

Col guisada tradicional



Nombre de la receta

Col guisada tradicional

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Sencilla

Personas

2

Alérgenos

La receta no contiene alérgenos

Descripción

Con con sofrito de ajo y pimentón dulce

Lugar originario de la receta

España

Ingredientes

- 1 col pequeña
- 7 dientes de ajo
- 1 cucharadita de pimentón dulce
- 2 cucharadas soperas de vinagre
- al gusto de sal

- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva

Pasos

1 Para cocinar nuestra col, le quitamos en primer lugar alguna hoja exterior más verdosa y la partimos por la mitad.



2 A continuación le quitamos la parte dura del tronco.



3 Por último la partimos en trozos grandecitos y la ponemos a hervir en agua durante una media hora o hasta que esté tierna pero no demasiado pasada.



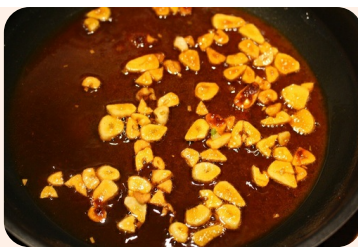
4 Una vez cocida tenemos que ponerla en un escurridor durante unos 10 minutos o 15 para que quede bien escurrida.



5 Por otro ponemos el aceite en una sartén y echamos los ajos pelados y laminados.



6 Cuando empiece a dorarse añadimos el pimentón dulce y apartamos la sartén del fuego para que no se queme.



7 Una vez reguisado el pimentón añadimos el vinagre. Unas 2 o 3 cucharadas soperas.



8 Por último añadimos la col escurrida a la sartén y salamos al gusto. Removemos bien el conjunto para que se vayan impregnando bien los sabores con el fuego bajo y lo dejamos removiendo durante unos 15 minutos. Pasado este tiempo probamos y rectificamos de sal.



9 Sacamos a un plato y ya tenemos preparada nuestra sencilla y rica receta de coles.



Observaciones o consejos

En lugar de sal se le puede añadir media pastilla de caldo de pollo y le da un poco de más sabor.

Autor

Matilde Linares