

Receta de Garbanzos con Acelgas

29 Sep 2016



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una receta de legumbres que ya van apeteciendo comerlas, espero que os guste esta rica receta de **Garbanzos con Acelgas**, podéis aprovechar para que los pequeños de la casa coman también algo de verdura.

Ingredientes

- Garbanzos cocidos y escurridos (uno o dos frascos)
- Panceta de cerdo (tres o cuatro lonchas picaditas)
- Cebolla (una mediana)
- Ajos (dos dientes picaditos)
- Pastilla de caldo Knorr (una)
- Acelgas sin tallo (una bolsa congeladas o un manojo si son frescas)
- Tomates medianos (dos picaditos)
- Aceite de oliva

Modo de Preparación

1. En una sartén con un poquito de aceite de oliva a fuego medio, refreír la panceta bien troceada y hasta que quede crujiente
2. Añadir la cebolla y los ajos bien picaditos, dejar hasta que queden suaves
3. Echar los tomates picaditos, un vaso de agua y la pastilla de caldo, dejar hervir a fuego medio/alto
4. Añadir los garbanzos escurridos y las acelgas
5. Taparlo y dejar cocer unos diez minutos, removiendo de vez en cuando
6. Servir caliente y....buen provecho!!!