



# Recetas de Cocina

---

## Potaje de Garbanzos

---

### Ingredientes:

250 gr de garbanzos  
2 cebollas medianas  
3 dientes de ajo  
1 tomate grande maduro  
100 gr de pan  
100 gr de espinacas  
120 gr de bacalao  
10 gr de pimentón dulce  
20 gr de harina  
1 zanahoria  
2 huevos  
aceite, cominos y sal.

### Preparación

Se pone la noche anterior los garbanzos en agua con sal.

Si el bacalao es salado, tendrías que ponerlo la noche anterior en agua para ir desalándolo durante la noche.

Se cuecen los dos huevos, se pelan y se reservan.

Escurre los garbanzos y en una olla onda ponlos junto con las zanahorias en taquitos, una cebolla y dos diente de ajo pelado y picado, y el bacalao cortado en trozos pequeño.

Corta el pan en tacos y en una sartén fríelo con un poco de aceite.

En un mortero pon el pan frito, añádele los cominos y las yemas e los huevos cocidos previamente y machácalo todo hasta que quede una pasta.

Pica la clara y resérvala.

Se pica finamente la cebolla que queda, el diente de ajo y el tomate (sin pepitas ni piel). En una sartén se sofríe estos últimos ingredientes.

Cuando este sofritos añádele la masa que has realizado en el mortero, junto con la harina y el pimentón, remueve bien la mezcla y déjalo un par de minutos en la sartén, añade esta mezcla a los garbanzos junto con las espinacas y las claras de huevo picadas. Déjalo cocer lentamente y poco antes de que este listo comprueba como esta de sal y si es necesario rectificála.

---

Autor: