

RECETAS VARIADAS

AJO DE PATATA LUGAR: VÉLEZ BLANCO

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 2 PIMIENTOS ROJOS SECOS
- 3 Ó 4 AJOS
- SAL
- 6 PATATAS
- ACEITE DE OLIVA
- TACOS DE JAMÓN O TOCINO

ELABORACIÓN:

Se pelan y lavan bien las patatas y se ponen a cocer. Una vez que están cocidas, se pasan por el pasapuré junto con el agua que ha sobrado de cocerlas.

Ponemos aceite de oliva en una sartén y freímos los trozos de jamón o bien de tocino, cuando estén fritos los apartamos y en el mismo aceite echamos los pimientos rojos secos y las patatas machacadas. Por otra parte, picamos los ajos en un mortero y se los añadimos a las patatas y los pimientos, seguimos friendo durante un cuarto de hora aproximadamente, no debemos olvidar echar la sal a las patatas, a gusto. Una vez transcurrido el cuarto de hora aproximadamente, retiramos todo de la sartén y lo ponemos en una fuente de barro, por último ponemos encima los tacos de jamón o tocino que teníamos fritos y servimos.

Autora: Florentina Cabrera Teruel.

ANDRAJOS
LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES:

Masa: 300 grs. de harina
2 huevos
1 copa de aceite
Sal

ELABORACIÓN:

Todos estos ingredientes se amasan y se dejan reposar 2 horas.

Sofrito: 2 pimientos verdes
2 cebollas
2 tomates
1 cucharada de pimentón
1 puñado de habas tiernas

Se fríe la cebolla a trocitos, añadiéndole el pimiento y el tomate cortados en trocitos pequeños; cuando esté frito se le añade el pimentón y las habas, y agua en abundancia para que se cueza todo.

Extendemos la masa en el mármol y se corta en trocitos irregulares añadiéndolos al sofrito; se deja cocer todo durante 7 u 8 minutos. Se ha de comer muy caliente ya que es un plato de invierno.

¡Que te aproveche y lo disfrutes!

Autora: María Eulalia Ramírez Martínez

ARROZ CON HABICHUELAS Y BACALAO

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ARROZ (DOS PUÑADOS POR PERSONA)
- ¼ KG DE HABICHUELAS
- BACALAO (DOS O TRES TROZOS POR PERSONA)
- 4 Ó 5 PIMIENTOS ROJOS SECOS
- AJOS SECOS
- PIMIENTA (UNA PIZCA)
- PEREJIL
- COLORANTE
- ACEITE PARA SOFREIR
- 4 TOMATES

ELABORACIÓN:

Poner en remojo el bacalao una noche antes.

Se guisan las habichuelas solas con bastante agua.

En un poco de aceite se da vuelta y vuelta al bacalao y se saca. También el pimiento seco.

Se fríen 3 ó 4 dientes de ajo y se sacan.

En su aceite se fríen rodajas de ajo y el tomate en trocitos. Cuando esté frito se agregan los pimientos secos machacados e inmediatamente se agregan las habichuelas con su caldo.

Cuando cueza un rato se echa el arroz, el colorante y trozos de bacalao. Al final un machacado con los ajos fritos, 2 crudos, perejil y un poco de pimienta.

Se adorna con tiras de pimiento rojo seco remojado.

Autoras: M^a Angeles Carmona López y Pilar Fernández Muñoz.

ASADO AL HORNO DE CABRITO LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- CABEZA Y PIERNA DE CABRITO
- PATATAS
- AJOS
- PEREJIL
- PIMIENTA
- LIMÓN
- VINO BLANCO
- MANTECA DE CERDO
- ACEITE

ELABORACIÓN:

Lavar la cabeza con agua hirviendo para pelar la lengua.

En un recipiente grande se ponen las patatas partidas en cascotes grandes, la carne y el aceite.

Se le agrega un machacado de ajos crudos, pimienta, perejil y limón diluido todo con vino blanco, agua y colorante.

Una vez preparado en la bandeja del horno se ponen unos pegotes de manteca y se deja macerar unas horas.

Se hornea hasta que esté la carne tierna y las patatas doradas.

Autoras: M^a Angeles Carmona López y Pilar Fernández Muñoz.

CALABAZA EN EL PEROL O “CARNERO”

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES:

- ¼ KG. DE HABICHUELAS SECAS
- HINOJOS (UN BUEN MANOJO)
- 2 PIMIENTOS ROJOS SECOS
- 2 TOMATES SECOS
- 4 Ó 5 AJOS SECOS
- UN MANOJO GRANDE DE CEBOLLETAS
- 2 KG DE CALABAZA
- TOCINO MAGROSO A DADOS (AL GUSTO)
- RODAJAS DE CHORIZO.(AL GUSTO)
- ACEITE PARA SOFREIR

ELABORACIÓN:

Se guisan las habichuelas con los hinojos (que quede caldoso).

