

RECETAS DEL MUNDO



***Este cuadernillo recoge la
variada gastronomía de
los distintos países
de las mujeres que participan
en los talleres de Cáritas.***

***Se trata de una suculenta
muestra de los mejores platos
y de la cocina típica
que estas mujeres quieren
compartir con todos nosotros.***

RECETAS DE MARRUECOS

COUS COUS

Ingredientes:

- 400 gr de cous cous.
- 1 Kg de cordero (preferentemente paletilla y cuello).
- 2 Calabacines.
- 1 Cebolla mediana.
- 1 Zanahoria.
- Un trozo de calabaza.
- Un trozo de col.
- 1 Tomate maduro.
- 1 Pimiento verde.
- 1 Puerro.
- Unos dientes de ajo.
- Una mezcla de especias de Marruecos.
- Comino en grano.
- Hierbabuena.
- Sal, aceite de oliva virgen y agua.
- Opcionalmente le podemos añadir un trozo de pimiento rojo, un trozo de apio o un nabo.

Elaboración:

Troceamos bien el cordero y picamos las verduras. El ajo lo pelamos y machacamos un poco el diente.

Cogemos la cuscusera y cubrimos el fondo de la olla con un poco de aceite. La ponemos a calentar a fuego medio.

Cuando el aceite está caliente, añadimos el cordero y rehogamos unos minutos. Una vez se ha hecho un poco el cordero, incorporamos las verduras. Primero cebolla y puerro. Rehogamos. A continuación, zanahoria, pimiento y ajo. Rehogamos. Lo siguiente es la col y rehogamos. Por último, la calabaza, los calabacines y el tomate.

Añadimos a la olla una cucharada sopera rasa de la mezcla de especias, tal y como están en el bote (vienen picadas y sin moler; en el caso que trajese molinillo, no lo usamos). Si la mezcla viniese ya molida, calcular una cantidad equivalente.

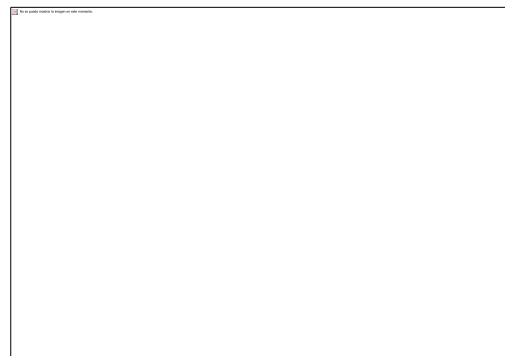
En un mortero incorporamos un buen puñado de cominos en grano, un pellizco de sal y unas cuantas hojas de hierbabuena. Lo machacamos todo y lo incorporamos al guiso.

Seguimos rehogando. Mientras tanto, preparamos el cous cous. Para ellos lo echamos en una bandeja, lo regamos con un vaso de agua, lo removemos bien y lo dejamos reposar unos diez minutos tapado con un trapo. Inmediatamente después de haber preparado el cous cous, añadimos agua a la olla hasta cubrir, llevamos a ebullición y luego bajamos a fuego medio. Cogemos el recipiente perforado de las cuscusera e incorporamos el cous cous, frotándolo con los dedos para que se quede suelto. Colocamos encima de la olla y tapamos. Esperamos a que el vapor salga por entre el cous cous, bajamos a fuego medio bajo y dejamos cocer 20 minutos.

Pasado ese tiempo, y sin quitar la olla del fuego, echamos de nuevo el cous cous en una bandeja, removiéndolo con cuidado con una cuchara de madera para que quede suelto, y lo regamos con un vaso de agua en la que hemos disuelto una cucharada de sal (de las del café). Removemos y dejamos reposar cinco minutos. Lo volvemos a incorporar al recipiente perforado, frotándolo con los dedos para que quede suelto.

Colocamos encima de la olla y tapamos. Dejamos cocer a fuego medio bajo hasta que el cous cous está hecho.

Entonces, retiramos el recipiente donde está el cous cous. Echamos este en un recipiente para servir, removiéndolo con cuidado con una cuchara de madera para que quede suelto.



El guiso lo rectificamos de sal, si es necesario, y dejamos que se consuma algo el caldo si vemos que tiene en exceso. Lo incorporamos a otro recipiente para servir.

