

*el*  
RECEPTARI

*de la*  
FAVA





# Index

<b>BAR EL MERCAT</b> Tel. 644 423 750	<b>4</b>
<b>BAR TRILLAORA</b> Ctra. Xàbia, 5 Tel. 96 649 31 10	<b>6</b>
<b>LA CUINA DE XARO</b> Partida Alcasar, 10 Tel. 654 894 602	<b>8</b>
<b>RESTAURANT LA CUMBRE</b> Tel. 96 649 32 13 Urb. La Cumbre del sol, zona A	<b>10</b>
<b>TRIBUS DINNER</b> Avd. Alicante, 51 Tel. 96 649 32 91   672 264 364	<b>12</b>
<b>PIZZERIA ANTIQUARY</b> Avd. València, 1 Tel. 96 649 36 20	<b>15</b>
<b>BENI-ASIA</b> C/ Assegador, 14 Tel. 96 649 40n42	<b>16</b>

# "QUICHE" ORIENTAL DE FAVES, BACÓ I VERDURES



## Ingredients

### PER A LA PASTA

300 g de farina.  
150 g de margarina.  
Sal.  
Un poc d'aigua.

### FARCIT

400 g de faves picades.

150 g de bacó.  
300 g de verdura en tires fines  
com ara: safanòria, col blanca,  
ceba, etc...  
1 dl de llet.  
2 ous.  
150 g de formatge ratllat.  
Una miqueta de curri.  
Sal i pebre.

## Elaboració

### FARCIT

Mesclem la farina, la margarina, la sal i un poc d'aigua per a fer la base de la "quiche".

Bullim les faves i les verdures fins que estiguen tendres. Després les piquem en trossets xicotets. Afegim a la verdura el bacó i el sofregim un poc.

Mentre es fa la verdura, mesclem els ous i la llet.

Posem la pasta en un motle i afegim el barrejat (faves, verdura, llet i ous). A continuació li posem el formatge per damunt.

Enfornem durant 40 minuts a 180 graus.



## XILI AMB CARN I FAVA DEL POBLE NOU DE BENITATXELL

### Ingredients

500 grams de carn picada.  
250 grams de ceba picada.  
1 cabeça d'alls, pelada i picada.  
650 grams de tomaca triturada.  
3 cullerades de farina.  
1 litre de brou de carn.

1 quilo de fava pelada i bullida  
prèviament.  
250 grams de dacsà dolça.  
Orenga, sal i pebre (ditet picant  
opcional).

### Elaboració

Sofregim la carn fins que estiga ben sofregida.

Afegim la ceba i l'all picat. Afegim la farina i sofregim una mica més. Afegim la tomaca triturada i el brou. Bullim durant un temps fins obtenir una bona consistència. Completem amb les faves i amb la dacsà i bullim a foc lent durant 20 minuts més.

# TACS DE FAVA



## Ingredients

- Coquetes de blat per a fer els tacs.
- Faves sense la beina.
- Carn de pollastre tallada en tirs fines.
- Ceba picada.
- Pebrera roja i verda tallada a tirs.

## Elaboració

Sofregim en oli d'oliva la ceba, la pebrera roja i verda fins que s'estoven un poc. Després afegim el pollastre i deixem que es cuine. A continuació, afegim les faves, salpebrem al gust i removem tots els ingredients. Cobrim la mescla amb aigua i deixem que coga fins que l'aigua s'evapora. Tastem el punt de sal.

Quan tinguem el farcit, cal fem les coquetes al forn o microones i les omplim amb la preparació de les faves. Ho servim calent.

Bar trillaora



# MANDONGUILLES DE FAVA AMB SALSA DE FAVA PELADA

## Ingredients

### SALSA

Ceba picada fina.  
Tomaca ratllada.  
Fava pelada.  
Brou d'au.  
Pebre roig dolç fumat.

### MANDONGUILLES

Carn picada mixta de porc i vedella.  
Ou.  
Llet.  
Pa de motle.  
Fava cuita i pelada.  
Ceba picada molt fina.  
Farina de blat.  
Brandi.

## Elaboració

### SALSA

Posem en una paella la ceba i la fregim a foc lent fins que estiga caramelitzada, afegim la tomaca i fregim fins que es faça un sofregit dens que se separe de l'oli. Afegim la fava pelada, removem i cobrim amb el brou d'au. Deixem coure el conjunt fins que estiga la fava ben feta. Donem el punt de sal. Ho triturem tot i ho passem per un col·lador xinés.