En una cazuela de barro se sofríe el pimiento rojo y se saca. Se sofríen los ajos secos y se sacan. Se sofríen el tocino y el chorizo y se sacan.

En ese aceite se fríen la calabaza cortada como para tortilla de patatas, las cebolletas tiernas a trocitos y el tomate seco. Una vez frito se juntan todos los ingredientes hasta que quede bien empapado y bien guisado todo.

Autoras: Marinela Gallardo del Aguila, Pilar Fernández Muñoz y M^a Angeles Carmona López.

CALDO PIMENTÓN CON BOQUERONES Y MELVA LUGAR: ALBOX

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ½ KG. DE ALMEJAS
- ¾ KG. DE BOQUERONES
- ¾ KG. DE MELVA FRESCA
- 1/3 KG. DE PATATAS
- 1 TOMATE GRANDE MADURO
- 2 PIMIENTOS SECOS
- 1 PIMIENTO ROJO
- 1 PIMIENTO VERDE
- 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE
- 4 DIENTES DE AJO
- UNOS PIÑONES
- 1 DL. DE ACEITE DE OLIVA
- UNOS PELILLOS DE AZAFRÁN
- PEREJIL
- SAL
- COMINOS

ELABORACIÓN:

Limpiar y descabezar los boquerones. Cortar los lomos de las melvas en dados, dejando la piel y desespinando. Cortar las patatas en rodajas gruesas.

Poner en una cazuela honda con agua las patatas, tomate maduro cortado y pimientos secos. Cuando estén casi cocidas las rodajas, sacar el tomate y los pimientos.

En un mortero, majar los ajos crudos, perejil, azafrán y cominos. Agregar tomate, pimientos y pimentón seguir machacando. Ligar todo con aceite.

Incorporar a la cazuela el majao, los boquerones, la melva, las almejas y la sal. Dejar 5 minutos al fuego para que cueza el pescado, sin que llegue a hervir. Añadir al final un pimiento verde y otro rojo que habrá asados.

Autor: Alain Agüero Alfonso.

CHOTO EN AJO CABAÑIL

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- CHULETAS DE PIERNA (PALETILLA....) DE CHOTO
- PATATAS
- AJO
- PEREJIL
- MIGA DE PAN
- PIMENTÓN

ELABORACIÓN:

Freír la carne. Cuando esté bien frita se retira aceite y se agrega una cucharada de pimentón. Se agrega agua que lo cubra y se deja cocer hasta que la carne esté tierna.

En ese caldo se moja una miga de pan (grande) y se machaca con 2 ó 3 dientes de ajo y perejil. Se agrega el majado al choto para que espese el caldo (que no tenga demasiado).

Se fríen patatas en cascos grandes y se une todo moviendo sin que hierva.

Autora: M^a Angeles Carmona López.

CONEJO A LA PASTORA

LUGAR: ALBOX

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 3 CONEJOS DE 1KG
- 2 CEBOLLAS
- 2 TOMATES MADUROS
- 1 CABEZA DE AJOS
- 1 DL. DE ACEITE DE OLIVA
- LAUREL
- PEREJIL
- PIMENTÓN
- SAL
- PIMIENTA
- TOMILLO
- ORÉGANO

ELABORACIÓN:

Los conejos los limpiamos bien y los troceamos. En una sartén con aceite de oliva caliente se saltean, y después lo reservamos. En el mismo aceite ponemos a rehogar la cebolla, los ajos y el tomate, todo ello picado muy fino, y le agregamos al final una cucharada de pimentón. Añadimos el conejo anteriormente salteado, se moja con un fondo de carne, sin que lo llegue a cubrir y agregamos también el laurel, perejil, pimienta, tomillo y un poco de orégano, lo dejamos tapado y cociendo a fuego lento durante 40 minutos.

Autor: Alain Agüero Alfonso.

CODILLOS OSOBUCOS

LUGAR: ROQUETAS DE MAR

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 2 KG DE CODILLOS
- 1/3 DE HARINA
- 6 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA
- 1 CUCHARADA DE MANTEQUILLA
- 1 CEBOLLA
- 4 AJOS
- 1 PUERRO
- 2 ZANAHORIAS
- SAL
- 3 TOMATES
- ½ VASO DE VINO BLANCO
- 2 CUCHARADAS DE BRANDY
- PIMIENTA AL GUSTO
- 1 PASTILLA DE AVECREM
- NUEZ MOSCADA
- CANELA

ELABORACIÓN:

Se fríen los codillos, la cebolla, los puerros, zanahorias y tomates. Cuando está todo sofrito se pone en una cazuela, se le añade vino blanco y Brandy. Cuando se ha evaporado el alcohol se añade a la salsa la pimienta molida, la nuez moscada, y un poco de canela molida. Se deja cocer durante 20 minutos.

Autor: Francisco Gallardo García.

