



## POTAJE DE CUARESMA CON LANGOSTINOS

### INGREDIENTES:

- 200g Langostinos crudos enteros
- 70g Aceite de Oliva Virgen Extra
- 500g Agua
- 130g Cebolla en Cuartos
- 2 Dientes de Ajo
- 75-80g Zanahoria en trozos
- 400g Garbanzos cocidos en conserva (aclarados y escurridos)
- 2 Cucharaditas rasas de Sal
- 1 Cucharada de Pimentón
- 1 Hoja de Laurel
- 1 Pellizco de comino en grano (opcional)
- 150g Bacalao en Salazón remojado y desalado
- 120g De hojas de Espinaca Fresca

### PREPARACIÓN:

1. Pele los langostinos y reserve los cuerpos. Ponga en el vaso las cáscaras y cabezas y 20g de aceite. Sofría **2min/120°C/vel.1**
2. Incorpore el agua y programe **4min/100°C/vel.1**. Cuele el fumet a través de un colador de malla fina y reserve. Lave el vaso.
3. Ponga en el vaso la cebolla, el ajo, la zanahoria y 50g de aceite. Trocee **2seg/vel.5** y sofría **8min/120°C/vel.1**
4. Incorpore 60g de garbanzos y 50g de fumet de langostinos y triture **15seg/vel.6**
5. Incorpore el resto de garbanzos y el fumet restante, la sal, el pimentón, el laurel, y el comino. Programe **25min/100°C/Giro inverso/vel. Cuchara**.
6. Agregue el bacalao, los cuerpos de los langostinos y las espinacas. Programe **5min/100°C/Giro inverso/vel. Cuchara**. Vierta el potaje en una fuente honda, deje reposar unos minutos y sirva.

Silvia Gómez del Pulgar

Team Leader Thermomix

[www.thermomix-sabadell.es/silviagomez](http://www.thermomix-sabadell.es/silviagomez)