**Habida Marham
Villarta de San Juan**

CARNE CON ALMENDRAS Y HUEVOS

Ingredientes:

- 1 Kg de carne de ternera.
- 1 Cebolla.
- 5 Ajos.
- Perejil
- 1 Cucharadita de azafrán.
- 1 Vaso de Aceite.
- Pimienta negra (1 cucharadita pequeña).
- Sal .
- 200 gr de almendras.
- 4 Huevos.
- 200 gr de ciruelas pasas

Elaboración:

Ponemos la carne con aceite, sal, pimienta, azafrán, cebolla y perejil en la olla a presión.

Cuando la carne esté preparada, la ponemos en un plato y sobre ella ponemos huevos ya cocido, ciruelas y almendras.

Nafi Elalia
Villarta de San Juan

CORDERO COCIDO AL ESTILO MARROQUÍ

Ingredientes:

- Cordero.
- Cebolla.
- Aceite de oliva y sal.
- Perejil.
- Pimienta negra.
- Jengibre.
- Pimiento molido.
- Azafrán.
- Huevos duros.
- Almendras fritas.

Elaboración:

Se parte el cordero en trozos pequeños, añadiéndole después un poco de perejil picado y sal. Asimismo, también puede ser recomendable echar 1/2 kilo de cebolla picada par cada tres kilos de carne.

Posteriormente, se echa en una cazuela con aceite de oliva, pimienta negra, unas gotas de jengibre, una cucharada de pimiento molido y un poco de azafrán. Se añade agua, aproximadamente un vaso, y se revuelve todo para que la carne adquiera el sabor de los condimentos que se han añadido al caldo.

La mezcla debe calentarse a fuego moderado durante aproximadamente media hora. Pasado este tiempo, se llena la cazuela con agua y se cubre con un recipiente, dejándolo a fuego lento.

Finalmente se vierte todo el contenido de la cazuela sobre una fuente y, si se desea para adornar el plato, se ponen huevos duros y almendras fritas.

TARTA DE CHOCOLATE

Ingredientes:

- 1 Kg de harina.
- 250 gr de chocolate negro.
- 1 Vaso de aceite.
- 160 gr de azúcar.
- 1 Vaso de agua.
- 4 Huevos.
- Almendras.
- Levadura

Elaboración:

Ponemos el chocolate con aceite, agua y azúcar al baño María y mezclamos bien hasta hacer una crema. (Reservamos un vaso de la crema).

Mezclamos la harina con la levadura y el resto de la crema anterior y le vamos echando los huevos, de uno en uno, hasta que tengamos una masa líquida.

Untamos un molde con un poco de aceite y de harina, echamos la masa anterior y lo ponemos al horno a 180° durante 40 minutos.

Al cabo de ese tiempo sacamos la tarta y la dejamos reposar durante 10 minutos. La sacamos del molde y la adornamos echando por encima el vaso de chocolate que habíamos reservado y la almendra picada.

Fatima El Feilla
Villarta de San Juan

TARTA DE PIÑA

Ingredientes:

- 150 gr de azúcar.
- 4 Huevos.
- 2 Botes de piña.
- 100 gr de almendra.
- Miel.
- 1 Ramita de Vainilla.
- Levadura.
- Aceite.

Elaboración:

En el vaso de la batidora ponemos los huevos, el azúcar, el aceite, la vainilla y la levadura. Lo batimos todo junto.

En un molde ponemos las rodajas de piña junto con la masa preparada anteriormente y lo pasamos al horno.

Una vez hecho el bizcocho, se saca del horno, se quita del molde y se vierte sobre él el almíbar de la piña y la miel.

Lambarri Bouchra
Villarta de San Juan

DULCE

Ingredientes:

- 1 Litro de aceite.
- 200 gr de azúcar.
- 1 Kg de harina-
- 1 Sobre de levadura.
- 25 gr de miel.
- 3 Huevos.
- 300 gr de almendras.

Elaboración:

En un bol ponemos harina, un poco de agua caliente, azúcar, huevos, un poco de sal y la levadura.

Se mezcla todo. Echamos aceite y al final miel y almendras.