CREMA CALIENTE DE TOMATE

LUGAR: ROQUETAS DE MAR

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 KG DE TOMATES
- 1 PUERRO
- 1 CEBOLLA MEDIANA
- 1 PATATA
- PIMIENTA BLANCA MOLIDA
- 150 ML DE NATA
- ACEITE DE OLIVA VIRGEN
- SAL AL GUSTO

ELABORACIÓN:

Se sofríe la cebolla, la patata y el puerro, bien picados, con el aceite de oliva.

Cuando el sofrito está dorado se le añade el tomate pelado y triturado y se deja cocer a fuego lento durante hora y media.

Se pasa la salsa de tomate por el chino -deben quedar unos seiscientos mililitros-, se vuelve a poner el fuego y, cuando rompa a hervir, se le añade la nata, se deja reducir de seis a ocho minutos y se pone a punto de sal. Se sirve caliente, aunque también se puede servir fría.

Autor: Emilio García Almonacid.

FLORES DE CALABACÍN CON FRITURA DE VERDURAS

LUGAR: ROQUETAS DE MAR

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 PIMIENTO VERDE
- 1 PIMIENTO ROJO
- 1 CALABACÍN
- 1 BERENJENA PEQUEÑA
- ¼ KG. DE CALABAZA
- 4 ESPARRAGOS VERDES
- 7 FLORES DE CALABACÍN

MASA DE FREIR

- HARINA
- AGUA
- LEVADURA
- SAL
- ACEITE DE FREÍR

ELABORACIÓN:

Cortar en tiras las verduras, teniendo una longitud parecida. Las berenjenas conviene dejarlas 20 minutos en agua para disipar el amargor.

Mezclar la harina con una cucharada de levadura y sal, y se añade un poquito de agua, consiguiendo una consistencia media a través de amasar.

Se pone bastante aceite de oliva en una sartén, se frien unos dientes de ajo y se sacan; en ese aceite, cuando ya esté bien caliente, se van friendo las verduras rebozadas en la masa. Se escurren y se sirven calientes.

Autor: Emilio García Almonacid.

FRITÁ DE CALABAZA ROMANA LUGAR: BACARES

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 CALABAZA MEDIANA
- ½ KG DE PATATAS
- 150 GR. DE LONGANIZA
- 1 TIRA DE TOCINO
- 1 CEBOLLA
- 1 PIMIENTO VERDE
- 1 PIMIENTO ROJO SECO
- 1 TOMATE SECO
- ACEITE DE OLIVA
- AGUA
- SAL

ELABORACIÓN:

Se parte la calabaza pelada con las patatas en trozos pequeños y finos en una cazuela con aceite y se le añade junto con el tomate, los pimientos y la cebolla triturada.

A esto se le pica el tocino y una pizca de longaniza en pequeños trozos; se le añade el agua y se deja cocer todo a fuego lento hasta que se vea cocido, removiendo para que no se pegue.

Una vez cocido, se espizca todo con un tenedor y se queda como con forma de puré. Se le añade sal al gusto y terminado.

Autora: Silvia Martínez Villanueva.

GUISADO DE COLLEJAS

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES:

- COLLEJAS
- AJOS SECOS
- TOMATE SECO
- PIMIENTO ROJO SECO
- BRIZNAS DE PIMIENTO SECO
- ALMENDRAS
- TOCINO MAGROSO
- CHORIZO
- ACEITE

ELABORACIÓN:

Se guisan las collejas, y una vez cocidas se escurren.

En una cazuela de barro se fríen los pimientos rojos sin briznas y se saca (se machaca). En ese aceite se fríe el tocino (se saca), el chorizo (se saca) y las almendras (se sacan) y se machacan.

Después se fríen bastantes rodajas de ajo, cuando estén bien doradas se agregan las briznas del pimiento sin que se queme. Inmediatamente se agregan las collejas cocidas, y todo lo que se ha frito, se rehoga bien y se agrega un poco de agua para que cueza el tocino y las almendras.

Queda una salsa espesa que se adorna con pimientos verdes secos y rojos secos.

Autoras: Pilar Fernández Muñoz, M^a Angeles Carmona López y Marinela Gallardo del Aguila.

GUISO DE CONEJO

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ½ CONEJO
- 2 TOMATES
- 1 Ó 2 CEBOLLAS VALENCIANAS
- 1 CABEZA DE AJOS
- 2 HOJAS DE LAUREL
- PEREJIL
- 4 ALCACHOFAS
- GUISANTES (AL GUSTO)
- PATATAS
- ACEITE
- COLORANTE
- ½ VASO DE VINO BLANCO

ELABORACIÓN:

Se fríe el conejo, se agrega la cebolla en trocitos, el tomate, laurel y la cabeza de ajos. Cuando esté bien frito se agrega el vino blanco y se dan unas vueltas. Se agrega el agua y cuando esté la carne casi guisada se agregan las alcachofas cuarteadas (se lavan con limón) y los guisantes. Al mismo tiempo las patatas y el colorante y unas hojas de perejil. (Variante: Puede llevar pimientos verdes secos).

