



Garbanzos con espinacas y calabaza

400 gramos de garbanzos cocidos

200 gramos de espinacas

½ Calabaza

8 decilitros de caldo de verduras

2 Dientes de ajo

1 Cebolla dulce

1 Tomate triturado

1 Cucharadita de pimentón dulce

2 Ramitas de tomillo

1 Hoja de laurel

Aceite de oliva virgen extra

Sesamo

Sal

1- Lavamos, cortamos y escurrimos las espinacas. Cortamos en juliana fina la cebolla dulce y los ajos.

2-En una sartén con aceite de oliva doramos el ajo, añadimos la cebolla y cocinamos hasta que esté transparente. Añadimos el tomate, lo dejamos durante unos minutos hasta que esté hecho y añadimos el pimentón con cuidado de que no se queme. Añadimos sal.

3- En una cazuela ponemos el caldo de verduras (puede ser agua) a hervir, añadimos los garbanzos (lavados y escurridos) y la calabaza que hemos partido en dados. Agregamos el laurel y el tomillo. Añadimos el sofrito. Sazonamos.

4- Dejamos hervir hasta que esté la calabaza tierna. Probamos y si es necesario rectificamos el punto de sal. Espolvoreamos sésamo si nos gusta.