

# Tripa con cap i pota y garbanzos



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Eva Codina



**Tiempo:** 2 horas

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Tradicional

**Coste:** Medio

**El truco de esta receta:**

A mi me gusta ponerle al final de la cocinó un poco de butifarra negra.

## Descripción:

En Europa se pueden encontrar diversos países que elaboran platos con las tripas de los animales, se puede decir que como característica general muchos de estos platos poseen identificaciones nacionales como es el caso de los Haggis escoceses, elaborados con tripas de cordero y cereal.

## Ingredientes para 8 personas :

- Un kilo de tripa blanca, precocida.
- Medio kilo de cap i pota, cabeza de ternera precocida
- Una cebolla grande.
- Dos pimientos verdes, tipo italiano.
- Tres dientes de ajo.
- Cuatro o cinco tomates maduros grandes ó 400 grs. de tomate triturado
- Un par de guindillas.
- Un bote de garbanzos cocidos de 400 grs
- Un trozo de chorizo curado picante.
- Unos 150 grs de jamón, a poder ser ibérico
- Dos rebanadas de pan del día anterior.
- Un vasito de vino blanco seco
- Una cucharada sopera rasa, de pimentón dulce
- Aceite de oliva virgen extra
- Dos hojas de laurel.
- Unos granos de pimienta negra.
- Sal.

## Preparación:

### Paso 1

Lavamos el cap i pota, en agua fría, escurrimos y reservamos...Ponemos la tripa en agua fría con un buen

chorro de vinagre y dejamos en remojo una media hora, pasado ese tiempo la enjuagamos bien, escurrimos y lo cortamos todo en trocitos. En una olla abierta, ponemos la tripa cubierta de agua fría, con el laurel, los granos de pimienta y un poco de sal, dejamos cocer una media hora, al cabo de ese tiempo añadimos la cabeza y cocemos unos 15 minutos más...Escurremos y reservamos el caldo... En una cazuela ponemos un chorro de aceite de oliva y freímos dos ajos pelados enteros y las rebanadas de pan, sacamos y reservamos, en el mismo aceite echamos la cebolla, el otro ajo y el pimiento picaditos y los pochamos hasta que tomen un poco de color y estén bien blanditos, a continuación el jamón picado, las guindillas y el chorizo en rodajas o picado, les damos unas vueltas y añadimos el pimentón y el tomate rallado o triturado, a medio sofreír, agregamos el vino, y la picada anterior que habremos triturado con un poco del caldo...Lo dejamos cocer a fuego lento y removiendo de vez en cuando para que no se pegue, hasta que el tomate esté bien frito... Paso 2: Una vez que tengamos hecho el sofrito añadimos la tripa, el cap i pota y los garbanzos, previamente lavados y escurridos, lo mezclamos todo bien y cubrimos con el caldo, sin encharcarlo demasiado, es mejor ir añadiendo caldo, si se queda corto y lo dejamos cocer medio destapados y a fuego lento hasta que todo esté bien tierno, removemos de vez en cuando, para que no se pegue o bien sacudimos un poco la cazuela, así además haremos que la salsita ligue mejor... Una vez hechos los dejamos reposar tapados, mínimo un par de horas, de ese modo quedan todavía más melosos y la salsita más espesa, aunque lo mejor es hacerlos de un día para otro...Servimos bien calientes y con una buena hogaza de pan y listos para disfrutar...!!!