Autoras: Dora López García y M^a Angeles Carmona López.

GURULLOS CON PERDIZ

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 PERDIZ
- CARNE DE CERDO SALADA (PATA, ESPINAZO, OREJA,.....)
- 2 CEBOLLAS
- 2 TOMATES
- 4 Ó 5 PIMIENTOS VERDES ASADOS
- ¼ KG. GARBANZOS
- PIMIENTO SECO (O PIMENTÓN)
- ¼ KG. GURULLOS (HECHOS A MANO)

ELABORACIÓN:

Se cuece la perdiz con los garbanzos y la carne de cerdo.

Cuando esté cocido y los garbanzos tiernos se le agrega un refrito con la cebolla, el tomate y el pimiento frito machacado o el pimentón.

Cuando hierba un poco todo junto se le ponen los gurullos y los pimientos asados en tiras.

Autoras: M^a Angeles Carmona López y Pilar Fernández Muñoz.

HOJUELAS CON LIEBRE LUGAR: BACARES

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 CONEJO PEQUEÑO
- 1 CEBOLLA
- 1 PIMIENTO VERDE
- 1 PIMIENTO ROJO SECO
- 1 TOMATE SECO
- 1 CUCHARITA DE PIMENTÓN
- 4 PATATAS
- 100 GR. DE HARINA
- 6 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN
- 1L DE AGUA
- 1 TROCITO DE GUINDILLA
- 100 GR. DE CHORIZO
- LONGANIZA
- SAL

ELABORACIÓN:

Se fríe el conejo en una cazuela con las cucharadas de aceite. Una vez frito y cuando tome color se le añade la cebolla y el pimiento previamente picado y se le pone el pimiento rojo y el tomate seco. Cuando esté todo asado, se le añade el tomate fresco triturado y los trozos de chorizo y longaniza.

Se le deja 5 minutos removiéndolo de vez en cuando.

Una vez hecho esto se retira del fuego y se le espolvorea el pimentón y se le añade el agua. A esto se le agregan las patatas cortadas en trozos pequeños.

A continuación lo dejamos hervir durante 15 minutos.

Mientras tanto, para hacer la torta cogemos un plato donde ponemos la harina, añadimos un poco de agua de la obtenida en el asado del conejo, amasándolo hasta obtenerlo de forma consistente, después esta masa se extiende sobre la mesa dejándolo en una capa fina. La cortamos en trozos pequeños (cuadrados) y lo echamos en la cazuela después de los 15 minutos.

Dejarlo que cueza todo durante otros 15 minutos removiéndola de vez en cuando.

Se coge el tomate y el pimiento seco y se pica en un mortero añadiendo una pizca de guindilla, la masa se echa por encima del conejo y de las hojuelas y...

Listo para comer.

Autora: Silvia Martínez Villanueva.

MASA RALLA

LUGAR: VÉLEZ BLANCO (ALMERÍA)

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ½ KG. DE HARINA DE TRIGO
- ½ L. DE AGUA
- 2 PIMIENTOS ROJOS SECOS Y TOSTADOS EN BRASAS
- 1 TOMATE
- 1 CEBOLLA
- 3 Ó 4 AJOS
- 1 PIMIENTO ROJO ASADO
- ¼ KG DE SETAS
- TACOS DE BACALAO
- 1 MORCILLA
- ¼ KG. DE HABICHUELAS TIERNAS
- 2 Ó 3 PATATAS
- SAL
- ACEITE DE OLIVA

ELABORACIÓN:

Echamos aceite de oliva suficiente en una sartén para hacer un sofrito con el tomate, cebolla, ajos, morcilla a rodajas, bacalao, patatas a trozos y las habichuelas verdes. Cuando todo esté bien sofrito, le añadimos la harina, y poco a poco le vamos echando agua y damos vueltas hasta que espese a gusto. Por último le añadimos el pimiento asado y otro rojo tostado y seco, lo vamos dejando todo cocer durante unos 20 minutos hasta que las patatas estén blandas, y para terminar servimos caliente en una fuente de barro.

Autora: Florentina Cabrera Teruel.

MENESTRA DE LUBRÍN

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES:

- 1 KG Ó 1 KG Y ½ DE GUI SANTES
- 4 ALCACHOFAS
- LECHUGA (SÓLO LAS HOJAS VERDES)
- 5 CEBOLLETAS
- 1 TOMATE PEQUEÑO O SECO
- AJOS TIERNOS (AJETES, SI HAY DEL TIEMPO)
- LOMO DE ORZA Y COSTILLA
- UNOS TAQUITOS DE JAMÓN (NO MUCHOS)
- ALMENDRAS FRITAS (OPCIONAL)
- 2 Ó 3 HUEVOS DUROS

ELABORACIÓN:

Se refrie la cebolla y el tomate. Cuando esté frito se va agregando la verdura troceada (alcachofas, guisantes, lechuga, ajos tiernos) el lomo y la costilla de orza y el jamón. Cuando está bien rehogado todo, se le agrega el agua hirviendo y se cuece hasta que esté la verdura cocida y quedará una salsa espesa (Si se hace con almendras, se pican y se agregan al final).

