

FAVAS COM COMINHOS



CONFEÇÃO

1. Deite água até à marca de 0,7 L na taça de preparação. Coloque as favas no cesto de vapor. Coloque o cesto na taça e seleccione o programa de vapor durante 20 min.
2. No final da cozedura, retire a película que envolve as favas.
3. Coloque as favas descascadas numa taça e junte o azeite, o sumo de limão, a mostarda e os cominhos. Tempere com sal e pimenta. Misture, sirva morno ou frio.

INGREDIENTES

- 600 G FAVAS FRESCAS
- 2 C. DE SOPA DE AZEITE
- 5 CL SUMO DE LIMÃO
- 1 C. DE SOPA DE SEMENTES DE COMINHOS
- 1 C. DE SOPA DE MOSTARDA
- SAL
- PIMENTA