Suad Marham
Villarta de San Juan

PASTEL DE DÁTIL

Ingredientes para la masa:

- 500 gr de harina.
- 2 Cucharadas de azúcar glass.
- 250 gr de margarina.
- Una cajita de nata.

Ingredientes conjunto:

- 1 Kg de dátiles.
- 1 Cuchara de canela.
- 1 Cucharada de margarina.
- 1 Cucharada grande de sésamo.
- 1 Cucharada grande de agua de flor.
- 1 Clara de huevo

Elaboración de la masa:

Mezclamos todos los ingredientes de la masa y los dejamos a parte.

Elaboración del conjunto:

Cogemos el kilo de dátiles y los evaporamos, después dejamos que se enfríen.

Cuando se hayan enfriado ponemos los demás ingredientes y de la masa que nos sale, cogemos porciones y las hacemos bolitas.

Cogemos la masa que dejamos primero aparte y la aplastamos, después la cortamos en forma circular con un vaso y ponemos en medio la masa de los dátiles que nos salió. Se pone en el horno durante 15 minutos.

Para decorar ponemos por encima azúcar glas.

**Khaddoj Kouya
Villarta de San Juan**

CROISSANTS

Ingredientes:

- 1 Kg de harina.
- 1 Vaso de aceite de girasol.
- 2 Vasos de azúcar.
- 2 Cucharadas de margarina.
- 1 Limón.
- Sésamo.
- 1 Huevo.
- Agua caliente.
- Levadura.
- Sal.
- Colorante.

Elaboración:

En un recipiente ponemos harina y añadimos aceite, azúcar, margarina, huevo, corteza de limón rallada, levadura, un poco de sal, un poco de colorante y con el agua mezclamos todo. Dejamos reposar la masa 15 minutos.

Después en un recipiente de horno ponemos un poco de margarina, ponemos la masa en el recipiente en forma de flor o cualquier forma que te guste y con la yema del huevo pintamos la superficie de la masa y lo dejamos media hora.

Al final añadimos sésamo como toque final y lo metemos en el horno hasta que se haga.

Houria El Hadri
Villarta de San Juan

DULCE CON SÉSAMO

Ingredientes:

- 5 Huevos.
- 1 Vaso de azúcar grande.
- 1 Vaso de aceite.
- 8 Cucharadas de levadura de pan.
- ¼ Cucharada de sal.
- 2 Cucharadas grandes de sésamo.
- 3 Cucharadas de hinojo en grano.
- 1 Vaso de mantequilla.
- 1 Kg de harina
- 1 Litro de leche

Elaboración:

Ponemos tres huevos, azúcar, aceite, levadura, sal, mantequilla, hinojo en grano, sésamo y mezclamos bien, luego ponemos la harina y lo amasamos todo muy bien.

Dejamos una hora en reposo, después cogemos un poco de masa y la redondeamos como una mandarina dejándola reposar una hora untamos con la yema de huevo ponemos sésamo y pasamos al horno hasta que se haga.

**Fatima El Feilla
Villarta de San Juan**

DULCE REDONDO

Ingredientes:

- 1 Kg de harina.
- 1 Huevo.
- ½ Kg de azúcar.
- Sal.
- Levadura.
- Vainilla.
- Mantequilla.

Elaboración:

Ponemos harina con un poco de agua caliente, huevos, azúcar, sal, levadura, vainilla y mantequilla.

Mezclamos todo y formamos una masa, dejamos en reposo una hora la masa y después hacemos pequeñas bolitas y se fríen en aceite bien caliente.

**Saida Achamcorch
Villarta de San Juan**

LIBRIWAT CON ALMENDRAS

Ingredientes:

- 250 gr de almendras.
- 100 gr de azúcar en polvo.
- 50 gr de mantequilla.
- ½ Cucharada de canela.
- 1 Cucharada grande de de flor de azahar.
- 1 Huevo.
- Aceite de girasol.
- 500 gr de miel.
- 50 gr de almendras.

Elaboración:

Mezcla las almendras con azúcar en una batidora. Luego ponemos una cucharada pequeña de mantequilla, canela, y esperamos 1 hora, después añadimos flor de azahar.

Mezclamos todo bien con la mano, hacemos pelotitas pequeñas, las ponemos encima de las hojas del Bastela y las doblamos en forma triangular. Después las untamos con huevo y las freímos en aceite de girasol.

