



Chícharos

Sirve

6

Ingredients

1 Papa

1/4 de Calabaza

1 Malanga

2 Zanahorias

1/2 Cebolla

1 Pimiento Verde

Media lata de Salsa de Tomate 8onzas

1 Paquete de 14 Onzas de Chicharo

1/2 Libra de Carne de Res

1 Sazon Goya con Azafran

Sal

1. Primero lavamos los chícharos y la carne ponemos todo en la olla de presión y llenamos de agua hasta la mitad de la olla, y le damos 30 minutos de presión.
2. Pasado los 30 minutos le agregamos la Malanga, Zanahoria y Papa y le ponemos 10 minutos mas de presión para que se ablanden rápido.
3. Vamos preparando el sofrito en un salten ponemos 3 cucharadas de aceite y Agregamos el pimiento verde, cebolla, el sazon goya y la media lata de salsa de tomate, y cocinamos durante 2 minutos
4. Le agregamos el sofrito a los Chícharos y le ponemos la calabaza le ponemos una cucharada de sal o ah gusto dejamos cocinar durante unos 15 minutos mas hasta que estén blandas nuestras viandas y listo!
5. Buen Provecho



Chícharos

Serve

6

Ingredients

1 Potato

1/4 Pumpkin

1 Taro

2 Carrot

1/2 Onion

1 Green Pepper

Half of 8oz Tomato Sauce can

1 Pack of Chícharos (Peas)

1/2 Pound of Meat

1 Sazón Goya with Azafran

Salt

1. First wash the peas and meat. Put everything in the pressure cooker and fill with water up till the half of the pot and give it 30 minutes of cooking with pressure.
2. After 30 minutes add the Malanga, Carrots and Potatoes and we put 10 more minutes of pressure so that they soften quickly.
3. Now we prepare the sofrito in a saucepan by putting 3 tablespoons of oil and add the green pepper, onion, Goya seasoning, half can of tomato sauce and cook for 2-3 minutes. Make sure it doesn't stick by moving it constantly.
4. Now add the sofrito to the peas. let it warm up for about 10 min and then add the pumpkin on it, put a tablespoon of salt or to taste and let it cook for about 15 more minutes and that's it!
5. Buen Provecho!