



Preparado Incova

Hoy toca icocado madrileño!



Si hay una receta tradicional que gusta a todos, esa es sin duda el cocido madrileño. Prepáralo con ingredientes de primera como los que incluye el preparado de cocido Incova.



Preparado con falda Incova, 6,75€/kg.

Elegir carne y embutidos de primera calidad es fundamental a la hora de preparar un buen cocido. Incova, te lo pone muy fácil y, para que te resulte más sencillo y rápido tener a mano todo lo necesario para elaborar este plato, te ofrece un preparado muy completo.



PASO 1
Ponemos en una olla el morcillo, los huesos de caña, y la punta de jamón, el tocino y el pollo.

PASO 2
Cubrimos con abundante agua fría y ponemos en el fuego.



PASO 3

Cuando empiece el agua a humear incorporamos los garbanzos, que podemos meter dentro de una red para que no se desparramen.



PASO 4

Rehogamos el repollo con un diente de ajo picado en una sartén con aceite de oliva. Reservamos en caliente.

Aprende a preparar un completo cocido madrileño. Una receta tan completa y deliciosa te resultará perfecta para tomar en los fríos días invernales.

Completísimo

Uno de los platos más conocidos y con más tradición de la gastronomía, e incluso de la historia de nuestro país es el cocido madrileño. Aunque se suele hablar o nombrar a esta variedad de cocido, existen multitud de tipos que se consumen por toda la geografía española, como **el cocido andaluz, el montañés o el maragato entre otros**. El ingrediente principal de esta receta son los garbanzos, y los secundarios, aunque con gran protagonismo, diversas verduras, carnes y tocino de cerdo con algún embutido. Puedes optar por comprar todos estos productos por separado o en **una práctica bandeja ya preparada como la que te presentamos de la marca Incova**. Se trata de un plato de cuchara único, **perfecto para tomar en los fríos días que se avecinan**, así que... ¡manos a la obra y a disfrutar del cocido! Un consejo: para conseguir un caldo blanco, la víspera pon el interior del preparado en agua fría durante toda la noche para que las carnes se blanqueen.



Paso 5

Ponemos una cacerola aparte con el caldo de cocido y cocemos los fideos durante 10 minutos aproximadamente.



Paso 6

Para elaborar las bolas, mezclamos todos los ingredientes y les damos forma como si fuera una croqueta.



Te sugerimos que para preparar esta receta utilices...

Ingredientes de tu marca de confianza: **El Corte Inglés**, como los garbanzos lechosos y los ajos morados.

Cocido madrileño (plato único)

Dificultad Media

Listo en 4 horas

Para 4 personas:

- 300 g de garbanzos • 250 g de morcillo • 1 hueso de caña
- 250 g de pollo • 1 punta y 1 hueso de jamón serrano
- 200 g de tocino • 2 chorizos
- 1 morcilla de arroz • 2 zanahorias
- 2 patatas • ½ repollo • sal
- 2 dientes de ajo picados • aceite de oliva • 100 g de fideos cabellín
- Para la bola:** • 150 g de miga de pan del día anterior • 50 g de tocino cocido • 50 g de chorizo cocido
- 1 huevo • 2 cucharadas soperas de caldo de cocido • cebollino

Ponemos la noche anterior los garbanzos en agua templada con sal. Al día siguiente escurrimos y reservamos. En una cacerola ponemos

el morcillo, los huesos, la punta de jamón, el tocino y el pollo; cubrimos con agua fría y ponemos al fuego. Cuando empieza el agua a humear incorporamos los garbanzos (mejor en una red). Al romper el hervor bajamos el fuego y cocemos hasta que los garbanzos estén tiernos. Vamos sacando las carnes según estén listas y reservamos. En otra cacerola cocemos los chorizos y la morcilla unos 15 minutos. Pelamos las zanahorias y las patatas y troceamos el repollo. Cocemos por separado. Rehogamos el repollo con aceite de oliva y un ajo picado. Reservamos en caliente. Colamos el caldo y cocemos en él los fideos unos 10 minutos. Troceamos la carne y las verduras. Preparamos la bola mezclando miga de pan, tocino, chorizo cocido, huevo, dos cucharadas de cal-

do de cocido y cebollino. Freímos las bolas en aceite de oliva hasta que se doren. Servimos la sopa en plato soper. Los garbanzos con la verdura en una fuente aparte y en otra, la carne con las bolas fritas.

Información nutricional de esta receta: 780 Kcal/persona

alto en **CINC** alto en **HIERRO** fuente de **VITAMINA B₇**

TINTO RESERVA COTO DE IMAZ

De color cereza con reflejos teja. Tiene un aroma con leves notas de madera que sobresalen ligeramente a la fruta. Es sabroso, tánico, con fruta muy fresca. Un reserva agradable y equilibrado perfecto para acompañar guisos, risottos y quesos curados.



La base del cocido madrileño es la calidad de los ingredientes, especialmente en el caso de la sopa, cuyo sabor concentra toda la esencia de este guiso tradicional.

