



osagaiak:

- Garbantzuak
- Arroza erdi integrala
- Porrva
- Lekak
- Espinakak
- Azenarioa
- Tomatea
- oliba olioa
- Gatza

• Garbantzuak (katilu erdia)

• Garbantzuak 8-10 orduz uretan eduki, ondoren arroza gehitu.

• Barazkiak moztu eta garbantzuei gehitu, gatza eta olioa bota eta presio-eltzean 20 minutuz egosi.

tripa-zorri