

Receta de cocido de pueblo, según Alfarería Raimundo Sánchez

La cocina tiene gran valor culinario en el país, por lo que es muy importante mantener vivo el recetario tradicional y las buenas costumbres de cocción

La preparación de un buen cocido de pueblo con puchero de barro es muy sencilla. Pero el truco está en usar ingredientes de primera calidad, y si pueden ser caseros, mejor que mejor. Alfarería Raimundo Sánchez son partidarios de no dejar de lado las tradiciones y por eso insisten en mantenerlas vivas, en este caso, a través de la cocina. En esta ocasión, comparten una receta de cocido de pueblo que si se prepara en un puchero de barro, tendrá mucho mejor sabor.

Ingredientes para 6 personas

1 Kg. Garbanzos

Carnes

½ Kg. de Pollo troceado

½ Kg. de Gallina troceada

½ Kg. de Morcillo de Ternera en trozos grandes

4 tacos grandes de Tocino Fresco

2 tacos pequeños de Tocino añejo

4 trozos de chorizo de Cantimpalos

1 punta de Jamón

1 hueso de espinazo

1 Morcilla grande de cebolla

1 cebolla entera

2 clavos

Verduras

1 repollo pequeño

4 zanahorias grandes

2 o 3 patatas

8 judías verdes

Preparación

La noche anterior dejar los garbanzos en remojo con agua y sal. Deben quedar bien cubiertos. Al día siguiente, tirar el agua pero no lavarlos.

Poner en el puchero todos los ingredientes, a excepción de las verduras, con la cebolla entera con los dos clavos pinchados en la misma excepto los garbanzos y la morcilla. Cubrirlo con agua y llevarlo al fuego.

Una vez ha empezado a hervir, entonces añadir los garbanzos. Se deja a fuego fuerte durante 5 minutos y se espuma. Bajar el fuego, y se deja al menos 7 u 8 horas, en algunos casos dependiendo de la dureza del agua hasta 12 horas, cuanto más despacio se haga, mejor sabor va a tener, ya que el garbanzo se impregna mejor de todos los sabores.

Durante este tiempo hay que vigilar que no le falte agua e ir rectificando de sal si fuese necesario.

Añadir la morcilla entera cuando quede más o menos 1 hora.

Con 1 litro más o menos del caldo resultante, cocer las verduras que se servirán en una fuente aparte.

Para servir, normalmente se hace todo junto, pero se puede servir por separado y cada cuál se echa lo que más le gusta. Con el caldo también es tradicional hacer una buena sopa con fideos y garbanzos.

La base fundamental de este cocido son los ingredientes, pues deberían ser de primera calidad, así como el tiempo de cocción, que es primordial. En cuanto al recipiente, los pucheros de barro son la

herramienta perfecta, pues atrapan todo el sabor de los ingredientes para que sean deleitados.

Datos de contacto:

Míriam Sánchez

91 841 52 88

Nota de prensa publicada en: [Valdetorres de Jarama](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Restauración](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>