

# Garbanzos con hinojo y naranja



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

**Creador:** Alfred

**Descripción:**

**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Vegetariana

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

## Ingredientes para 4 personas :

- 300g de Garbanzos cocidos
- 1 Bulbo de hinojo
- 2 Naranjas
- Pimienta
- Aceite
- Sal

## Preparación:

### Paso 1

Limpia y pela el bulbo de hinojo. Después cortarlo en rodajas.

### Paso 2

Pelamos las naranjas a lo vivo y las cortamos también en rodajas.

### Paso 3

Ponemos la parrilla al fuego con un poco de aceite de oliva y marcamos las rodajas de hinojo con sal al gusto.

### Paso 4

Cuando se hayan dorado un poco les damos la vuelta y incorporamos las rodajas de naranja. Las doramos por ambos lados.

### Paso 5

Retiramos el hinojo y las naranjas que habrán dejado su jugo. Ponemos en la misma parrilla los garbanzos cocidos escurridos, con la pimienta. Salteamos unos minutos.

### Paso 6

Servimos los garbanzos mezclados con el hinojo y la naranja.