Cuando están hechas las pasamos por miel y las decoramos con almendras.

Malika
Villarta de San Juan

RECETAS DE RUMANÍA

SARMALE

Ingredientes:

- 1 Repollo grande o col.
- 2 Puñados de arroz.
- 1 Kg de carne picada.
- 1 Lata de 500 gr de tomate.
- 4 Cebollas.
- 1 Huevo.
- Aceite.
- 8 Cucharadas de vinagre blanco.
- Tocino ahumado.
- Pimienta, sal, y tomillo.



Elaboración:

En una olla grande, se pone agua a hervir, con sal. Cuando llega a ebullición, se añade vinagre, después se echa la col (berza) entera, con la parte dura quitada (el centro de la col). Se tapa. Cuando se ablanda un poco, se saca y se separan las hojas, una a una. Las hojas se vuelven a echar a hervir en el agua con vinagre, a fuego lento, hasta que se ablandan bastante para poder ser dobladas y modeladas (30 minutos aproximadamente). Las hojas de col del medio que no se pueden separar bien, o que no sirven, se reservan y se pican para colocarse a la base de la olla, como una manta, encima de cual se ordenaran radialmente los sarmale más adelante.

Se pican las cebollas, en taquitos, y se sofríen en un poco de aceite, a fuego lento, hasta que cogen un color transparente. Después, se añade el arroz y se deja a refreír un poco con la cebolla. Se aparta y cuando se enfría añadimos la carne, el huevo y se salpimenta al gusto.

Ahora viene la parte más difícil y más importante de la receta: hacer los sarmales. Las hojas preparadas con vinagre se sacan, se cortan por la mitad y se les quita la parte dura. En una parte de la hoja se coloca el relleno y se cierra bien con la misma hoja, como si fuera un sobrecito con forma de rollito de primavera que iremos enrollando con el resto de la hoja de tal manera que no quede ningún boquete, para que al hervir no salga la carne.

Cuando los sarmales estén hechos, se van colocando en una olla formando círculos concéntricos hasta cubrir el fondo de la olla. Se ponen encima unas lonchas de tocino o panceta, y se cubre todo con la col en juliana que hemos preparado y con tomate triturado. Luego volvemos a cubrir con otra capa de sarmale, panceta, col en juliana y tomate triturado... y seguir así hasta agotar los ingredientes. Entre las capas se pone también el tomillo.

Añadimos agua hasta que cubra todo, y lo dejamos a fuego lento durante unas 2 horas. Mover la olla de vez en cuando para que los sarmale no se peguen. Al servirlos, poner los sarmales acompañados de la col en juliana.

Se comen al día siguiente, al ser posible

Mujeres del Taller de Villarrubia de los Ojos

ENSALADA BOEUF

Ingredientes:

- 2 Kg de patatas.
- 5 Zanahorias.
- 3 Huevos.
- Guisantes.
- Pepinillos en vinagre.
- Mayonesa.
- Una poco de mostaza.



Elaboración:

Pelar las patatas y la zanahorias, lavarlas, trocearlas y cocerlas junto con los guisantes. Los huevos también se cuecen.

Cortar los pepinillos y mezclarlos con la patata, la zanahoria, los guisantes y los huevos ya cocidos y picados, ligándolo todo con mayonesa y mostaza.

Se puede decorar con pepinillos y aceitunas negras.

También si se desea se le puede poner a esta ensalada trozos de pechuga de pavo cocida.

Mujeres del Taller de Villarrubia de los Ojos

BIZCOCHO DE FRESA

Ingredientes:

- 11 Huevos.
- 11 Cucharadas de azúcar.
- 1 Cucharada de bicarbonato de sodio.
- 11 Cucharadas de leche.
- Harina.

Se mezcla todo y mete al horno a 180 grados.

Se rellena de nata montada con fresa.



Mujeres del Taller de Villarrubia de los Ojos

RECETAS DE LATINOAMÉRICA

CEVICHE ECUATORIANO

Ingredientes:

- 400 gr de halibut o cualquier otro pescado blanco.
- ½ Pimiento rojo.
- 2 Ajís (chiles).
- 2 Patatas.
- ½ Cebolla.
- Cilantro.
- 5 Limas.
- Sal.



