



ALUBIAS CON CHORIZO

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Intermedio 15 min+remj 2h-30 min

Ingredientes

Alubias blancas: 500 gr.
Chorizo de guisar: 400 gr (en rodajas gruesas).
Cebolla: 1 unidad (½ picadita y ½ troceada en cuartos).
Diente de ajo: 1 unidad (picadito).
Tomate frito: 50 cc.
Aceite: 80 cc en total (40 cc para la cazuela y 40 cc para la sartén).
Agua fría: cantidad necesaria (para cubrir y para "espantar").
Sal: al gusto.



Preparación

1. Poner los 500 gr de alubias blancas en una cazuela. Añadir media cebolla troceada en cuartos, 40 cc de aceite y cubrir con agua fría hasta que el nivel supere unos 2 cm a las alubias.
2. Calentar a fuego fuerte hasta que comience a hervir. En ese momento, añadir un chorrito de agua fría para "espantar" las alubias (cortar el hervor).
3. Tapar la cazuela y cocer a fuego suave durante aproximadamente 2 horas. Durante este tiempo, mover la cazuela con vaivén y añadir pequeñas cantidades de agua fría cada vez que se vayan quedando secas.
4. Mientras tanto, calentar 40 cc de aceite en una sartén. Rehogar la otra media cebolla picadita durante 6 minutos. Añadir el ajo picadito y rehogar 2 minutos más.
5. Incorporar las rodajas de chorizo a la sartén y rehogar 2 minutos. Finalmente, añadir los 50 cc de tomate frito y mezclar bien.
6. Cuando las alubias estén casi hechas, verter el sofrito de la sartén en la cazuela. Mezclar con mucha suavidad para no romper las alubias y probar el punto de sal.
7. Mantener la cocción a fuego suave durante 30 minutos más para que el conjunto ligue y los sabores se integren perfectamente.
8. Comprobar el espesor del caldo, dejar reposar unos minutos y pasar a la fuente de servir.

Notas

- Las alubias se deben poner a remojo previamente en un bol con agua sin sal. Si son alubias nuevas (pochas), no hace falta remojo y el tiempo de cocción se reduce a media hora.
- Se pueden sustituir 200 gr de chorizo por 200 gr de tocino de cerdo, cociéndolos juntos.
- El tomate frito de bote suele ser salado, por lo que conviene ser prudente con la sal hasta el final.
- El "espantado" (añadir agua fría) es clave para que la legumbre no se rompa y el caldo quede trabado.

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Alubias con chorizo	Vegetales y Veganos	01	11-11-2025	1 de 1

Este documento y su contenido es propiedad de Juan Carlos Sanz Tamayo. Queda prohibida su divulgación o entrega a terceros sin la previa autorización escrita del propietario.