### MANDONGUILLES

Fregim lentament la ceba fins que

estiga blaneta i transparent. Afegim el brandi i caramelitzem. Afegim les faves cuites i pelades, removem i reservem.

Remullem el pa de motle amb llet i després l'escorrem.

Mesclem la carn picada, l'ou, el pa remullat i salpebrem. Afegim la mescla de ceba i fava i la barregem bé.

Formem les mandonguilles, passem per la farina de blat i fregim en oli ben calent. Escorrem i incorporem la salsa de fava pelada. Coem 15 o 20 minuts. Servim calent.

# COQUES DE SAMFAINA AMB FAVA I OU DE GUATLA

## Ingredients

### FARCIT

- 200 g de fava.
- 100 g de pebrera roja i verda.
- 100 g d'albergínia.
- 100 g de ceba.
- 1 botifarra.
- Ous de guatla.

### PASTA

- 200 g de farina.
- 10 g de llevat.
- ½ got d'aigua.
- ¼ de got d'oli.
- Un pessiguet de sal.



## Elaboració

### PASTA

Posem tots els ingredients de la pasta en un bol i els pastem. Quan tinguem la pasta feta, fem boletes, les posem en una safata i les tapem. Quan hagen doblat la seua grandària aplanem la pasta en forma redona.

### FARCIT

Tallem la verdura en quadrats. Sofregim totes les verdures juntes i quan estiguen fregides afegim la botifarra a trossets i la deixem coure uns 15 minuts.

Posem el farcit per damunt de la pasta de la coca i afegim un ou.

Enfornem a 190 graus durant uns 20 minuts.





## POLP AMB FAVA

### Ingredients

500 g de polpet.

200 g de fava.

1 ceba.

2 alls.

1 gotet de conyac.

Herbes provençals.

Sal.

Oli d'oliva.

Tomaca ratllada.

### Elaboració

Tallem la ceba a trossets finets i sofregim junt amb les faves i els alls, afegim la tomaca i el polp i ho sofregim tot. Després afegim el conyac i ho deixem coure uns 15 minuts.

La cuina de Xaro

# FIGATELL DE SÈPIA AMB FAVA



## Ingredients

- 1 kg de sèpia neta.
- 600 g de fava blanquejada.
- 1 cabeça d'all.
- 200 g de pa ratllat.
- 4 clares d'ou.
- 3 cullerades ben plenes de julivert picat.
- 1 ceba gran saltejada.

## Elaboració

Piquem la sèpia amb un robot de cuina i en un bol posem tots els ingredients junt amb la sèpia picada i ho pastem tot bé. Després anem fent boletes i les posem a la planxa.

Restaurant La Cumbre



# MOLLET DE TINTA DE CALAMAR AMB FAVA I CÚRCUMA

## Ingredients

### FARCIT

1 kg de faves ben tendres amb la beina.  
200 g d'espínacs bullits.  
1/2 got d'oli d'oliva verge extra.  
5 alls tendres a trossets.  
3 alls picats.  
1 culleradeta de sal.  
1/2 cullerada de coriandre picat.  
1/2 cullerada de julivert picat.  
1 culleradeta de comí, nyora picada i cúrcuma.

### PASTA

1 got d'oli d'oliva verge extra.  
1 got de gasosa.  
1/2 culleradeta de sal.  
Farina, la quantitat que admeta la pasta.  
1 sobre de tinta de calamar.

## Elaboració

### FARCIT

Tallem a trossets les faves sense llevar les beines i les fem al vapor. Sofregim els alls, les espècies, el coriandre, el julivert i li afegim els espínacs i les faves ja bullides. Ho saltegem tot perquè agafe bé els sabors de tot el sofregit.

### PASTA

Pastem tots els ingredients i deixem reposar la pasta uns 5 minuts. A continuació fem boletes i les estirem. Omplim la pasta amb el farcit i ho posem al forn uns 15 minuts a 180 graus.

# TACS DE FAVA AMB "FAVAMOLE"



## Ingredients

Trites cruixents.  
Faves saltejades.

### FAVAMOLE 1

1 tassa de fava picada i bullida.  
1 culleradeta de pebre dolç.  
1 culleradeta d'orenga.  
1 culleradeta de pebre.  
1 culleradeta pebre roig picant.  
1 culleradeta de sal.  
1 culleradeta de timó.  
1 culleradeta d'oli d'oliva.