Elaboración:

Se corta el pescado en pequeños trozos de 1cm x 1 cm aproximadamente y se mezcla con la cebolla bien picada. En un cuenco se lava con agua fría, se escurre completamente y se incorporan el pimiento rojo y el ají bien picados, la sal y el jugo de las limas.

Dejar reposar en la nevera durante $\frac{3}{4}$ hora o una hora. El jugo de la lima habrá actuado sobre las proteínas del pescado, y ahora tendrá un aspecto blanco, de ahí su nombre “leche de tigre”, que por cierto es un estupendo remedio casero para la resaca.

Mientras el pescado va cocinándose en frío gracias al zumo de lima, coceremos las patatas en agua con sal. Para ello se ponen las patatas con piel en agua fría y contaremos 10-15 min. desde que comience a hervir. El tiempo de cocción dependerá del tamaño y del tipo de patata, pero siempre se puede pinchar con un palillo y si sale con facilidad, la patata ya está lista. Las retiramos del fuego y las ponemos a enfriar en un bol con agua y hielo para frenar la cocción. Una vez frías, les quitamos la piel, las cortamos en trozos y las reservamos.

Mezclamos las patatas con el ceviche, al que habremos escurrido la leche de tigre previamente. Espolvorear con un poco de cilantro picado fino. Servir bien frío.

SALTEÑAS

Con estos ingredientes salen 50 salteñas

Ingredientes para el relleno:

- 1 ½ Taza manteca de cerdo.
- 1 Taza chile colorado molido con agua.
- ½ Cucharada comino molido.
- ½ Cucharada pimienta negra molida.
- ½ Cucharada orégano desmenuzado.
- 1 ½ Cucharada sal, o al gusto.
- 2 Tazas cebolla blanca picada en cuadraditos finos.
- 1 ½ Tazas cebolla verde picada finamente.
- 1 ½ Carne de ternera, sin grasa, picada en cuadraditos (También puede ser de pollo o mezclada).
- 1 Taza papa, pelada, cocida, y cortada en cuadraditos.
- ½ Taza arvejas verdes cocidas.
- ¼ Taza azúcar granulada.
- ½ Cucharada vinagre.
- ½ Taza perejil picado finamente.
- 2 Cucharas gelatina sin sabor diluidas en 3 tazas agua.
- ½ Aceituna negra por salteña.
- 3 Pasas de uva por salteña.
- 1 Tajada de huevo duro por salteña.

Elaboración del relleno:

En una olla poner la manteca con el chile y dejar hervir a fuego fuerte hasta que la manteca se separe del chile. Luego agregar el comino, pimienta, orégano y sal. Dejar cocinar por unos diez minutos a fuego lento para que no se pegue, sin dejar de mezclar. Añadir la cebolla blanca y dejar cocer unos cinco minutos más. Finalmente poner la cebolla verde.

Sacar la olla del fuego, agregar el azúcar, vinagre, perejil, papas y arvejas cocidas.

En otra olla poner las tres tazas de gelatina. Hacer cocer a fuego fuerte y en cuanto empiece a hervir, añadir la carne picada. Mezclar rápidamente y sacar del fuego.

Mezclar la primera preparación con la gelatina y carne. Dejar enfriar en el refrigerador una noche o hasta que cuaje. Si se quiere, añadir las aceitunas, pasas y huevos duros antes de que cuaje o colocarlos directamente sobre los redondeles de masa al preparar las salteñas.

Ingredientes para la masa:

- 12 Tazas harina
- 1 ½ Tazas manteca de cerdo (hirviendo)
- 6 Huevos enteros
- ½ Taza azúcar
- 3 Cucharillas sal
- 2 ¼ Tazas agua tibia (más o menos)



Elaboración de la masa:

Cernir la harina en una fuente y agregar la manteca hirviendo. Mezclar rápidamente con una cuchara de madera. Dejar enfriar unos cuantos minutos y añadir los huevos, el azúcar y el agua tibia con la sal. Amasar hasta tener una masa más bien seca que aguanosa. Dejar reposar la masa tapada con un repasador por unos diez minutos.

Dividir toda la masa en cincuenta bolitas y adelgazar una por una con el rodillo, hasta tener unos redondeles de medio centímetro de grosor por catorce centímetros de diámetro más o menos.

