

COCIDO DE CALABAZAS



Iratxe Grande Romero

2º Curso

Libre configuración.

Índice

1. Fuente de información.
2. ¿ Cuándo se elabora esta receta?
3. Ingredientes utilizados.
4. Utensilios o aparatos utilizados.
5. Descripción de la elaboración tradicional.
6. ¿Cómo sería esta receta hecha por la empresa?

1. Fuente de información.

Mi tía Sampedro Romero Jaramillo.

2. ¿Cuándo se elabora esta receta?

Esta receta viene de mis antepasados, pero después pasó a mi tía Sampe y en mi casa se hace todos los domingos por que nos apetece.

La receta me la ha dicho mi tía, pero mi madre es la que lo hace todos los domingos.

3. Ingredientes utilizados para
4 personas.

Garbanzos. 300g

Tocino fresco. 250g

Tocino viejo. 250g

Hueso de espinazo viejo. 1 unidad

Muslo de pollo. 2 unidades

Magro. 150g

Patata. 2 unidades

Calabaza. 2 unidades

Habichuelas verde. 200g

4. Utensilios o aparatos utilizados.

Cazuela de barro.

Espumadera de madera

Fogón de madera.

Cazo de madera.

5. Descripción de la elaboración tradicional.

Se ponen los garbanzos en remojo una noche antes en una olla de barro.

Al día siguiente una vez que los garbanzos estén limpios, se le quita

el agua y se mete en la misma olla, la pringa limpia y agua.

Se pone en el fogón o en la olla hasta que empiece a hervir. Después se espuma para quitarle todas las impurezas , se cierra la olla de barro. Se deja hervir 30-35 minutos. A continuación, se abre la olla y se saca toda la pringa y una vez sacada, se le echa las verduras troceadas. Se le vuelve a echar agua y sal y se deja cocer unos 15-20 min.

6 . Compara cómo se elaboraría esta receta en la industria alimentaria.

Ponemos en la thermomix, las habichuelas verdes unos segundos a velocidad 5, seguidamente bajamos con la espátula lo que queda en las paredes y veremos $\frac{1}{2}$ de aceite, programamos 10 minutos a temperatura 100, velocidad 1.

Ponemos la mariposa y añadimos las calabazas y las patatas cortadas a trozos pequeños, al igual que las habichuelas verdes y el agua y programamos 20 minutos a temperatura 100, velocidad 1.

A continuación añadimos los garbanzos lavados y escurridos, el tocino fresco, el tocino viejo, los muslos de pollo, costilla vieja, hueso de espinazo y el magro, lo ponemos a 10 minutos a temperatura 100, velocidad 1.