

Libreta: Recetas tradicionales
Creado: 28/04/2018 20:42
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/potaje-de-garbanzos-onubense.html>

Potaje de garbanzos onubense

INGREDIENTES

1/2 kilo de garbanzos,
1 cebolla,
1 cabeza de ajos,
1 patata, 1 zanahoria,
1 pimiento verde,
1 tomate maduro pequeño,
1/4 kilo de judías verdes,
1 porción de calabaza,
2 pencas de acelgas,
1 morcilla,
1 chorizo,
1 trozo de tocino de panceta,
1 cucharadita de pimentón dulce,
Aceite de oliva,
Sal.

PREPARACIÓN

Poner en remojo los garbanzos la noche anterior. Limpiar las verduras, cortar las patatas y la calabaza en tacos y las zanahorias en rodajas.

Trocear al gusto el pimiento, el tomate y la cebolla.

Despuntar las acelgas y cortar los tallos y las judías verdes en trozos de 2 a 3 centímetros. Dar varios cortes a la cabeza de ajos.

Poner una olla al fuego y cubrir el fondo con el aceite.

Echar todos los ingredientes y cubrirlo todo de agua. Dejar cocer a fuego lento hasta que todo esté tierno, rectificar de sal y a servir

Nota:

Aunque este potaje procede de Ronda, este plato –con muy pocas variantes– se encuentra muy extendido por toda la provincia de Málaga y por toda Andalucía. En Canillas de Aceituno con el nombre de "potaje de hinojos", preparan un plato en el que además de los garbanzos, echan judías blancas, acelgas, tocino, costilla de cerdo, morcilla de cebolla, ajo, pimentón, un sofrito de pimiento y cebolla, así como hinojos frescos cogidos del campo el día antes de su preparación.

Es plato característico de Cuaresma y apto para el cumplimiento de las observaciones religiosas. Independientemente de ello, el garbanzo es uno de los adornos de la comida nacional, denostado en tiempos pasados por los extranjeros, quienes hoy día pagan un buen precio por el cocido. Se cuenta que en los suburbios de Roma se exhibía a un esclavo cartaginés, con cara de tonto, comiendo garbanzos, lo que provocaba la risa de la gente. Esto prueba el poco aprecio que se tenía al garbanzo, que fue introducido en España por el general púnico Asdrúbal.

Quevedo no era muy partidario de estos potajes huérfanos de carne y decía:

*Hago yo mi olla
con sus pies de puerco
y el llorón judío
haga sus pucheros.*

Hay un potaje de vigilia conventual, más austero que el de nuestra receta, que carece de bacalao, aunque lleva verduras y huevo duro

