



## El Rincón del Buen Yantar

por Rosa Murcia Navarro

***E***sta vez le toca el turno a un plato de cuchara típico de la tierra, aromático e ideal para los meses de invierno. Por ser bastante económico y estar basado en ingredientes fáciles de conseguir y de sencilla elaboración, ha sido muy utilizado en la gastronomía venturreña cuando el puchero y la olla eran los reyes de la cocina.

### ESTOFADO DE GARBANZOS A LA HIERBABUENA

#### *Ingredientes para 4 personas :*

- ✓ ½ K. de garbanzos.
- ✓ Aceite (para sofreír las cebollas).
- ✓ Agua (para remojar y cocer los garbanzos).
- ✓ 1 cebolla.
- ✓ 2 huevos.
- ✓ Sal.
- ✓ Hierbabuena.
- ✓ 2 patatas pequeñas.
- ✓ Bicarbonato.

**U**n día antes, se ponen los garbanzos a remojar en agua tibia con un poco de bicarbonato. A la mañana siguiente, se tira el agua de los garbanzos y se repone agua limpia en un puchero donde se cuecen. En un cazo aparte se cuecen los dos huevos. En el puchero de garbanzos se añadirán las patatas cortadas a tacos, los huevos ya cocidos y cortados y también la cebolla previamente sofrita en sartén aparte. Por último, se le añade al puchero la hierbabuena que debe estar seca y molida y que le da un gusto muy característico. Al servirlo en mesa se le puede también poner algo de hierbabuena por encima. Acompañar el plato con un rosado fresco de la tierra o un tinto.