Sobre cada redondel poner una cucharada del relleno con la aceituna, pasas y huevo duro, si estos ingredientes no se mezclaron antes.

Humedecer los bordes del redondel con agua y juntar éstos ajustando muy bien para que la salteña quede perfectamente cerrada. Repulgar dejando el cierre arriba.

Poner las salteñas, sin que se toquen, en una lata enharinada. Hornearlas a fuego fuerte entre siete a diez minutos. Servir calientes.

RECETAS
MANCHEGAS

GACHAS MANCHEGAS (o de MATANZAS)

Ingredientes:

- Aceite de oliva.
- Tocino.
- Ajos.
- Pimentón.
- Harina de titos (harina de almortas).
- Sal y agua.



Elaboración:

Se fríe el tocino, cortado en tajaditas. Se aparta y se fríen los ajos, después de apartarlos se fríe también el pimentón (muy poquito, y poca cantidad) al que añadiremos la harina (la medida son 3 ó 4 cucharadas soperas por vaso de agua).

Se mezcla a fuego lento, luego se le añaden los ajos y el tocino y cuando empiezan a hervir (a hacer gorgoritones) se le añade sal a gusto –sin pasarse.

El tiempo de cocción: cuando la grasa se ve por encima es su punto.

Mujeres del Taller de Pedro Muñoz

GARBANZOS CON BACALAO O POTAJE DE NOCHEBUENA

Ingredientes para 4 personas:

- 400 gr de garbanzos remojados.
- 200 gr de bacalao desalado.
- ½ litro de caldo de pescado.
- 250 gr de espinacas.
- 2 Cebollas.
- 1 Huevo duro.
- 2 Dientes de ajo.
- 1 Rebanada de pan.
- 1 cucharada de pimentón.
- Un ramillete de perejil.
- Una hoja de laurel.
- Aceite de oliva y sal.
- Una cucharadita de cominos (para favorecer la digestión).

Elaboración:

Si quieres ahorrar tiempo remoja los garbanzos en agua caliente con bicarbonato y sal. A los 20 minutos, escurre y lava bajo el grifo. Cuece los garbanzos en una olla con agua ligeramente salada, hasta que queden no demasiado blandos.

Desala el bacalao durante 24-48 horas, cambiando el agua varias veces, o cómpralo ya desalado.

Si usamos espinacas frescas es mejor escaldarlas unos minutos en agua salada, para que queden tiernas, bien lavadas. Si son congeladas no es necesario, es suficiente dejarlas descongelar a temperatura ambiente o al microondas unos minutos. Una vez hecho esto, ya sean frescas o descongeladas, las picamos en una tabla.

Saltea en una sartén o cazuela un ajo picado con la cebolla picada. Cuando toma color añade el pimentón, que puede ser dulce o mezcla de dulce y picante, y el bacalao desalado y troceado. Añade también los garbanzos cocidos y las espinacas picadas. Cubre con el caldo de pescado, el laurel y una pizca de cominos, y remueve al calor unos minutos.



Aparte fríe un diente de ajo y una rebanada de pan. Pica el pan frito, con el ajo frito, el perejil y una yema de huevo duro, añadiendo un poco de caldo de pescado. Vierte sobre el guiso y deja cocer unos minutos hasta que la salsa espese.



Tiempo de preparación: 20 minutos.

Tiempo de cocción: 30 minutos.

Dificultad: Media.

Consejos:

La forma tradicional de elaborar esta receta de garbanzos con bacalao y espinacas consistía en cocer el bacalao junto con los demás ingredientes. Si queremos lo podemos hacer de esta manera, ahorrándonos de usar caldo de pescado. Los cominos aportan un suave sabor anisado, pero sobre todo ayudan a la digestión de los garbanzos.

Mujeres del Taller Educativo de Tomelloso

MOSTILLO

Ingredientes:

- ½ Kg de harina.
- ¾ Azúcar tostada.
- Raspadura de limón

Elaboración:

Hervir el agua con anís, canela en rama y corteza de limón y de naranja. Cuando el azúcar está tostado se le añade el agua hervida con los ingredientes ya dichos.

Si el agua no fuese suficiente se le añade hasta 3 litros y cuarto (fría)

Se mezcla la harina con toda esta agua, y se cuela todo. Se pone todo a hervir, y poco antes de apartarlo del fuego se le añade raspadura de limón.