Encima se pican unos huevos duros.

Autoras: M^a Angeles Carmona López y Pilar Fernández Muñoz.

MIGAS

LUGAR: ALBOX

INGREDIENTES:

- MAGRAS DE CERDO
- ½ KG. DE HARINA
- ¼ KG. DE SEMOLA
- ½ L. DE AGUA
- SAL
- 1 VASO (DE VINO) LLENO DE ACEITE

ELABORACIÓN:

Freír las magras con el aceite que, una vez filtrado, se reutilizará para las migas.

Agregar seguidamente el agua y sazonar.

Echar la harina poco a poco sin dejar de remover con la rasera de hierro hasta lograr una pasta consistente.

Esta pasta resultante deberá moverse constantemente evitando que se pegue en el fondo hasta su total cocción.

Durante el periodo de cocción puede ocurrir que la mezcla esté al principio bastante dura, corregir agregando agua caliente y sazonarla si fuera preciso.

Si por el contrario, la mezcla resulta blanda, corregir agregando harina espolvoreada por la superficie introduciéndola mediante la rasera.

Si a pesar del movimiento constante de la rasera se adhiere la masa al fondo de la sartén, dar la vuelta a la mezcla mediante golpe de sartén, como se hace con las tortillas y desprender la película del pegado.

La rasera de hierro es un elemento casi indispensable ya que por sí sola detecta si hay aceite de más o si falta, según se presente la superficie de la pala muy pringosa, pringosa o nada pringosa (debe estar ligeramente brillante).

En caso de que falte aceite, calentar en recipiente aparte y agregar encima de la mezcla tratando de introducirlo en toda la masa por igual. Sed cautos en la cantidad a agregar.

Autor: Alain Agüero Alfonso.

PAJARITAS (DÍA DE LA CANDELARIA)
LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES:

- 500 GRAMOS DE HARINA
- 4 HUEVOS
- 1 VASITO DE ANÍS

ELABORACIÓN:

Se pone la harina en el mármol formando una montaña. Se hace un hueco en el que se ponen los huevos y el anís. Se amasa hasta que la masa esté bien dura.

Se coge una bolita pequeña para la cabeza, otra más grande para el cuerpo a la que se le da forma ovalada haciéndole cortes por uno de los lados para las alas y se encoge por el otro para formar el cuello. Se le pone la cabeza y se cuece al horno alto sin que se doren. Se le pintan los ojos con tinta y se le pone al cuello un lacito de papel del color que quieras (azul, verde, rojo).

María Eulalia Ramírez Martínez

PASTA FRIA A LA VINAGRETA

LUGAR: ALMERÍA

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 300 GR. DE PASTA (TIBURÓN, LAZOS, ETC...)
- 125 GR. DE MAÍZ DULCE
- 6 VARITAS DE SURIMI
- 75 GR. DE ATÚN EN ACEITE VEGETAL
- 2 RODAJAS DE PIÑA
- ½ AUGACATE
- 1 ZANAHORIA
- 1 TOMATE
- 1 CUCHARADA SOPERA DE ACEITE DE OLIVA
- 8 HOJITAS DE MENTA
- SAL

PARA LA VINAGRETA:

- 2 CUCHARADAS SOPERAS DE ACEITE DE OLIVA
- 4 CUCHARADAS SOPERAS DE VINAGRE VERDE A LAS 3 HIERBAS DE DISON
- 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA
- 1 PIZCA DE ORÉGANO

ELABORACIÓN:

Se introduce en una cazuela grande la pasta hasta dejarla al dente (previamente habremos puesto en el fondo de la cazuela el aceite de oliva, orégano y un puñado de sal). En un recipiente aparte rallamos la zanahoria en tiras pequeñas, troceamos el surimi, el aguacate, el tomate y la piña. A su vez, vertemos el maíz y el atún escurridos.

Elaboración de la vinagreta: En un cuenco mediano se pone la cucharadita de mostaza y una pizca de nuez moscada. A continuación añadimos el vinagre y lo removemos para diluir la mostaza, a continuación el orégano y el aceite de oliva, se remueve muy bien para homogeneizar la salsa.

Una vez que la pasta está en su punto se escurre, y sin lavar se mezcla con todos los ingredientes en un recipiente grande. Se mezcla bien todo y se coloca en 4 porciones sobre 4 platos hondos. Se enfría. Vertemos la vinagreta dividiéndola a partes iguales, se añade otro poco de orégano sobre cada plato y 2 hojitas de menta por comensal sobre la pasta.

