

## Receta de Garbanzos con Almejas

12 Feb 2016



Buenos días a tod@s, para este primer viernes de Cuaresma, os dejo un plato muy sencillo y con un rico sabor, se trata de **Garbanzos con Almejas**, es muy apropiado para comer en cualquier ocasión pero sobre todo en invierno para calentar el estómago en los días de frío, y con esta rica receta ya no tendréis excusa para comer legumbres cada semana.

### Ingredientes

- Garbanzos hervidos (un tarro o dos según comensales)
- Almejas o chirlas (500grs)
- Ajos (dos dientes)
- Tomate (uno maduro) o unas cucharadas de tomate triturado
- Harina (una cucharada)
- Aceite de oliva
- Vino blanco (un vaso)
- Sal
- Perejil

### Modo de Preparación

1. Escurrir los garbanzos y guardar un poco del caldo
2. Poner las almejas en un bol con agua y sal unos treinta minutos para que suelten la arena, pasado el tiempo escurrirlas y ponerlas a hervir a fuego fuerte hasta que se abran
3. En una cacerola poner un poco de aceite de oliva y refreír los ajos picados, añadir el tomate rallado y un poco de sal, dejar a fuego medio unos ocho minutos
4. Echar la cucharada de harina y dejar que se refría un poco, después echar el vino y sin dejar de remover, dejar hasta que se evapore el alcohol
5. Echar los garbanzos con un poco de su caldo y dejar cocer unos diez minutos
6. Añadir las almejas y el caldo colado, ajustar la sal y espolvorear con perejil picado
7. Servir calientes y....buen provecho!!!