Cocido Foodmorning

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

Creador: Monónimo



Tiempo: + de 2 horas
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Medio

El truco de esta receta:
No escatimar nunca en huesos, que son los que le dan sabor, y hacerlo el día antes para poder desgrasarlo perfectamente.

Descripción:

Ingredientes para 6 personas :

- 2 Manos de cerdo cortadas en cuartos
- 500 g de Garbanzos
- 2 Huesos de rodilla
- 2 Huesos de caña
- 2 Huesos de jamón
- 1 Punta de jamón
- 400 g de Morcillo
- Un trozo de de Tocino fresco
- 2 Cuartos traseros de pollo, sin piel
- 4 Ramas de apio
- 4 Patatas medianas
- 3 Zanahorias grandes
- 2 Chorizos de guisar
- 1/2 de Repollo
- 4 Ajos
- 1 cucharadita de de Pimentón dulce de la Vera
- 500 g de Tomates maduros
- Un poco de de Comino en polvo
- Un poco de de Aceite de oliva virgen extra
- Un poco de de Sal

Preparación:

Paso 1

Elaboración La noche anterior, poner los garbanzos en remojo en agua templada, junto con el tocino (sólo si es tocino salado). Si vives en un sitio en el que el agua del grifo es dura, recomiendo usar agua mineral, o añadir un puñadito de sal gruesa al agua. Fase 1: cocción de las manos de cerdo Al día siguiente, poner las manos de cerdo bien limpias y sin pelos (para retirar los pelillos que queden, puedes usar un quemador de gas, un soplete de cocina, o simplemente una cuchilla de afeitar) en la olla rápida, cubrirlas de agua, añadir sal, y poner a calentar. Ir probando el agua hasta que el nivel de sal sea el adecuado. Cerrar la olla, y cuando suban los tres anillos, bajar la temperatura al 4 y dejar 15 minutos (esto varía en función de tu olla rápida y de tu placa vitrocerámica o de inducción). Deja salir el vapor y abre la olla: las manitas tienen que quedar casi hechas, pero aún un poquito enteras. Mientras están cociendo las manitas, mete los garbanzos en una redecilla, y ciérrala con un nudo no demasiado apretado, para que lo puedas abrir en caliente y comprobar si los garbanzos están bien cocidos. Si no tienes redecilla no pasa nada, pero si la usas, será mucho más fácil separar luego los ingredientes a la hora de servir.

Paso 2

Fase 2: Cocción de huesos, garbanzos y morcillo Vuelca las manitas y su caldo en un bol grande, enjuaga un poco la olla rápida, y en la misma olla pon agua a hervir hasta media altura al menos. Cuando esté hirviendo, añade los huesos, el morcillo, y el tocino. Con una espumadera, saca las manitas del bol y añádelas a la olla. Pon un colador grande sobre la olla para que retenga los trocitos sueltos, y vierte en ella la mitad del caldo de cocer las manitas. El resto lo puedes tirar. Cuando el agua hierva de nuevo, añade la redecilla con los garbanzos, y acomódala entre el resto de ingredientes. Ten en cuenta que todo tiene que quedar cubierto de líquido, por lo que si ves que hace falta algo más, añade agua que habrás puesto a hervir previamente, para no romper el hervor. Añade sal (deja que pasen unos segundos para que se disuelva) y prueba de sabor. Cuando notes el agua ligeramente saladita, cierra la olla y cuando salgan los tres anillos, baja el fuego al 4, cociendo 8 minutos si el agua es blanda o mineral, y 13 si el agua es dura. Con estas cantidades, seguro que tienes ya la olla casi al límite de su capacidad. Por eso es muy recomendable tener una olla hostelera grande, pues en el siguiente paso la vas a necesitar. Mientras todo va cociendo, pela las patatas y córtalas por la mitad. Limpia

las pencas de apio y córtalas en trozos de unos 4 cm, y pela las zanahorias y córtalas en trozos gruesos de 3 cm. Retira la grasa que pueda tener aún el pollo, y pon a cocer el chorizo en un cazo pequeño, bien cubierto de agua. Yo nunca uso morcilla en el cocido, pero si a tí te gusta, ponla también a hervir en otro cazo con agua.

