



Cocido Lebaniego

Hoy me introduciré en la gastronomía Cantábrica con una receta llena de sabores.

INTRODUCCIÓN

Originario de la comarca de Liébana, este guiso tradicional es una celebración de la sencillez y la abundancia de los ingredientes locales, hablo del Cocido Lebaniego.

TIEMPO TOTAL DE ELABORACIÓN

Tiempo de preparación: 30 minutos (más el remojo de garbanzos, opcional).

Tiempo de cocción: 2-3 horas.

Tiempo total: Alrededor de 3 horas y media.

DIFICULTAD DEL PROCESO

Dificultad: Media. Aunque requiere tiempo y atención, cada paso es accesible incluso para los cocineros menos experimentados.

CANTIDAD DE PLATOS PARA LOS QUE DA DE RESULTADO LA RECETA

Esta receta de cocido Lebaniego es suficiente para unas 6 personas.

INGREDIENTES

250 gramos de garbanzos

200 gramos de tocino.

2 chorizos.

2 morcillas.

300 gramos de carne de ternera para guisar (cecina, hueso de rodilla. Zancarrón).

2 patatas medianas.

1 repollo o berza.

Para el condimento: miga de pan, huevo chorizo y perejil.

ELABORACIÓN

Lo primero y fundamental, es dejar en remojo los garbanzos durante la noche. Se cortan las patatas en trozos medianos, ni muy grandes, ni muy pequeños. Picar finamente el repollo o la berza. Para hacer el condimento, se mezcla la miga de pan, el huevo el chorizo y el perejil.

En una olla grande se juntan los garbanzos, el tocino, el chorizo, las morcillas, la carne de ternera y el condimento.

Se cubre con agua y se cocina a fuego lento durante las primeras horas para permitir la fusión de los distintos sabores.

Cuando se acerque el final de la cocción, se incorporan las patatas y el repollo o berza. Y se deja cocinar hasta que todos los ingredientes estén tiernamente cocidos. No olvidarse de añadir la sal al gusto.

El Cocido Lebaniego es mucho más que un guiso; es la esencia misma de la cocina regional. ¡Prepárate para un festín de sabores auténticos que te transportarán directamente a las montañas de Liébana!