Autor: Rafael Carretero López.

PASTEL DE BERENJENA

LUGAR: PONIENTE ALMERIENSE

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 2 BERENJENAS
- 1 PIMIENTO VERDE
- 1 CEBOLLA
- ½ KG. DE TOMATE
- QUESO CREMOSO (LONCHAS)
- QUESO MOZZARELA (RALLADO)
- HARINA
- SAL
- ACEITE

ELABORACIÓN:

Con el pimiento, la cebolla y el tomate hacemos un pisto. Mientras que éste se está haciendo cortamos las berenjenas en tiras y rápidamente le ponemos la sal para que no amarguen. Las enharinamos y las freímos en abundante aceite, las reservamos y dejamos que escurran. Con el pisto elaboramos una salsa de tomate batiendo todos sus ingredientes, y hasta que quede cremoso. Una vez hecho esto pasamos a confeccionar el pastel. En una fuente para horno, colocamos una base de berenjena frita, una capa de queso cremoso y otra de tomate, terminamos con otra de berenjenas, tomate y el queso rallado. (El queso debe ser abundante). El conjunto lo introducimos en el horno y lo gratinamos.

Para su presentación podemos optar por diferentes formas de confeccionar los platos. O bien, como canapé; cortamos pequeños triángulos del pastel incorporándoles unas ramitas de perejil, o bien, como un primer plato; cortamos rectángulos más o menos grandes que podemos acompañar con unas rodajas de tomate con queso gratinado y unos palitos de cebollino.

Autora: Oliva Garrón López.

PATATAS EN AJO CABAÑIL
LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas).

- PATATAS
- TOMATE
- AJO
- PIMENTÓN

ELABORACIÓN:

Se fríen las patatas redondas y se dejan muy doradas.

Se retira aceite y en el centro se fríe un tomate (ó 2), cuando esté frito se agrega una cucharada de pimentón y 2 ó 3 dientes de ajo machacados con un poco de agua.

Se remueve todo bien y se sirve.

Autoras: M^a Angeles Carmona López y Pilar Fernández Muñoz.

PELOTAS LUGAR: CUEVAS

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- HARINA DE PANIZO (POCO MÁS DE MEDIO KG)
- 4-6 PIMIENTOS COLORAOS
- CEBOLLETA FRESCA
- AJO FRESCO
- 1 TRIPA DE LONGANIZA
- TOMATE
- 1 CHORREÓN DE ACEITE
- AGUA, AZAFRÁN, SAL Y PIMENTÓN
- 1 LIMÓN

ELABORACIÓN:

En una cazuelita de barro se echan los ajos, la cebolleta y la longaniza cortada en trozos muy pequeños junto a éstos se añade la harina y se procede a amasarlo todo.

En una sartén se prepara un sofrito de ajo, cebolla y tomate (como en el potaje).

A continuación en un perol se echa agua (alrededor de medio litro) la carpeta de azafrán y un poquito de pimentón. Dejando todo que hierva.

En otro lado tenemos la harina donde tenemos también todo el resto de ingredientes. Se mezclan.

Con la mano vamos haciendo pequeñas pelotas.

Se van haciendo las pelotas con las manos hasta que se van poniendo duras.

Seguidamente se echan al caldo hirviendo.

Cuando ya están hirviendo se añaden a estas 5-6 gotas de un limón para que se deshagan.

Finalmente, sabremos que están hechas las pelotas cuando, éstas en el caldo, caen al fondo del perol.

Autora: María Raquel Galera Cantón.

PIMENTÓN DE HABICHUELAS

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- HABICHUELAS (1 PUÑADO POR PERSONA)
- 1 Ó 2 CEBOLLA
- 1 TOMATE
- 3 PIMIENTOS ROJOS SECOS
- PATATAS
- AJOS
- ACEITE
- PIMENTÓN (MUY POCO)
- 1 Ó 2 PIMIENTOS VERDES

ELABORACIÓN:

Se cuecen primero las habichuelas, cebolla, tomate y pimientos rojos.

Cuando está todo cocido se sacan los pimientos y el tomate.

Se pican 2 dientes de ajo en un mortero, se le agrega la molla del pimiento (sacado con una cuchara) y el tomate.

Se agrega el majado 3 ó 4 cucharadas de aceite y un poco de pimentón, se bate todo y se agrega al caldo.

Se ponen las patatas y rodajas de pimiento verde crudo.

Autoras: M^a Carmen Rubio Rodríguez y M^a Angeles Carmona López.

PIPIRRANA DE FONDÓN
LUGAR: FONDÓN

INGREDIENTES:(para 4 personas)

- 4 Ó 5 TOMATES SECOS
- 1 CEBOLLA
- ACEITUNAS (AL GUSTO)
- ½ KG, DE BACALAO
- 3-4 AJOS ASADOS
- ACEITE
- ALGO DE SAL

ELABORACIÓN:

Se cuecen ligeramente los tomates secos y la cebolla para ablandarlos, escurridos y picados.

