

COCIDO

ANDALUZ



Ingredientes básicos:

- Garbanzos
- Hueso de jamón
- Hueso de canilla
- Morcillo de ternera
- Pechuga de gallina o pollo
- Morcilla de cebolla
- Panceta fresca o a media sal
- Patatas
- Judías verdes
- Zanahorias



Ingredientes optativos:

- Perdiz
- Cordero
- Chorizo
- Costilla salada
- Puerros
- Apio
- Pimiento verde
- Ajo
- Hierba buena
- Col
- Calabaza
- Arroz o fideos gordos

Elaboración:

- Poner en remojo los garbanzos con al menos 12 horas de antelación. (la noche anterior)
- Al otro día, escurrir, y enjuagar los garbanzos.
- Limpiar las carnes, deshuesando alguna si fuera necesario. Pelar y cortar las hortalizas; patatas y zanahorias torneadas si quieres, las judías verdes rajadas, y la calabaza en bolas o tacos.
- Poner en una olla todas las carnes, huesos, tocino, los garbanzos remojados y cubrir todo bien con agua.
- Cocer durante aproximadamente una hora y media, a fuego medio y sin dejar de espumar, y sin que deje de hervir en ningún momento iremos añadiendo el apio, zanahoria, judías verdes, y las demás verduras que queramos utilizar teniendo en cuenta el tiempo de cocción de cada una, por ejemplo la calabaza se pone solo unos minutos antes de apartarlo, igual que si le ponemos unas ramitas de hierba buena o un diente de ajo machacado para perfumar el caldo.
- La pringá se aparta conforme van estando las carnes en su punto, teniendo en cuenta que deben estar muy tiernas.
- En algunos casos se añade un puñadito de arroz o de fideos gordos, según los pueblos y costumbres, esto hará que el caldo se trabe mucho más y coja más consistencia.
- Se puede servir en dos o tres vuelcos. Sopa, garbanzos y verduras, y la pringá.



Juan Pedro Hurtado Luque 2004