**Pochas a la navarra**

Ingredientes: para 4 personas.

* Pochas: 500g limpios, la mejor época para cocinar este plato, es el mes de septiembre, fácil de encontrar el producto en el País Vasco, Navarra y Aragón. Si no, hay pochas congeladas y crudas de ½ kg- en Mercadona- . (buena calidad).
* Agua -Litro y medio aproximado.
* Ajo- 5 dientes sin pelar.
* Un pimiento verde sin pepitas
* Cebolla mediana ½
* Tomate grande ½ o un poco mas
* Vinagre de vino -15g. sal
* Guindillas (Piparras) para acompañar el plato (opcional).

Elaboración:

1. Una vez limpias las pochas, en una cazuela con agua, ponemos las pochas a hervir al principio fuego fuerte y luego durante 2h. a fuego suave. Añadimos los ajos el pimiento, tomate y la cebolla.
2. Retirar los ajos, pimiento la cebolla y el tomate, batimos 2 ajos, con el tomate, el pimiento y la cebolla con una cucharada de pochas y añadimos a la cazuela. (varias cucharadas).
3. Añadimos el resto de los ajos, algo de caldo si precisa, corregir la sal y añadir un poco de vinagre (15g) y dejamos a cocer unos minutos y a continuación cuchara en mano y al ataque.
4. Se puede añadir un chorrito de aceite de oliva una vez servidos en el plato.