### FAVAMOLE 2

½ tassa de puré de fava.  
½ tassa d'alvocat.  
2 cullerades de coriandre picat.  
2 cullerades de suc de llima.  
Sal i pebre al gust.

### FARCIT

Ceba picada.  
Tomaca picada.  
Encisam a tires.  
Xili de Jalapa... qualsevol  
ingredient que apetisca.

## Elaboració

### FAVAMOLE 1

Saltegem les faves amb les espècies i oli fins que quede cruixent.

### FAVAMOLE 2

En un morter posem tots els ingredients i els piquem bé.

Després en les trites cruixents posem les faves saltejades, "favamole" i farcit al gust.



# HAMBURGUESA DE FAVA AMB ALLIOLI VEGÀ

## Ingredients

### HAMBURGUESA

- 1 tassa de puré de fava.
- 2 cullerades de ceba picada.
- 2 alls.
- 1 culleradeta de pebre dolç.
- Sal i pebre al gust.
- ¼ de tassa de farina de cigrons.
- ½ tassa d'aigua.
- Pa ratllat per a empanar.

### ALLIOLI

- ½ tassa de tofu.
- 2 cullerades de julivert.
- 1 cullerada de llima.
- 1 cullerada d'oli d'oliva.
- Sal i pebre al gust.
- 2 alls.

## Elaboració

### HAMBURGUESA

Triturem tots els ingredients excepte la farina, l'aigua i el pa ratllat.

En un bol posem la farina amb l'aigua i ho mesquem i en un altre bol posem el pa ratllat.

Amb els ingredients que hem triturat fem la forma d'hamburguesa i ho passem per la mescla de farina i aigua i després pel pa ratllat.

Fregim amb prou oli i després enforenem uns 20 minuts.

### ALLIOLI

Col·loquem tots els ingredients en un got i els passem per la batedora.

Tribus

# GELAT DE FAVA I XOCOLATE



## Ingredients

500 ml de llet de soja.

1 cullerada de farina de cigrons.

½ tassa de sucre de canya.

1 tassa de puré de fava neta i bullida.

½ tassa de xips de xocolate o xocolate picat.

## Elaboració

Bullim la llet junt a la farina de cigrons i el sucre.

Ho llevem del foc i afegim el puré de fava. Deixem gelar i després ho passem per la liquadora. Després ho passem pel colador i ho deixem a la nevera tota la nit. Passat el temps, afegim els xips de xocolate i seguim les instruccions de la màquina de gelats.

Tribus



# COCA DE FAVA VEGETARIANA

## Ingredients

### PASTA PER A LA COCA

400 g de farina.  
20 g de llevat de forn.  
50 g d'oli d'oliva.  
15 g de sal.  
L'aigua que li pugueu posar.

### FARCIT

500 g de faves.  
200 g de creïlla nova.  
3 cebes mitjaneres.  
20 g pebre dolç.  
20 g de sal.  
100 cl d'oli de oliva.  
250 g de tomaca natural ratllada  
amb alfàbega i un all, sal i pebre.

## Elaboració

### PASTA

Mesclem la farina, el llevat, l'oli i la sal i anem posant aigua fins que tinguem una pasta solta i que no s'apegue a les mans. Ho deixem fermentar fins que doble la seua grandària.

### FARCIT

Sofregim la ceba amb oli, sal i pebre fins que quede transparent. Incorporarem la creïlla i les faves tallades i continuem remenant fins que estiguen tendres. Si és necessari hi afegim un poc d'aigua.

Quan estiga preparat fem el puré ben fi i ens servirà de base per a la coca.

Estirem la pasta de les coques i posem en la base una cullerada de tomaca que hem preparat. Amb l'ajuda d'una cullera distribuïm el puré i posem el formatge per a fondre.

Fornegem a 250 graus durant 12 minuts aproximadament.

Antiquary

# BAO BAU O BAOZI



## Ingredients

- Fava.
- Carn picada.
- Porro.
- Farina.
- Llevat.
- Llet.
- Salsa de soja.

## Elaboració

Poseu en un bol la farina. Afegim el llevat, aigua i llet i ho pastem fins aconseguir una pasta que no s'apegue.

Formen una bola i la deixem reposant uns 30 minuts fins que doble la seu grandaria. Estirem la pasta i posem el farcit (carn picada, fava i porro). Tanquem la pasta en forma de saquet.

Ho coem al vapor durant 10 minuts i servim amb salsa de soja.

