



# COCIDO

3 patatas

2 o 3 Zanahorias

1 col

1 Apio

1 Puerro

1 nabo



1 Pastilla de caldo de carne.

250 gr de garbanzos.

tocino añejo o fresco y jamón.

1 paso: lavar, cortar y pelar todo lo que vayamos a echarle al cocido.

2 paso: 3 patatas peladas y cortados a tacos.

3 paso: Pelar y cortar las zanahorias en rodajas.

4 paso: Col (quitamos la 1ª capa y lo echamos a la fuente)

5 paso: el apio y el puerro sólo quitar la primera capa y los echamos enteros a la fuente.

6 paso: Pelar y cortar un nabo y echar a la fuente.

7 paso: tocino añejo, tocino fresco y jamón, lavar bien y raspar si hay una pisca de suciedad.

8 paso: una vez lo tenemos todo cor-

tado echamos los garbanzos en la olla y después todo lo que hemos cortado en la fuente.

9 paso: añadimos una pastilla de caldo de carne.

10 paso: si tenemos algo de carne lo añadimos

11 paso: Cuando la olla empiece a hervir, dejar 40 minutos.

12 paso: cuando este hecho, emplata-  
mos en platos hondos

