

GUIZO DE INFLUENCIA BEREBER DE GARBANZOS CON TERNASCO

El término Azuara proviene del árabe زوارة, AZ-ZUWARA, nombre de la tribu bereber Zuwara Zuwara Berber de Libya.

Esto nos lleva a pensar en su alimentación y la influencia árabe que dejaron en nuestra cultura alimentaria. La cocina bereber es una cocina rural que recurre en gran medida a los cereales, emplean gran variedad de hortalizas mediterráneas, legumbres como garbanzos, lentejas y las habas. Aceitunas, higos y dátiles para preparar guisos de cordero y aves, ingredientes que todavía hoy se utilizan mucho y podemos encontrar en Campo Belchite.

Ingredientes:

Garbanzos (cocidos) de **Ecolecera**

AOVE de la **Cooperativa San Martín**, AOVE Oribel, variedad Empeltre

Ternasco de ganadería propia de **Carnicería Julia**, pierna deshuesada

Hortalizas de temporada como hinojo, zanahoria, cebolla...

Fruta desecada como pasas, higos, dátiles...

Sal marina

Ras el Hanout mezcla de especias de Comercio Justo

1 /2 cucharada de postre de clavo

1 cucharada de postre de pimienta negra

1 cucharada de postre de Cardamomo Verde

1 cucharada de postre de pimienta blanca

2 cucharadas de postre de cominos

1 cucharada de postre de semilla de Cilantro

1/2 cucharada de postre de nuez moscada molida

1 cucharada de postre de pimienta de Cayena

1 cucharada de postre de canela molida

2 cucharadas de postre de jengibre molido

2 cucharadas de postre de cúrcuma molida

1 cucharada de postre de pétalos de rosa molidos

Pan del **Horno de leña París**

Elaboración:

En una cazuela, amplia y baja, con un poco de AOVE añade la cebolla cortada a dados medianos, en rodajas el puerro y a canto rodado las zanahorias con un poco de sal y deja pochar.

Con los huesos del ternasco, laurel y ajo haz un caldo.

Corta el ternasco a dados de bocado y reserva.

Incorpora el Ras al Hanaut a la cazuela para que se impregne todo.

Añade los tacos de ternasco, la fruta desecada elegida y sal, cubre con el caldo de huesos.

Deja que chupchunee y cuando casi este el guiso incorpora los garbanzos cocidos.

Te proponemos comerlo como los bereberes, con los dedos o con cuchara, y acompañado de pan.