Beni-àsia



# BAO BAO O BAOZI

## Ingredientes

Haba  
Carne picada  
Puerro  
Harina  
Levadura  
Leche  
Salsa de soja

## Preparación

Poner en un bol la harina. Añadir la levadura, el agua y la leche. Amasar hasta conseguir una pasta que no se pegue.

Formar una bola y dejar en reposo hasta que doble su tamaño, unos 30 minutos.

Luego formar bolas pequeñas y extender la masa para poner el relleno (carne picada, haba y puerro).

Cerrar la masa en forma de saquito, cocerlo al vapor unos 10 minutos y servir con salsa de soja.



# COCA DE HABA VEGETARIANA

## Ingredientes

200 gr de patata nueva.  
3 cebollas medianas.

20 gr de pimentón dulce.

20 gr de sal.

100 cl de aceite de oliva.

250 gr de tomate natural rallado

con albahaca.

Un diente de ajo.

Sal y pimienta.

se añade un poco de agua. Cuando esté listo hacer un puré fino que nos servirá de base para la coca.

Extraemos la masa de las cocas y ponemos en la base una cucharada de tomate que hemos preparado. Ahora con la ayuda de una cuchara distribuimos el puré y ponemos queso para fundir por encima.

Hornear 250 °C 12 minutos aproximadamente.

# Preparación

## MASA PARA LA COCA

400 gr de harina.

20 gr de levadura de panadería.

50 gr de aceite de oliva.

15 gr de sal.

Agua, la que admita.

## RELLENO

500 gr de habas.

# Elaboración

## MASA

Mezclamos la harina, la levadura, el aceite, la sal y vamos añadiendo

agua hasta tener una masa suelta y

que no se pegue. Dejar fermentar

hasta que doble su tamaño.

## RELLENO

Sofreimos la cebolla con aceite,

sal y pimentón hasta quedar

transparente. Incorporamos la

patata y las habas (cortadas) y

continuamos removiendo hasta

que estén tiernas. Si es necesario



# HELADO DE HABA Y CHOCOLATE

## Ingredientes

- 500 ml de leche de soja.
- 1 cucharada de harina de garbanzos.
- ½ taza de azúcar de caña.
- 1 taza de puré de habas limpias y cocidas.
- ½ taza chips de chocolate o chocolate picado.



## Preparación

Hervimos la leche junto a la harina de garbanzos y el azúcar.

Quitamos del fuego y agregamos el puré de haba. Dejamos enfriar y luego lo pasamos por la licuadora. Luego lo pasamos por el colador y lo dejamos en la nevera toda la noche. Pasado el tiempo, agregamos chips de chocolate y seguimos las instrucciones de la máquina de helados.

Tribus

Colocamos todos los ingredientes en un vaso y lo pasamos por la batidora.

## ALIOLI

Triturar todos los ingredientes excepto la harina, el agua y el pan rallado. En un bol ponemos la harina de garbanzos y el agua y mezclamos, y en otro bol ponemos el pan rallado. Con los ingredientes que hemos triturado damos forma de hamburguesa y pasamos por la mezcla de harina y agua y luego por el pan rallado. Freímos con suficiente aceite y luego hornearnos unos 20 minutos.

## HAMBURGUESA

## Preparación

1 taza de puré de haba.  
2 cucharadas de cebolla picada.  
2 dientes de ajo.  
1 cucharadita de pimentón dulce.  
Sal y pimienta al gusto.  
¼ de taza de harina de garbanzos.  
½ taza de agua.  
Pan rallado para empanar.

## HAMBURGUESA

## ALIOLI

½ taza de tofu  
2 cucharadas de perejil.  
1 cucharada de limón.  
1 cucharada de aceite de oliva.  
Sal y pimienta al gusto.  
2 dientes de ajo

## Ingredientes



HAMBURGUESA  
DE HABA CON  
ALIOLI VEGANO

# TACOS DE HABA CON FAVAMOLE

## Ingredientes

Tortillas crujientes.  
Habas salteadas.

### FAVAMOLE 1

- 1 taza de haba picada y hervida.
- 1 cucharadita de pimentón dulce.
- 1 cucharadita de orégano.
- 1 cucharadita de pimienta.
- 1 cucharadita pimentón picante.
- 1 cucharadita de sal.
- 1 cucharadita de tomillo.
- 1 cucharadita de aceite de oliva

### OTROS RELLENOS

- 1/2 taza de puré de haba.
  - 1/2 taza de aguacate.
  - 2 cucharadas de cilantro picado.
  - 2 cucharadas de jugo de limón.
  - Sal y pimienta al gusto
- Cebolla picada.  
Tomate picado.  
Lechuga en tiras.  
Jalapeños,... cualquier ingrediente que apetezca

### FAVAMOLE 2

## Preparación

### FAVAMOLE 1

Saltear las habas con todas las especias y aceite hasta que estén crujientes.

