garbanzos "rapidos"a mi manera

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

Creador: Sonia Campos **Recetizador:** Fiama

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Muy económico
El truco de esta receta:
se puede cambiar las salchichas y el lomo por langostinos ymejillones!!!

Descripción:
para esos dias que no hay tiempo pero quieres poner en la mesa un plato consistente y rico!

Ingredientes para 4 personas :

- 400g garbanzos cocidos
- 2 filetes de lomo adobado
- 2 salchichas tipo viena o las que tengas por casa!
- 2 dientes de ajo
- una ramita de perejil fresco
- Sal y pimienta al gusto
- aceite

Preparación:

Paso 1

troceamos el lomo y las salchichas y reserbamos,en una sarten caliente ponemos 2-3 cucharadas de aceite y doramos los ajos en laminas,añadimos las salchichas y el lomo y doramos bien,añadimos los garbanzos,sal y pimienta y rehogamos hasta que los garbanzos esten doraditos entonces añadimos el perejil picadodamos unas vueltas para mezclar bien y listo.