



Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura



# Frijoles colados

Peru | Fácil | 8-10 horas | 10 raciones | Postre



## Ingredientes

Frijoles negros, secos	500 g
Leche condensada	150 ml
Azúcar	900 g
Agua	120 ml
Clavo, molido	5 g
Semillas de sésamo, tostadas	5 g

## Herramientas y equipos

- ~ Colador
- ~ Cazuela de acero inoxidable
- ~ Cuchara de madera u otra herramienta para agitar



## Pasos

- 1 Lavar y poner en remojo los frijoles (entre ocho y diez horas).
- 2 Cocer frijoles.
- 3 Frotar frijoles en un colador o tamiz junto con la leche condensada.
- 4 Añadir azúcar, agua y clavo en una cazuela, cocinar a fuego medio durante tres o cinco minutos hasta que se forme un sirope.
- 5 Verter el sirope en el puré de frijoles.
- 6 Hervir a fuego lento toda la mezcla, agitando constantemente hasta que alcance una textura suave.
- 7 Servir frío en boles y adornar con semillas de sésamo tostadas.