Historia y propiedades del garbanzo madrileño

El garbanzo madrileño, cultivado desde tiempos ancestrales en el corredor de municipios conformado entre Brunete y Villamantilla, es el producto por excelencia de esta zona agrícola de la Comunidad de Madrid.

El garbanzo madrileño destaca por su tamaño pequeño y color anaranjado, que le lleva a parecerse en su aspecto externo al pedrosillano, si bien sus características tras la cocción son sustancialmente diferentes. El garbanzo madrileño aumenta más del doble su tamaño tras la cocción, no pierde su piel en el proceso y presenta una untuosidad mantecosa y blanquecina en su interior que le convierte en el ideal para la elaboración del tradicional cocido madrileño por su tersura y sabrosas propiedades.

Uno de los secretos de su cultivo es la acidez que presenta el suelo en esta comarca de municipios. Esta acidez convierte este entorno geográfico en el sitio ideal para su plantación, ya que, por ejemplo, un suelo con mucha cal produciría que el garbanzo quedara duro en la cocción.

El objetivo es que el garbanzo madrileño disponga de un sello de garantía y un control de calidad, que permita que el consumidor tenga la seguridad de estar disfrutando del mejor garbanzo del mundo para elaborar el tradicional cocido: el garbanzo madrileño.

CASAMARÍA
C/ CAVA ALTA,7
+34 696 58 20 27
www.casamariamadrid.es
holacasamaria@gmail.com

MERCADO DE PRODUCTO
C/ SANTA ISABEL,5
MERCADO DE ANTÓN MARTÍN 1ª PLANTA
www.mercadodeproductomadrid.com
mercadodeproductomadrid@gmail.com

CASAMARÍA
CASA DE COMIDAS FUNDADA EN 2008

MERCADO DE PRODUCTO MADRID

LA COCINA CASERA DE CASAMARÍA

1

EL COCIDO MADRILEÑO DE LOS TRES VUELCOS

TODAS NUESTRAS RECETAS EN WWW.CASAMARIAMADRID.ES

Receta de nuestro cocido madrileño de los 3 vuelcos

INGREDIENTES

Carnes, chacinas y huesos

- Lacón gallego de Lalín
- Carne de vacuno (Morcillo)
- Panceta ibérica salada
- Tocino ibérico
- Pollo de corral
- Longaniza de Castilla
- Morcilla de cebolla
- Huesos de caña (uno por comensal)
- Huesos de jamón ibérico
- Huesos de babilla
- Punta de jamón

Verduras y legumbres

- Calabaza
- Puerros
- Zanahorias
- Nabos
- Repollo o Berza castellana (preferible)
- Patatas
- Tomates
- Apio
- Garbanzos autóctonos de Madrid

Otros ingredientes y especias

- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Comino
- Hierbabuena
- Laurel
- Albahaca
- Sal marina
- Sal maldón
- Pimienta
- Fideos finos

COCIMIENTO 1

- En una olla se cuece el lacón de lalín (previamente desalado) con cebolla y laurel.
- Tras la coción se reserva el lacón, se porciona todo por el número de comensales y se guarda el caldo.

COCIMIENTO 2

-En otra olla se cuece el repollo a fuego lento junto a la mitad de la longaniza, una parte de la panceta ibérica y un par de huesos de jamón ibérico.

-En la olla se van cociendo el resto de las verduras y se van reservando a parte una vez llegado a su punto de coción. Se porciona todo por el número de comensales.

-Terminada la coción de las verduras se filtra el caldo para eliminar los restos de las mismas. Se reserva y se guarda.

-Se reservan la longaniza, la panceta y los huesos de jamón. Se porciona todo por el número de comensales.

COCIMIENTO 3

-En otra olla se cuecen conjuntamente las carnes y el resto de longanizas y huesos, excepto el hueso de caña y las morcillas.

-Se van reservando según alcanza su punto de coción, empezando por el pollo que cuece antes. El resto termina el proceso al mismo tiempo.

-Se porciona todo por el número de comensales.

-Se filtra el caldo restante.

VUELCOS Y COCIMIENTO 4

-Se vuelcan y juntan los caldos de los cocimientos anteriores en uno solo sin desengrasar. Se cuecen en él los garbanzos que deben desespumarse en los primeros minutos y cuando su punto de coción, se reservan aparte.

-Si se ha hecho correctamente la mezcla del cocimiento de verduras y legumbres junto a la de carnes y longanizas, el resultado es una sopa de cocido equilibrada sin necesidad de eliminar grasa y por tanto perder sabores esenciales para el primer plato fundamental del cocido madrileño: su sopa.

-El caldo resultante es también el que se utiliza para preparar las salsas, purés, huesos de caña y morcillas de cebolla que le acompañan.

Preparación de puré, salsa, el hueso de caña de acompañamiento y las morcillas de cebolla:

• A las patatas ya cocidas anteriormente se les añade parte de la grasa sobrante del caldo de toda la coción y se va haciendo lentamente un puré con ella, se le añade en el proceso final, aceite de oliva virgen extra y se reserva para el servicio.

• A los tomates (que deben ser maduros y sin piel) se les hace un sofrito de ajo y se va friendo lentamente añadiendole parte de la grasa del cocido que resulte sobrante. A media fritura se le añade abundante comino en grano y un poco de albahaca y se continua la coción hasta llegar a hacerse un tomate frito no demasiado denso pero si cremoso. Se le deja enfriar. Cuando esta templado se le añade un poco de aceite de oliva virgen extra.

• Con caldo de cocido se cubren en su totalidad los huesos de caña en una olla plana y se cuecen durante 5/6 minutos. (Dependiendo de su tamaño)

• Con caldo de cocido se les da un hervor de 5 minutos a las morcillas de cebolla. Se las pone después en una plancha y se terminan de hacer en horno, salamandra o parrilla.

SOPA DE COCIDO (2 formas)

- La clásica de fideos: Al caldo resultante de los vuelcos, se le pone en ebullición se le añade fideos finos. Cuando están al dente la sopa de cocido está lista para servir. Se añade una hojita de hierbabuena en cada plato.
- La del pastor (receta popular de un pastor castellano que sólo se hace en esta casa): En el fondo del plato se deposita una porción del puré de patata elaborado antes poniendo encima una hojita de hierbabuena. Alrededor se vierte el caldo del cocido hasta cubrirlo casi completamente.

SERVICIO Y EMPLATADO

- Entrante: Se sirve la sopa en cualquiera de las dos formas que se elijan.
- Platos principales: Se sirve en una bandeja o bien en 2 platos distintos. Por un lado los garbanzos y verduras y por otro las carnes y longanizas. Todas ellas porcionadas. Se le añade al plato de carnes el hueso de caña y la morcilla de cebolla gratinada en el horno.

Se le acompaña con salsa de tomate con comino y albahaca en un cuenco y otro de aceite de oliva virgen extra.

Y si después de esto hay alguna persona valiente que desea tomar un postre y tiene capacidad para ello, por supuesto que puede hacerlo. Se recomienda algo muy ligero y refrescante. Por supuesto, un café o una infusión al final no vendría mal.

VINOS RECOMENDADOS

Tierras de Castilla y/o D.O. Toro, el Bierzo, Ribera del Duero, Rioja, Méntrida y Madrid. Pero valen todas las D.O. si el vino es bueno. Que lo disfruten.