### FAVAMOLE 2

En un mortero ponemos todos los ingredientes y los machacamos bien.

Luego en las tortillas crujientes ponemos las habas salteadas, favamole y relleno al gusto.



# MOLLETE DE TINTA DE CALAMAR CON HABA Y CÚRCUMA

## Ingredientes

MASA

1 vaso de aceite de oliva virgen  
extra.  
1 vaso de gaseosa.  
½ cucharadita de sal.  
Harina, la cantidad que admita la  
masa  
1 sobre de tinta de calamar.

RELLENO

1 kg de habas bien tiernas con la  
vainita.  
200 gr de espinacas hervidas.  
½ vaso de aceite de oliva virgen  
extra.  
5 ajos tiernos a trocitos.  
3 dientes de ajos machacados.  
1 cucharadita de sal.  
½ cucharada de cilantro picado.  
½ cucharada de perejil picado.  
1 cucharadita de comino, ñora pica-  
da y cúrcuma.

## Elaboración

Cortamos a trozos las habas sin quitarles las vainas y las hacemos al vapor. Sofreímos los ajos, las especias, el cilantro, el perejil y le añadimos las espinacas y las habas cocidas al vapor. Lo salteamos todo para que coja bien los sabores de todo el sofrito.

MASA

Amasamos todos los ingredientes y dejamos reposar la masa unos 5 minutos, a continuación vamos haciendo bolitas y estirándolas, las rellenamos con las habas salteadas y las metemos en el horno unos 15 minutos a 180 °C



Picamos la sepia con un robot de cocina. En un bol añadimos todos los ingredientes junto con la sepia picada y amasamos todo bien, luego vamos haciendo bolitas y las asamos a la plancha.

## Elaboración

- 1 kg de sepia limpia.
- 600 gr de habas blanqueadas.
- 1 cabeza de ajos picada.
- 200 gr de pan rallado.
- 4 claras de huevo.
- 3 cucharadas colmadas de perejil picado.
- 1 cebolla grande salteada.

## Ingredientes

## FIGATELLA DE SEPIA CON HABA



cocemos unos 15 minutos.

Cortar la cebolla en juliana y sofreír con las habas y el ajo. Luego añadimos el tomate y el pulpo y sofreímos todo un poco. Después añadimos el coñac y

## Preparación

500 gr de pulpos.  
200 gr de habas.  
1 cebolla.  
2 ajos.  
1 vasito de coñac.

Hierbas provenzales.  
Sal.  
Aceite de oliva.  
Tomate rallado.

## Ingredientes

## PULPITO CON HABAS





# COCA CON PISTO DE HABAS Y HUEVO DE CODORNIZ

## Ingredientes

### RELLENO

200 gr de habas.  
100 gr de pimienta rojo y verde.  
100 gr de berenjenas.  
100 gr de cebollas.  
1 morcilla.  
Huevos de codorniz

### MASA

200 gr de harina.  
10 gr de levadura.  
½ vaso de agua.  
¼ de vaso de aceite.  
Una pizca de sal.

## Preparación

### MASA

Fonemos todos los ingredientes de la masa en un bol y amasamos. Cuando tengamos la masa hecha, hacemos bolitas, las ponemos en una bandeja y tapamos, cuando hayan doblado su tamaño aplanamos la masa en forma redonda.

### RELLENO

Cortamos las verduras en cuadrados. Sofreímos todas las verduras juntas y cuando estén pochadas echamos la morcilla a trocitos y lo dejamos cocer unos 15 minutos.

Fonemos el relleno encima de la masa de coca y añadimos un huevo.

Hornear a 190 °C durante unos 20 minutos.





# ALBÓNDIGAS DE HABAS CON SALSAS DE HABAS Y PELADA

## Ingredientes

ALBÓNDIGAS

Carne picada mixta de cerdo y ternera.

Huevo.

Leche.

Pan de molde.

Habas cocidas y peladas.

Cebolla picada muy fina.

Harina de maíz.

Brandy.

SALSAS

Cebolla picada fina.

Tomate rallado.

Habas peladas.

Caldo de ave.

