

el cocinero andaluz



blog de cocina mediterránea

0235 POTAJE DE GARBANZOS PEDROSILLANOS

Ingredientes (para 4 comensales)

- Garbanzos pedrosillanos (400 gr)
- Rabo de cerdo (100 gr)
- Costilla de cerdo (100 gr)
- Cebolla (1)
- Zanahoria (1)
- Puerro (1)
- Apío (1)
- Ajos (3)
- Pimienta negra en grano
- Laurel fresco (1 hoja)
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Sal marina en escamas



Proceder

Pon los garbanzos a remojo de víspera

Por la mañana, escúrrelos del agua de remojo

Pela y limpia la verdura que vayas a utilizar y la carne, que esté bien limpia también

Pon una olla grande con agua caliente e introduce el rabo y las costillas de cerdo

Ahora añade los garbanzos pedrosillanos

Pon también en la olla la cebolla, la zanahoria, el puerro, el apío, los ajos, el laurel y la pimienta

Por último añade un poco de sal y un chorrito de aceite

Tapa la olla y deja cocer a fuego lento

Cuando lleve cocinando unos 20 minutos, destapa la olla y quita la espuma que se haya podido formar en la superficie



Tapa de nuevo y deja cocer alrededor de una hora

No se puede decir con certeza el tiempo que ha de cocer este puchero, pues depende de muchos factores: garbanzos, agua, olla, fuego... etc

Para saber cuando está listo, lo mejor es probar los garbanzos y notaremos perfectamente cuando están a punto

Saca la carne por un lado y trocéala

Saca también la verdura y trocéala también, aliñándola con un poquito de sal y un chorrito de aceite de oliva

Sirve los garbanzos acompañados de algo de carne y verdura cada uno de los platos

Pon unas escamas de sal marina sobre la carne y las verduras y echa un poco más de aceite de oliva