Potaje de Garbanzos con Bacalao y Espinacas

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: ÁlvaroRecetas



Tiempo: 1h y 30min
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Medio

Descripción:

Como ya sabéis que estamos ya en Vigilia, que es desde que acaban los carnavales hasta la Semana Santa, desde ahí contamos los 40 días. Este típico plato se suele preparar los viernes, conocidos como los Viernes de Cuaresma, que no se puede comer carne, quién lo desee hacer.

Ingredientes para 4 personas :

- 300g de Bacalao desalado de 300g de garbanzos 250g de espinacas
- 4 dientes de ajos de 2 cebollas medianas 1 cabeza de ajos pequeña
- 1 cucharada de pimentón de la Vera, dulce. de 1 hoja de laurel 1 cucharada de harina
- Sal al gusto. de Aceite de oliva Agua
- 2 dientes de ajos Perejil picado Miga de pan o pan de 1 patata

Preparación:

Paso 1

La noche anterior pondremos en remojo los garbanzos con sal, y añadimos agua caliente y deben estar como mínimo 12 horas. Es la única legumbre que se pone en remojo con agua caliente. Haremos lo mismo con el bacalao, si es salado le pones en remojo con agua cambiándole cada 3 horas. Para eliminar toda la sal. Yo utilicé Bacalao desalado. En una cacerola añadimos los garbanzos, junto con el agua, 1 cebolla en trozos, la hoja de laurel y la cabeza de ajos.

Paso 2

El bacalao que teníamos en remojo para desalarle, lo lavamos bien y quitamos las espinas, cortamos en trozos y lo agregamos a la cacerola. Dejamos que cueza a fuego medio, durante 90 minutos. Lavamos las espinacas frescas, y las cortamos en trozos para agregarlas a la cacerola, junto con los demás ingredientes para que se vayan cocinando lentamente, y cojan sus sabores. Ahora vamos a preparar el sofrito, en una sartén añadimos

el aceite de oliva, incorporamos la cebolla partida a trozos pequeños, y los dientes de ajos picaditos. Dejamos que se vayan pochando, incorporamos la cucharada de harina, la sofreímos un poco y a continuación echamos el pimentón de la Vera. No hay que dejarle mucho, si no se quemará y amargara.

Paso 3

Volcaremos el sofrito a la cacerola, moviendo con cuidado para no destrozar el guiso. Añadimos una patata a trozos y hay personas que añaden huevo cocido también. Eso al gusto de cada uno. Yo lo acompaño con huevos rellenos. Ahora vamos a preparar los huevos, pelamos los ajos picados y el perejil. Batiremos los 2 huevos, y lo volcaremos a un bol. En el bol ya teniendo los huevos batidos, agregamos los ajos picados y el perejil. Seguidamente la miga de pan, yo utilicé pan rallado. Iremos agregando según nos vaya pidiendo la masa, debe de quedar algo espesa, no demasiado.

Paso 4

En una sartén pondremos aceite de oliva, y con una cuchara vamos cogiendo la masa, cuando el aceite este caliente lo echamos para que se frian. Irán creciendo y deberán de quedar esponjosos. Cuando tengamos todos fritos, los agregamos a la Cacerola de potaje, y que cuezan como 10 minutos. Comprobamos si nuestro guiso está bien de sal, y los garbanzos están cocidos. Si es así, el potaje estaría cocinado y listo para servir y comer. A comer se ha dicho.

Paso 5

https://cocinandoconamorconalvaro.wordpress.com/