

Cocido onubense (4 comensales)

Ingredientes

- 1 vaso de garbanzos
- 1/2 kg. de patatas
- Un cuarto de calabaza
- 1/2 kg. de judías verdes
- Un tomate
- Agua
- Sal

PARA LA PRINGÁ

- 2 manitas de cerdo
- Un trozo de costilla salada
- 1 oreja de cerdo
- 1/2 kg. de carne de jarrete
- Un trozo de tocino fresco
- Un taco de jamón

Preparación

Se ponen los garbanzos en remojo la noche antes. En una olla exprés, se añaden los ingredientes, primero los vegetales y después, en caso de querer hacerlo con pringá para darle sabor y aprovecharla para otro plato, se agregan los ingredientes cárnicos. La cantidad de agua que hay que ponerle va en proporción al tiempo de cocción: 1 vaso por cada 5 minutos. En nuestro caso el tiempo es de 45 minutos, luego unos 9 vasos de agua con colmo, unos 12 normales (3l. aproximadamente). Por último, echamos sal al gusto, cuidando de no pasarnos para no eclipsar el sabor de la pringá.



Receta: Mercedes