua bullent i sal. Si són molt tendres, amb només 1 minut, n'hi ha prou; si són un xic més granades, els hi caldrà el doble de temps. Si són encara més grans, compreu-ne el doble, escaldeu-les, refredeu-les en aigua i gel i repeleu-les. Reserveu les faves a la nevera.
2. A la mateixa olla, bulliu els pèsols entre 2 i 4 minuts, depenent de la mida. Refredeu-les en aigua i gel, reserveu-los.
3. Munteu l'amanida amb les faves repelades distribuïdes als plats amb els pèsols. Intercaleu unes fulles de cor d'enciam i unes fulles de menta.
4. Poseu-hi el pernil curat pel damunt, unes rodelles de ceba tendra i amaniu amb un pols de sal i un raig d'oli d'oliva verge extra. Acabeu amb unes escates de sal.

### **Tot s'aprofita!!**

Les baines de pèsols les pells de les faves no cal que les llanceu. Les podeu aprofitar per fer un brou vegetal amb retalls de pastanaga i, fins i tot, algun bolet.