Se revuelven en una fuente honda con las aceitunas, bacalao, ajos asados, aceite y un poco de sal.

Autora: M^a del Mar Ramón Romera.

PISTO ROQUETERO

LUGAR: ROQUETAS DE MAR

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ¼ DE PIMIENTO VERDE
- ¼ DE PIMIENTO ROJO
- ¼ DE CALABACÍN
- ¼ DE BERENJENA
- ¼ DE CEBOLLA
- ¼ DE TOMATE
- 2 DIENTES DE AJOS
- ACEITE Y SAL
- ½ GUINDILLA

ELABORACIÓN:

Se parten todos los ingredientes en trozos pequeños. Se pone a freír el pimiento verde y rojo y en el momento que pierda un poco de rigidez se añade el tomate, el calabacín, la berenjena, la cebolla y los ajos troceados. Se le pone la sal, el aceite y la guindilla, todo ello al gusto, y se deja freír tapado a fuego lento, moviéndose de vez en cuando, hasta que todo esté frito y suave.

Autor: Emilio García Almonacid.

POLLO CON SALSA DE ALMENDRAS
LUGAR: BACARES

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 POLLO
- PAN
- ALMENDRAS
- AJO
- LAUREL
- TOMILLO
- VINO BLANCO
- SAL
- ACEITE DE OLIVA
- AGUA

ELABORACIÓN:

En una cazuela se fríe el pollo en aceite de oliva, aparte se fríe el pan junto con los ajos, las almendras, un laurel y después de estar frito se echa en el mortero hasta que esté bien triturado, añadiéndole un poco de agua para obtenerlo de forma diluida y se le añade al pollo frito.

Después de esto, lo envolvemos todo y lo dejamos 5 minutos de cocción y listo para servir.

Autora: Silvia Martínez Villanueva.

POTAJE DE PANETES

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1/4 GARBANZOS
- 1 KG. ACELGAS
- BACALAO
- 1 PIMIENTO ROJO
- 1 Ó 2 TOMATES
- 1 Ó 2 CEBOLLAS
- AJO
- PEREJIL
- PAN (MIGA)
- HUEVO
- PIMIENTA (1 PIZCA)
- PATATAS (3 Ó 4 TROZOS POR PERSONA)

ELABORACIÓN:

Bacalao en remojo la noche antes.

Cocer los garbanzos con los troncos de acelgas.

Freír el pimiento rojo y machacar.

Hacer un refrito con la cebolla, el tomate y agregar el pimiento machacado.

También se rehogan las acelgas (antes hay que lavarlas mucho con agua caliente para que mengüen y pierdan el verdor)

Se agrega este refrito a los garbanzos. Cuando esté todo cocido se agregan las patatas y después los panetes.

Panetes:

Unir el bacalao desmigado con miga de pan, 2 dientes de ajo muy picadito, perejil, pimiento y huevo para que una. Con dos cucharas se van haciendo “panetes” y se fríen.

Autoras: Pilar Fernández Muñoz y M^a Angeles Carmona López.

POTAJE DE VERANO

LUGAR: FONDÓN

INGREDIENTES: (para 6 personas aproximadamente)

- ½ KG. DE HABICHUELAS VERDES
- ½ KG. DE CALABAZA
- ½ KG. DE TRONCHOS DE ACELGAS (POR EJEMPLO LAS QUE SOBRARON DE LA RECETA ANTERIOR)
- ¼ KG. DE ZANAHORIAS
- 2 TOMATES
- 1 CEBOLLA GRANDE
- 1 CABEZA DE AJOS
- 2 CHORIZOS
- 10 Ó 12 GRANOS DE PIMIENTA
- 1 HORA DE LAUREL
- 1 DL. DE ACEITE DE OLIVA
- SAL
- PIMENTÓN
- (TAMBIÉN SE LE PUEDEN PONER CUATRO O CINCO PATATAS PARA QUE CUNDA MÁS)

ELABORACIÓN:

Las hortalizas hay que prepararlas tal que así: quitar las hebras a las habichuelas verdes y trocearlas. Limpiar y partir en cuadritos las zanahorias, la calabaza y los tronchos de acelgas. Las patatas se pelan y se dejan enteras si son pequeñas o se parten en dos o tres cachos.

En una cazuela amplia se ponen todas las cosas que acabamos de preparar, más los tomates, la cebolla y los ajos, enteros, los chorizos, el laurel, la pimienta, el pimentón y la sal.

Por último se rocía con el aceite y se bate todo con la tapadera puesta, para que se impregne bien. Se destapa, se cubre el mejunje con agua y se vuelve a tapar. Se pone a fuego lento y se deja cocer unos treinta y cinco minutos, depende de la calidad del agua y de las verduras. El caldo debe quedar trabado.

