

Ha inspirado coplas, libros y hasta una ópera. El cocido succulento y sustancioso, nació –dicen– tan pronto como el hombre poseyó conocimientos de alfarería y puso el recipiente con agua para intentar ablandar, cociendo, las carnes de caza que entonces centraban su alimentación. Leyenda o verdad, lleva siglos con nosotros, y es uno de los platos que más apetecen en los meses de frío para calentar-nos el cuerpo y el espíritu.

Principalmente, el cocido es un guiso hecho en una olla con agua, en la que se cuecen juntas carnes (de cerdo, ternera, pollo o cordero), embutidos, verduras (col, nabo, chirivía), patatas, zanahorias, legumbres (garbanzos, alubias) y otros aditamentos, a los que a veces se añaden algunos elementos fritos en el momento de servir (huevos...). El más conocido y preciado es sin duda el cocido madrileño, con sopa de fideos, garbanzos con verduras (repollo rehogado, zanahoria y nabo en rodajas) y un tercer vuelco formado por las

El más preciado es el madrileño, con sopa de fideos, garbanzos con verduras, carnes troceadas y tocino

El último cocido del invierno

Un plato que son varios. Con una vistosa presentación y una variedad de estilos sin igual, el cocido es como España: rico en matices y singularidades, pero típicamente nuestro



Cocido de Lalín (Izda.). Arriba, el maragato (León). Sobre estas líneas, el madrileño.

carnes troceadas, las chacinas, el tocino y el tuétano de los huesos de caña. La Bola, Malacatín o Casa Carola son los mejores comedores para disfrutarlo en todo su esplendor. Pero –distintas del madrileño por ingredientes y manera de servir– existen numerosas versiones del cocido en función de la región donde se elabora: de Lalín, lebaniego, maragato o montañés son algunas de ellas y pueden disfrutarse, también, en numerosos restaurantes de la capital.

Amén del marisco y el albariño, muy popular es en Galicia el cocido de Lalín, un plato que por estas fechas inspira una importante festividad en la localidad pontevedresa homónima y que, a diferencia del madrileño, incorpora elementos de la rica despensa gallega: garbanzos, grelos, patatas y lacón principalmente, y en muchos casos, cacheira, chorizos y ternera. Para su elaboración se usa carne de cerdo autóctono de Galicia, criado en pureza en sus verdes praderas. En Madrid puede disfrutarse en temporada en los restaurantes Combarro y Sanxenxo.

Otro cocido que ha trascendido es el maragato, propio de



León. Se trata de un plato que, como otros muchos, tradicionalmente alimentaba a los trabajadores del campo en una sola comida para un duro día de trabajo. El cocido maragato consta básicamente de ingredientes de campo y es una variedad que se distingue por servir los tres vuelcos al revés: primero las carnes, después los garbanzos y, por último, la sopa. En Madrid puede degustarse en El Astorgano. De Cataluña es típica la Escudella –en Madrid, en *Casa Jorge*–, que se caracteriza por usar butifarras (negras y blancas) y llevar una masa de carne picada con especias (pimienta, canela, huevo y pan rallado) llamada *pilota*; de Burgos es clásica la olla podrida (el nombre no le hace justicia), y de Cantabria es original el cocido liebanego, con sus incunables garbanzos de Potes, patatas y repollo. El primero se puede encontrar en Madrid en El Mesón del Cid y el segundo, los martes en el restaurante Los Galayos donde preparan un tipo de cocido diferente cada día de la semana.

EN MADRID RECOMENDAMOS

- Malacatín.** Ruda, 5. Tel: 913 655 241.
- La Bola.** Bola, 5. Tel: 915 476 930.
- Casa Carola.** Padilla, 54. Tel: 914 019 408.
- Combarro.** Reina Mercedes, 12. Tel: 915 547 784.
- Sanxenxo.** José Ortega y Gasset, 40. Tel: 915 778 272.
- El Astorgano.** Pensamiento, 25. Tel: 915 796 261.
- Casa Jorge.** Príncipe de Vergara, 142. Tel: 914 113 728.
- Mesón del Cid.** Fernández de la hoz, 57. Tel: 914 420 755.
- Los Galayos.** Botoneras, 5 esquina Plaza Mayor, 1. Tel: 913 663 028.

Realizado por Andrés Sánchez Magro. www.intereconomia.com/blog/blog-gato-gourmet