



garbanzos con pulpo



Ingredientes para 4 personas:

300 gr de garbanzos secos

1 cebolleta

1/2 pimiento verde

1/2 pimiento rojo

2 cucharaditas de Pimentón de la Vera dulce

200 gr de pulpo cocido

500 ml de caldo de pescado

sal, AOVE (aceite de oliva virgen extra)

Preparación:

La víspera ponemos los garbanzos a remojo en agua templada con sal.

Al día siguiente, escurrimos los garbanzos y los echamos al recipiente de nuestra slow cook, añadimos la cebolleta y los pimientos verdes cortados en "brunoise", es decir, en daditos pequeños, damos un punto de sal, una cucharada de AOVE, el pimentón y regamos con el caldo de pescado. Mezclamos bien con la ayuda de una espátula de silicona, tapamos y cocinamos en ALTA durante 9 horas.

Pasado ese tiempo añadimos el pulpo troceado y cocinamos en ALTA durante 1 hora más.

[Con las zarpas en la masa](#)