

Potaje de garbanzos con langostinos



INGREDIENTES 4-5 raciones:

- 200gr de langostinos crudos enteros
- 70gr de aceite de oliva virgen extra
- 500gr de agua
- 130gr de cebolla en cuartos
- 2 dientes de ajo
- 1 zanahoria 75-80gr
- 400gr de garbanzos cocidos
- 1 cucharada de pimentón
- 1 hoja de laurel
- 1 pellizco de comino en grano (opcional)
- 150gr de bacalao en salazón (remojado y desalado)
- 120gr de hojas de espinaca frescas

PREPARACIÓN:

1. Pela los langostinos y reserva los cuerpos, pon en el vaso las cáscaras y las cabezas y 20 gramos de aceite. **Sofríe 2 minutos 120 grados velocidad 1 (temperatura Varoma en tm31)**
2. Incorpora el agua y programa **4 minutos 100 grados velocidad 1**. Cuela el fumet a través de un colador de malla fina y reserva. Aclara el vaso
3. Pon en el vaso la cebolla, el ajo, la zanahoria y los 50 gramos de aceite restantes. **Trocea 2 segundos en velocidad 5** y sofríe **8 minutos 120 grados velocidad 1 (temperatura Varoma en tm31)**
4. Incorpora 60 gramos de garbanzos y 50 gramos del fumet de langostinos y **tritura 15 segundos en velocidad 6**
5. Añade el resto de garbanzos, el fumet restante, la sal, el pimentón, el laurel y el comino. Programa **25 minutos 100 grados giro inverso la velocidad cuchara**
6. Agrega el bacalao, los cuerpos de los langostinos y las espinacas. Programa **5 minutos 100 grados giro inverso velocidad cuchara** vierte el potaje en una fuente honda o en una sopera, deja reposar unos minutos y sirve.