

Libreta: Legumbres
Creado: 25/03/2018 14:22
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/cocido-maragato.html>

Cocido maragato

INGREDIENTES

(Para 4 personas)

- 300 gr. de morcillo de novilla
- Media gallina
- 300 gr. de lacón
- Una oreja
- Un pie y un trozo de morro de cerdo troceados
- Chorizo
- Costilla adobada de cerdo
- 150 gr. de tocino iberico
- 1/2 Kg. de garbanzos
- Medio repollo RELLENO
- Dos dientes de ajo
- 100 gr. de fideos
- Aceite de oliva
- Sal

PREPARACIÓN

La preparación del Cocido Maragato se realiza en una olla, se introducen, con abundante agua hirviendo, las carnes y los embutidos, al cabo de unos 15 minutos se desespuma y se agregan los garbanzos envueltos en una gasa, se tapa y se deja cocer durante unas 4 horas a fuego suave.

En otra olla, se cuece el repollo troceado con las patatas, agregando el lacón cuando le falten 7 u 8 minutos, se escurren y se sofríen 2 ajos en laminas, cuando estén dorados se separa del fuego y se añade un poco de pimentón y se echa por encima.

Se sacan los garbanzos en una fuente y las carnes y embutidos en otra, con el caldo se hace una sopa añadiendo fideos y cociendo durante 10 minutos. Se deja reposar ya que tiene que quedar espesa.

Mientras tanto deberemos preparar rellenos a base de miga de pan, huevos, ajo, perejil, un poco de chorizo, lacón, morcillo de novilla desmenuzados y amasar todo junto. Luego hacer pelotas y freír en aceite bien caliente, en este caso el aceite de girasol es perfecto para los rellenos.

En la mesa, el auténtico Cocido Maragato se comienza sirviendo las carnes con los rellenos, una vez terminado se continua con los garbanzos, el repollo, y por último, la sopa con fideo fino.

El por qué de comer el Cocido Maragato al revés

La ingesta del Cocido Maragato en orden inverso al del resto de cocidos tradicionales, tiene múltiples teorías. Cuentan que durante la guerra, se alimentaba al soldado empezando por la proteína, en este caso la carne. Se realizaba de esta forma por si el enemigo realizaba un ataque por sorpresa, de esta manera el alimento ingerido en primer lugar era más contundente y suficiente para la contienda. Posteriormente era de comer las legumbres, lo que proporcionaba al soldado el alimento necesario para continuar su deliciosa comida, y si con suerte se llegaba al final, el caldo de la sopa les hacía entrar en calor, obtener los hidratos de carbono de los fideos y el agua necesaria. Claro, que tras dicha contundente comida cualquiera está para guerras.

Otras teorías más fidedignas hablan de la ingesta en este orden por la tradición arriera. Cuentan nuestros mayores que cuando los antiguos maragatos arrieros recorrían España, siempre llevaban consigo porciones de carne de cerdo cocida, las cuales se tomaban antes de solicitar algo caliente que llevarse al cuerpo. Es por ello que se extendió la costumbre en esta comarca de degustar el cocido maragato de esta manera.