



# potajes

## Potaje de millo

### Ingredientes:

Para 6 raciones

- 800 grs. de millo congelado\*
- 2 costillas de cerdo saladas o frescas
- 3 ó 4 dientes de ajo
- 1 cebolla grande
- 2 tomates de fritura
- 1/4 de k. de batata
- 1/2 k. de papas
- 1 bubango pequeño
- Aceite de oliva virgen
- Sal

### Cómo se hace:

1. Lo primero es desalar las costillas (si las vas a usar saladas). El día anterior las pones en un recipiente con agua que las cubra y las dejas en la nevera. Cambia el agua unas 3 veces.
2. En un caldero grande añade 3 ó 4 cucharadas de aceite de oliva virgen y sofríe primero los ajos pelados y picaditos. Cuando estén ligeramente dorados añade la cebolla troceada y sofríe todo hasta que la cebolla esté blanda. Añade los tomates pelados y triturados y sofríe un poco más.
3. Vierte en el caldero 2 ó 3 litros de agua\* y añade las costillas desaladas. Deja guisar media hora aprox. a fuego medio y desespuma\* el caldo si fuera necesario.
4. Pela la batata, las papas y el bubango, los cortas en trozos medianos y se los añades al caldo.
5. Cuando arranque a hervir de nuevo el caldo añade el millo congelado. Sazona con sal a tu gusto y deja que se cocine todo junto hasta que el millo y la verdura estén tiernos.

### Sugerencias:

- \* Puedes usar piñas de millo frescas, en este caso las tienes que dejar en remojo la noche anterior, desgranar y las pones a guisar junto con las costillas.
- \* Se suele añadir más cantidad de agua para que sobre caldo, este caldo se suele usar para hacer gofio escaldado o también puedes hacer una sopa o tomarte el caldo sólo. Si no quieres que te sobre caldo añade menos agua.
- \* **Desespumar**, consiste en eliminar con una espumadera los residuos (espuma) que se van acumulando en la superficie cuando hacemos un caldo, normalmente ocurre al cocinar carnes o pescados.