

## *Potaje de garbanzos y carabineros*

---

- 200 gr. de garbanzos
- 8 carabineros
- 250 gr. de judías verdes
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- una rama de apio
- agua
- aceite virgen extra
- sal
- una rama de romero



1. Pon agua a cocer en la olla rápida. Cuando empiece a hervir, añade los garbanzos (remojados de víspera), el trozo de apio y la rama de romero. Sazona, pon la tapa, escoge la posición 2 y cuece durante 5 minutos desde el momento en que empiece a salir el vapor.
2. Pela, pica los dientes de ajo en láminas y ponlos a dorar en una cazuela amplia y baja. Pica la cebolla finamente e incorpórala. Sazona y rehoga durante unos minutos.
3. Retira las puntas y los hilos de las judías, pícalas en juliana y añádelas. Cocina todo durante 5-8 minutos.
4. Corta los carabineros por la mitad a lo largo, retírales cualquier suciedad que puedan tener y vuelve a cortarlos por la mitad. Añádelos a la cazuela, rehógalos un poco, incorpora los garbanzos a la cazuela y guisa todo durante 5 minutos.