



Platos de memoria

LA GARBANZADA

Ingredientes:

- **PARA UN KG DE GARBANZOS**
- **MEDIO KG CARNE DE TERNERA**
- **UN CUARTO DE KG DE JAMÓN**
- **SERRANO O CHORIZO TIPO FABADA**
- **MEDIO KG DE CARNE DE CERDO**
- **2 CEBOLLAS**
- **2 DIENTES DE AJO**
- **1 PIMIENTA PICONA**
- **AZAFRÁN**
- **SAL**
- **COMINO MOLIDO**

Elaboración:

Se ponen los garbanzos en remojo la noche anterior.

Troceamos la carne en porciones pequeñas

En un sartén añadimos la cebolla y los ajos, una vez frito al caldero con la carne y los garbanzos, agregamos agua que cubra el guiso.

Añadiremos los cominos, la sal y el picante al gusto.

Dejaremos al fuego hasta que espese un poco el caldo.

metroymediamascerca

Programa de Acción Comunitaria con Mayores





Tu recuerdo ...

Éste es el aroma y el recuerdo de la garbanzada que realizaba la madre de Rita Mauricia Pérez. De Los Llanos de Aridane (La Palma).