

FRIJOLES AL HORNO CON GALLINA

Ingredientes

1 gallina gorda y tierna
1 kl de frijoles negros o bayos
1 kl de huesos y menudencia de ave
1/4 kl de tocino
aceite de olivo
6 cebollas medianas
1 cucharada de ají verde molido
6-7 cucharadas de miel de chancaca m/m
1 pimiento rojo para la decoración
verduras para el caldo
sal y pimienta

Preparación

Se remoja los frijoles, la víspera, con un poco de bicarbonato. Al día siguiente se enjuagan bien. Se cuece la gallina, los huesos y menudencias, junto con las verduras, en agua con sal de modo de obtener 3 litros, más o menos de buen caldo. En este caldo colado, se cocinarán los frijoles, procurando que queden enteros y no demasiado tiernos, pues la cocción debe continuar posteriormente. Se calienta en una cacerola una taza de aceite y se doran 3 cebollas finamente picadas se agrega el ají y se sazona. Una vez esto incorporado, se echan los frijoles y se deja cocer a fuego lento, añadiendo un poco más de aceite. Habrá que proceder con cuidado, para que no se deshagan. Enseguida se echa la miel, se cuece un poco más y se retiran.

A continuación se vierte en una sartén otro poco de aceite y se doran las 2 cebollas restantes cortadas en ruedas delgadas y el tocino picado, la carne de gallina, que ya se habrán deshuesado, se corta en trozos, más bien chicos y se une a la preparación de cebollas y tocino.

Presentación: En una olla de barro de boca ancha se pone una capa de frijoles, encima se echa otra de la preparación de la gallina y así hasta terminar con frijoles.

Encima de estos se pondrán 4-5 rajadas de tocino, (que se apartó) y se adorna con rodajas de pimiento. Se lleva al horno por 15-20 m. Se sirve en el mismo recipiente.