Pimentón dulce ahumado.

## Elaboración

SALSAS

Ponemos en una sartén la cebolla

y pochamos hasta caramelizarla,

añadimos el tomate y freímos hasta

que quede un sofrito denso que

se separe del aceite. Añadimos

las habas peladas, removemos

y cubrimos con el caldo de ave.

Dejamos cocer el conjunto hasta

que las habas estén bien hechas.

Dar el punto de sal. Trituramos y

pasamos por un colador chino.

ALBÓNDIGAS

Pochamos la cebolla hasta que este

blanda y transparente, añadimos el

removemos y reservamos.

Remojamos el pan de molde con

leche, después escurrimos.

Mezclamos la carne picada,

el huevo, el pan remojado y

salpimentamos. Añadimos la

mezcla de la cebolla y haba y

mezclamos bien.

Formamos las albóndigas, pasamos

por la harina de maíz ¡ freímos

en aceite bien caliente. Escurrir

e incorporar a la salsa de haba

pelada.

Cocer 15 o 20 minutos. Servir

caliente.



## Ingredientes

Tortitas de trigo para hacer los tacos.  
Habas sin la vaina.  
Carne de pollo cortada a tiras.  
Cebolla picada.  
Pimiento rojo y verde cortado a tiras.

## Preparación

Sofreimos en aceite de oliva la cebolla, el pimiento rojo y verde hasta que se ablanden un poco. Luego añadimos el pollo y dejamos que se cocine. Luego añadimos las habas, removemos todo el conjunto y salpimentamos al gusto. Cubrimos los ingredientes con agua y dejamos cocer hasta que se evapore el agua. Probar el punto de sazón.

Quando tengamos el relleno, calentamos las tortitas en horno o microondas, rellenar la preparación de habas y servir caliente.

# CHILI CON CARNE Y HABAS

## Ingredientes

- 1 kilo de habas, peladas y hervidas previamente
- 250 gramos de maíz dulce
- Orégano, sal y pimienta (guindilla picante opcional)
- 500 gramos de carne picada
- 250 gramos de cebolla picada
- 1 cabeza de ajo pelada y picada
- 650 gramos de tomate triturado
- 3 cucharadas de harina
- 1 litro de caldo de carne



## Elaboración

Sofreír la carne hasta que esté bien hecha, añadir la cebolla y el ajo bien picados. A continuación, añadir la harina y sofreír un poco más. Verter el tomate triturado y el caldo. Hervir durante un tiempo hasta obtener buena consistencia. Completar con las habas y con el maíz dulce y hervir a fuego lento durante 20 minutos más.

Bar el mercat

# QUICHE ORIENTAL DE HABAS, BEIGON Y VERDURAS

## Ingredientes

### PARA LA MASA

300 gr harina.  
150 gr margarina.  
Sal.  
Un poco de agua.

### RELLENO

400 gr habas picadas.  
150 gr beicon.

300 gr de verdura en juliana (zanahoria, col blanca, cebolla, etc.).  
1 dl leche.  
2 huevos.  
150 gr queso rallado.  
Una pizca de curri.  
Sal y pimienta.

## Elaboración

### MASA

Mezclamos la harina, la margarina, la sal y un poco de agua para hacer la base de la quiche.  
Hervir las habas y las verduras hasta que estén tiernas. Luego las picamos en trozos pequeños. Añadimos a las verduras el beicon y sofreímos un poco.  
Mientras se hacen las verduras, mezclamos los huevos y la leche.  
Extendemos la masa en un molde y añadimos la mezcla (habas, verdura, leche y huevos) y ponemos el queso por encima.  
Hornear 40 minutos a 180 °C



*Índice*

- 4 **BAR EL MERCAT**  
Tel. 644 423 759
- 6 **BAR TRILLAORA**  
Ctra. Xàbia, 5  
Tel. 96 649 31 20
- 8 **LA CUINA DE XARO**  
Partida Alcasar, 10  
Tel. 654 894 602
- 10 **RESTAURANT LA CUMBRE**  
Tel. 96 649 32 13  
Urb. La Cumbre del sol, zona A
- 12 **TRIBUS DINNER**  
Avd. Alicante, 51  
Tel. 96 649 32 91 | 672 264 364
- 15 **PIZZERIA ANTIQUARY**  
Avd. València, 1  
Tel. 96 649 36 20
- 16 **BENI-ASIA**  
C/ Assegador, 14  
Tel. 96 649 40n42



# RECETARIO

# FAVA

