



Artesanía alimentaria y recetas

Patatas con congriso

Saber de:

Concepción Pérez Cucalón

Tobed
Zaragoza

Recogido por:
Ruth Julve Cebrián
(A. C. Grío)

Agosto de 2013

FICHA DE CONOCIMIENTOS
Y SABERES



INGREDIENTES

Para cuatro personas:

- ✓ 50 gr. de congrio.
- ✓ 800 gr. de patatas.
- ✓ Un cuarto de cebolla.
- ✓ Una hoja de laurel.
- ✓ Medio tomate.
- ✓ Medio pimiento verde.
- ✓ Agua.
- ✓ Aceite.
- ✓ Sal.

MATERIALES

- ✓ Utensilios de cocina.
- ✓ Dos soperas.
- ✓ Una sartén.
- ✓ Una tabla de cortar.

ELABORACIÓN

1. Ponemos el congrio en una sopera con agua y esperamos a que hierva. Lo dejamos más o menos una hora.
2. Pelamos las patatas y las cortamos a repizcones (estilo bravas).
3. Ponemos las patatas con abundante agua en otra sopera y dejamos que hierva hasta que las patatas estén hechas. Añadimos la hoja de laurel entera.
4. Mientras tenemos las dos soperas con los ingredientes, vamos troceando el pimiento, la cebolla y el tomate, y hacemos un sofrito (ponemos en una sartén aceite a calentar y pochamos los tres ingredientes).
5. A la hora, más o menos, retiramos el congrio del fuego, quitamos el agua y lo dejamos en un plato para que se enfríe y podamos cortarlo en trozos.
6. Añadimos el congrio a las patatas cuando éstas estén medio hechas.
7. Cuando ya estén las patatas cocidas añadimos la sal y, en caso de que hubiese mucha cantidad de agua, retiraríamos un poco.
8. Añadimos el sofrito a la sopera de las patatas y removemos para que se mezcle todo bien.
9. Lo servimos en un plato hondo o cuenco, donde ponemos unas pocas patatas, un trocito de congrio y bastante caldo.

CURIOSIDADES

El congrio ahora es un ingrediente caro, pero antiguamente se trataba de un alimento muy barato que solían utilizar en las casas con pocos recursos económicos.

FOTOGRAFÍAS



1. Añadimos el sofrito.



2. Patatas con congrio.