

¿Cómo preparar cocido?

Les damos la bienvenida a este esperado podcast con las instrucciones necesarias para que cocinen en su próximo día libre un sabroso e inolvidable cocido.

El cocido es un plato típico de España, la receta cambia de acuerdo a las regiones, pero en general se trata de conjugar los sabores del garbanzo con diferentes carnes y vegetales. El resultado es grandioso, ya que tiene muchos nutrientes, es ideal para cualquier momento y con una sola cazuela pueden comer muchos comensales. No esperemos más, vamos a revisar cuáles ingredientes son los necesarios para preparar un cocido:

- 400 gramos de garbanzo
- Medio kilo de repollo
- 2 zanahorias
- 2 papas
- 2 dientes de ajo
- Media cebolla
- Pimentón dulce en polvo
- 400 gramos de fideos

Las carnes para cocinar depende mucho del gusto de la persona, pero en general con medio kilo de cada una, es suficiente.

Las principales son:

- Costilla de cerdo adobada
- Pedazo de ternera
- Panceta fresca
- 1 Muslo de pollo
- 2 chorizos

Para darle sabor, agrega también huesos de rodilla de una ternera, trozo de pierna con algo de tuetano, recortes de jamón y un trozo de tocino salado. Todo esto se come y el sobor es de otro mundo, no los pases por alto porque le va a dar el toque al cocido.

Los garbanzos tiene que dejarse por lo menos 12 horas antes para que se hidraten, llena completamente una olla e introdúcelos y ponle la tapa. Una forma de hacerlo es la noche anterior, así la mañana siguiente ya podrá continuar con el proceso.

A fuego medio cocina durante una hora en la cazuela, los garbanzos y las carnes con suficiente agua, no le agregue sal porque ya todos los ingredientes tienen, lo mejor es esperar a lo último para probar y ahí decidir si es conveniente.

Cuando comienza a hervir, fíjate que en la parte de arriba aparecen espumas colocar blanco, esto debe ser retirado porque puede afectar el cocido, para hacerlo toma una cuchara y ve quitándola. Después tápala para que siga con la coacción.

Pasado el tiempo, abre la tapa y agrega las zanahorias, el muslo de pollo y los chorizos. Tiene que revisar el nivel del agua, porque el consejo es que llegue a arropar todos los ingredientes, si está faltando entonces llena con agua pero que esté caliente, sino se rompe la coacción.

Una hora después, vuelve a abrir la cazuela y agrega las dos patatas, esto tiene que hacerse por

separado, porque si agregamos la patata desde el principio se desaparecen.

Mientras los ingredientes están en la cazuela cocinándose, corta en juliana el col y hiérvolo por 30 minutos.

En un sartén sofríe dos dientes de ajo, media cebollas y pimentón dulce en aceite de oliva. Muévelo y cuando estén mezclados agrega el col para que se integren todos los sabores. Por último, agrega una cuchara del caldo del cocido, espera que se reduzcan con el calor pero sin que se seque.

Restará sacar todas las carnes y colocarlas en un plato separado, lo mismo con los vegetales y los garbanzos. Así las personas se servirán los que más gusten. Por su parte, el líquido que quedó en la cazuela pásalo por un filtro y lo llevas otra vez al fuego, ahí es momento de agregar los 400 gramos de fideo, solo un minuto después estará lista la sopa, sírvela en un palto hondo y a ¡Disfrutar!