

GARBANZOS CON LANGOSTINOS



INGREDIENTES

- 500 g de garbanzos
- 400 g de langostinos
- 1 cabeza de ajos
- 1 cebolla grande
- 1 pimiento rojo
- 1 tomate rojo
- 1 hoja de laurel
- 1 cucharada de pimentón dulce
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Pimienta

PREPARACIÓN

1. La noche anterior ponemos los garbanzos en remojo.
2. Pelamos los langostinos en crudo y cocemos las cáscaras y las cabezas, cubrimos con agua y cocinamos durante 15 minutos.
3. Transcurrido el tiempo con un cucharón, aplastamos las cabezas de las gambas para extraer todo su jugo.
4. Escurrimos en un colador y reservamos el caldo.
5. En una olla ponemos los garbanzos, el caldo de los langostinos y un poco más de agua (sólo para cubrir y un dedo más), la hoja de laurel y la cabeza de ajo partida por la mitad
6. Cocinamos hasta que los garbanzos estén tiernos.

7. En una sartén hacemos un sofrito con la cebolla, el tomate, el pimiento, todo junto a fuego medio y un buen chorro de aceite de oliva, hasta que la verdura esté tierna.
8. Por último, ponemos sal, pimienta y una cucharada de pimentón, removemos y retiramos del fuego. Podemos triturar la verdura o dejarla en trozos.
9. Una vez que los garbanzos están tiernos, se incorporan las verduras a la cazuela y se deja cocinar durante 5 minutos más.
10. Por último, añadimos los langostinos, cocinamos 1 minuto más y servimos el guiso bien caliente.