

# GUISO DE GARBANZOS CON CALAMARES



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

**Creador:** Flor Roja



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

**Descripción:**

## Ingredientes para 4 personas :

- 2 o 3 CALAMARES ( SEGÚN TAMAÑO )
- 1 CEBOLLA .
- 1 TOMATE BIEN MADURO .
- 1 COPITA DE VINO BLANCO
- 1 hoja de laurel
- GRANOS DE PIMIENTA Y SAL AL GUSTO.
- 2 o 3 CUCHARADAS DE ACEITE
- GARBANZOS COCIDOS EN CASA O DE BOTE

## Preparación:

### Paso 1

En una cazuela de barro poner en frío el aceite , los calamares cortados en medias rodajas , las aletas y las patas , la cebolla cortada pequeña , el tomate pelado , la hoja de laurel y la pimienta ,tapar y dejar cocer a fuego medio hasta que se absorba toda el agua de los calamares y las verduras, cuando empieza a estar seco vigilando que no se agarre echarle el vino blanco , remover y dejar un ratito a fin de que consuma un poco el vino y a continuación añadir los garbanzos , dar unas cuantas vueltas al guiso ,rectificar de sal y añadir un poco de agua para que quede un poco caldoso .

