

Receta de Potaje de Garbanzos con Berros

18 Feb 2015



Buenos días a tod@s, para hoy que se celebra el Miércoles de Ceniza y con él comienza la Cuaresma, os dejo esta receta muy rica de potaje para tod@s l@s que queráis comer de Vigilia y también para l@s que seáis vegetarian@s.

Ingredientes

- Garbanzos (unos 300grs o más, según comensales)
- Berros (unos 400grs)
- Patatas (tres medianas)
- Cebolla (una)
- Tomate (uno o dos medianos)
- Ajos (tres o cuatro dientes)
- Perejil (dos o tres ramitas)
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimentón rojo
- Azafrán (unas hebras)

Modo de Preparación

1. Echar los garbanzos en remojo la noche anterior
2. Escurrir los garbanzos y ponerlos en la olla a cocer con agua y un poco de sal, el tiempo necesario hasta que estén tiernos
3. Cuando estén cocidos, añadir los berros limpios y deshojados, la cebolla cortada finita, las patatas troceadas y los tomates picados, las ramas de perejil y un chorro de aceite de oliva
4. Dejar cociendo todo a fuego lento y cuando las patatas estén listas, añadir los ajos y el azafrán previamente majados en el mortero
5. Añadir un poco de pimentón rojo y ajustar la sal, dejar unos minutos más y apartar
6. Servir caliente y....buen provecho!!!