Paso 3

Fase 3: cocción de verduras y pollo Finalizada la cocción en la olla, deja salir el vapor, y ábrela. Es el momento de hacer el trasvase a la olla grande, porque normalmente las ollas rápidas que tenemos en casa no son enormes. Así que vuelca ahí cuidadosamente el contenido de la olla rápida, ayudándote de una espumadera para ir pasando los trozos de carne. Ponlo todo a calentar, y añade el pollo, las patatas, el apio y la zanahoria, y deja cocer unos 25 minutos, hasta que el pollo y las patatas estén tiernos (seguramente tendrás que añadir algo más de agua). Puedes ir retirando las impurezas con un colador pequeño, aunque de cualquier forma se quedarán adheridas a la grasa que se solidificará en la superficie del caldo durante la noche, con lo que las retirarás al día siguiente con facilidad. Ve probando de sal para dejarlo a tu gusto. Si al final del cocido (pasados los 25 minutos, prueba un garbanzo para comprobar el punto de cocción, y comprueba también que el pollo está bien cocido) ves que las manos de cerdo aún están algo duras, sácalas a una cazuela aparte con caldo del cocido, y cuécelas hasta que estén muy tiernas y la carne se desprenda fácilmente del hueso). Bajo ningún concepto las termines de cocer solo en agua, como hago con el chorizo, pues el sabor dejará bastante que desear. Al hacer el cocido con manos de cerdo (también le puedes echar oreja), la gelatina que liberan los huesos hará que al día siguiente, si has dejado la olla en la terraza, el caldo esté totalmente gelatinoso, lo cual es fantástico, pues podrás desgrasarlo perfectamente, y además aprovecharás todos los aminoácidos de la gelatina, que son necesarios para muchas funciones de nuestro cuerpo.

Paso 4

Servir el cocido: Y ya tienes el cocido hecho. Ahora sólo tienes que servir por un lado la sopa (cuela el caldo necesario sobre una cazuela, echa un buen puñado de fideos finos por persona y cuécelos hasta que estén listos, y sirve con huevo duro picado, y si te gusta, con unas hojas de hierbabuena), y por otro una fuente con las carnes, otra con los garbanzos y verduras, y otra con el chorizo y el tocino. Pon en la mesa un buen aceite de oliva virgen extra, para echar en los garbanzos, y a disfrutar!

Paso 5

¿Y qué pasa con el método tradicional? Evidentemente, puedes hacer el cocido entero en la olla grande directamente, pero eso alargará considerablemente el tiempo de cocción, y créeme, no se nota la diferencia: Lo he hecho de las dos formas y no soy capaz de decir que un método consiga un cocido más rico que el otro. Si decides hacerlo todo en la olla grande, debes dejar cocer todo hasta que los garbanzos y las manitas estén prácticamente tiernos (entre hora y media y dos horas a fuego lento), y en ese punto añadir el pollo y las verduras. Para preparar el repollo: Cuando somos pocos me da pereza, pero cuando somos muchos, me gusta cocer un repollo pequeño, o medio grande, lo justo hasta que esté blandito, y tras escurrirlo muy bien, saltearlo bastante en un aceite en el que habremos dorado ligeramente mucho ajo en láminas. Cuando ya está hecho, le añado pimentón dulce y queda realmente delicioso. Evidentemente, el repollo queda más rico si lo cueces con caldo del cocido, pero ese caldo nos gusta tanto, que nadie quiere que lo gaste en esto, así que unas veces uso simplemente agua, y otras un tetrabrik de caldo, el cual luego, evidentemente, se descarta tras cocer la col. Para la salsa de tomate: Los garbanzos con un chorrito de aceite están deliciosos, pero si además les pones un poco de salsa de tomate, será un éxito total. Para hacer la salsa simplemente hay que pelar y despepitar medio kilo de tomates, cortarlo en brunoise muy fina, para que se hagan antes, o mucho mejor rallarlos, y así no echamos la piel, y freírlos con un poco de ajo picado en un buen chorreón de aceite, durante unos minutos, añadiendo sal, una pizca de azúcar, y finalmente comino en polvo. El comino, además de darle un aroma fantástico, ayudará a paliar la flatulencia que producen los garbanzos. Puedes hacer también un pochado previo de cebolla, a la que añadir posteriormente el tomate, o incluso puedes partir el tomate por la mitad, quitarle las pepitas, rallarlo, y añadirle sal, aceite y comino tal cual, sin cocinarlo. Para gustos los colores, pero te recomiendo encarecidamente que, si no habías servido nunca los garbanzos con salsa de tomate, lo hagas esta vez, y luego me cuentas. El siguiente paso es abrir una buena botella de vino tinto y aprovisionarse

de pan para la pringá. Comer en buena compañía, y echarse una siesta de oso. Qué dura es la vida a veces...