



POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACA BIO

Ingredientes

1 espinaca Bio Actiture

Garbanzos

½ cebolla

1 diente de ajo

2 tomates

Sal

Comino

Laurel

Pimienta molida

Pimentón

Agua

Aceite de oliva

Preparación

1. Dejamos los garbanzos a remojo la noche anterior.
2. En una olla a fuego alto añadimos los garbanzos previamente escurridos cubriendo de agua un poquito por encima de los garbanzos. Cuando hierva bajamos a fuego medio, añadimos el laurel y tapamos la olla. Tendrá que pasar por lo menos una hora hasta que comiencen a ablandar.
3. Picamos la cebolla, el diente de ajo, pelamos y troceamos los tomates y lo añadimos todo en una sartén con aceite para hacer el sofrito. Agregamos sal, pimienta, comino y pimentón al gusto y mezclamos bien.
4. Cuando los garbanzos comiencen a ablandar le añadimos el sofrito y dejamos media hora más. En este punto tendremos que ir revisando el potaje y seguir cocinando si el garbanzo sigue duro.
5. Ahora vamos añadiendo poco a poco la Espinaca bio Actiture que en poco tiempo irán reduciendo su tamaño. Rectificamos de sal y dejamos cocinar un par de minutos mientras removemos bien para que se integren los ingredientes.
6. Bajamos el fuego, dejamos cocinar 5 minutos... ¡Y ya podemos disfrutar de este delicioso potaje típico de Semana Santa!