

Receita Tradicional Galega: Caldo de grelos

O caldo de grelos forma parte das elaboracións máis representativas da cociña galega. A preparación deste caldo combina sinxeleza e coidado pola materia prima e permite manter viva unha tradición gastronómica que pasou de xeración en xeración.

Ingredientes:

- Un feixe de grelos frescos
- 3 ou 4 patacas medianas
- Un anaco de unto
- 150 g de fabas brancas postas a remollo
- Sal

Elaboración:

1. Lávase ben o feixe de grelos e retíranse os talos máis duros para que o resultado sexa máis suave.
2. Colócanse as fabas nunha pota con auga fría e engádese o anaco de unto. Déixanse ferver a lume tranquilo para que o sabor se desprenda pouco a pouco e o caldo gañe corpo.
3. Engádense as patacas chascadas. Ao rompélas de maneira irregular, o caldo espésase de maneira natural durante a cocción.
4. Incorpóranse os grelos e mantense a cocción ata que estean brandos
5. Rectifícase o sal e déixase repousar uns minutos antes de servir para que os sabores se integren mellor.

Este caldo destaca pola súa naturalidade e pola importancia que concede ao produto local. É unha preparación que mantén a esencia da cociña galega especialmente nos meses fríos.