OJUELAS

Ingredientes:

- 1 Docena de huevos.
- 1 Kg de azúcar.
- 1 Litro de aceite de oliva frito.
- Raspadura de limón.
- 2 Vasos de zumo de naranja.
- 2 Cajas papelillos de gaseosa.
- 2 Vasos de vino blanco.
- 1 Sobre de flanín
- Canela.
- Harina (la que admita)



Elaboración:

Se amasa todo, se extiende fina, fina y se corta a modo de rombos o rectángulos. Se fríen y se rebozan en azúcar.

Mujeres del Taller de Pedro Muñoz

BORRACHOS DE LA ABUELA PAULINA

Ingredientes:

- 1 Vaso de aceite de girasol.
- 2 Vasos de vino blanco.
- 1 Kg de harina de trigo.
- Un poco de sal.
- Aceite de oliva para freír los borrachos.
- Azúcar y canela para espolvorear después de freír.

Elaboración:

Mezclar los ingredientes en un bol. Reservaremos $\frac{1}{2}$ kilo de harina, que la iremos echando a la masa poco a poco según vaya necesitando, mientras amasamos a mano.

Guardaremos un poco de esta harina para utilizarla cuando cortemos las formas de los “borrachos” y evitar que se nos pegue a los dedos y a la mesa de trabajo.

Extender la masa y cortar con ayuda de un vaso, que dará la forma a nuestros “borrachos”. Reposan ya cortados durante $\frac{1}{4}$ de hora.

Mientras reposan, preparamos la sartén con aceite de oliva para freír “los borrachos de la abuela Paulina”.

Extender de nuevo los “borrachos” con el rodillo.

Freír. Al sacarlos ponerlos en papel absorbente.

Espolvorear con la mezcla de azúcar y caenla.

ROSQUILLAS

Ingredientes:

- 6 Huevos (guardar el cascaron de medida).
- 6 Papelillos de gaseosa blanco y azul.
- 6 Cascarones de azúcar.
- 6 Cascarones de aceite.
- Ralladura de 1 limón.
- 1 Cascaron de aguardiente (opcional)



Elaboración:

Batir todos los ingredientes en una batidora, cuando estén bien batidos agregar la harina poco a poco hasta conseguir una masa ni muy dura ni muy blanda.

Estirar con un rodillo y cortar con un molde de rosquillas o si no se tiene con un vaso el circulo grande y un tapón para el circulo pequeño. Freír en abundante aceite y luego pasar por azúcar.

Taller de mujeres de Daimiel

PAN DE CALATRAVA

Ingredientes:

- 8 huevos
- 8 cucharadas grandes de azúcar
- 1 litro de leche
- ½ kilo de bizcochos

Elaboración:

En un molde se añaden dos cucharadas soperas de azúcar, para hacer caramelo, cuando esté, se baña el molde.

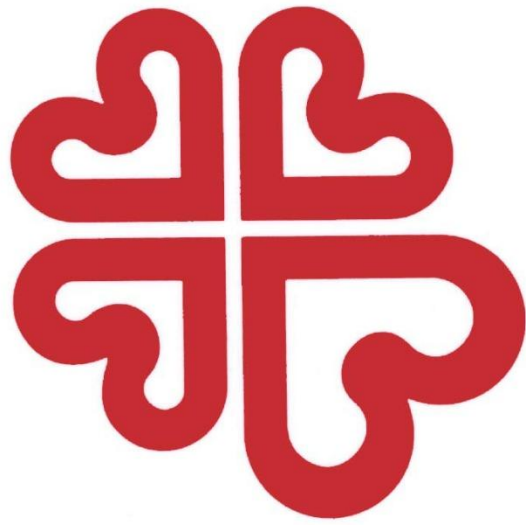
Cuando el caramelo está frío, se cubre el fondo del molde con una capa fina de bizcochos.

A parte, en otro recipiente, se baten ocho huevos, el azúcar y la leche. Y se añaden al molde.

Se calienta durante 18 ó 20 minutos.

(Se puede calentar en el microondas, “al baño María”... el tiempo de cocción es siempre el mismo (18 ó 20 minutos).

Taller de mujeres de Bolaños



Cáritas