(Hay quien le añade más cantidad y variedad de productos del cerdo, pero entonces ya no sería un potaje “light”)

Autora: M^a del Mar Ramón Romera.

POTAJE DE VERANO

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 350 GRS. HABICHUELAS SECAS
- HABICHUELAS VERDES (JUDÍAS)
- CALABAZA AMARILLA
- PIMIENTOS VERDES ASADOS
- PATATAS
- CEBOLLAS
- TOMATE
- PIMENTÓN
- COLORANTE

ELABORACIÓN:

Se cuecen las habichuelas solas, cuando están casi cocidas se agregan las verdes.

Se hace un sofrito con la cebolla, el tomate y cuando esté se pone una cucharada de pimentón y se añade todo a las habichuelas.

Cuando ha cocido todo junto se pone la calabaza en trozos, las patatas y un pimiento crudo.

Cuando las patatas estén tiernas se ponen 4 ó 5 pimientos verdes asados (pelados) y el colorante.

Autoras: M^a Angeles Carmona López y Pilar Fernández Muñoz.

PUCHERA DE CARDOS E HINOJOS

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- CARNE SALADA DE CERDO (ESPINAZO, PATA, OREJA, RABO)
- CARDOS
- HINOJOS
- PATATAS
- 400 Ó 500 GR. HABICHUELAS SECAS
- TOMATE SECO
- 1 PIZCA DE PIMIENTA
- MORCILLA
- COLORANTE

ELABORACIÓN:

Guisar la carne con las habichuelas (mejor en puchero de barro).

Cuando estén casi guisadas se agrega la verdura (cardos, hinojos). Al rato las patatas.

Cuando las patatas estén casi guisadas se le agrega el tomate seco, una pizca de pimienta y la morcilla.

Puede llevar colorante.

Autoras: Pilar Fernández Muñoz, M^a Angeles Carmona López y Mariela Gallardo del Aguila.

PUCHERO

LUGAR: ALBOX

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ½ PECHUGA DE POLLO
- 3 UD. PATATA
- 4 UD. ZANAHORA
- ¼ JUDÍAS VERDES
- 3 UD. PUERRO
- 3 RAMA APIO
- 1 PUNTA CARNE DE TERNERA
- 1 UD. PAVO (ALON)
- 1 PUNTA TOCINO
- 1 UD. HUESO SALADO
- 1 PUNTA COSTILLA SALADA
- 1 PUNTA CORTEZA DE CERDO, SALADA
- 1 TAZA GARBANZOS Y JUDÍAS SECAS REMOJADAS
- AGUA

ELABORACIÓN:

Se llena la olla express de agua y se pone a calentar. Se añaden las verduras limpias y peladas, la carne, el tocino y los huesos salados también limpios. Se pone a hervir. Cuando comienza a hervir se le quita la espuma con una espumadera. Se cierra la olla y se deja hervir durante 1 hora y 30 minutos aproximadamente.

Autor: Alain Agüero Alfonso.

SOPA DE HUEVOS FRITOS

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ACEITE
- TACOS DE JAMÓN (PEQUEÑOS)
- AJOS (2 Ó 3 DIENTES) FRITOS
- HUEVOS (1 POR PERSONA)
- ALMENDRAS FRITAS (1 PUÑADO, 20)
- PAN FRITO

ELABORACIÓN:

Se fríen el jamón, los ajos, las almendras y el pan en trocitos, se saca.
Se deja sólo el jamón y se agrega agua para que hierva un poco.
Se machaca en mortero el ajo y las almendras. Se agrega el caldo.
Se fríen los huevos y se agregan a la sopa (se pueden romper, opcional).
Los picatostes se ponen en cada plato para que no se pongan blandos.

Autora: Adoración López García.

SOPA DE LOMO DE ORZA

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 4 TROZOS DE LOMO
- CEBOLLA (2 GRANDES)
- TOMATE (1 MEDIANO)
- ACEITE
- PIMENTÓN
- PAN
- HUEVO (1 POR PERSONA)

ELABORACIÓN:

Se refríe el tomate, la cebolla y $\frac{1}{2}$ cucharada de pimentón y se le agrega el lomo y agua, que cueza hasta que el lomo esté tierno.

Se saca el lomo y se pica en el mortero (se quedará hecho hebras)

Se agrega el machacado a la sopa y se cuaja en ella 1 huevo por persona y cuando esté el huevo se ponen 2 rodajas de pan por persona.

Autoras: Marisol Gallardo del Aguila y M^a Angeles Carmona López.

SOPA DE RAPE
LUGAR: ALMERÍA

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 CABEZA DE RAPE
- GUISANTES
- CEBOLLA
- AJO
- CALDO DE COCER LA CABEZA
- TOMATE
- 1 HUEVO COCIDO
- 50 GR. DE JAMÓN
- PAN TOSTADO

ELABORACIÓN:

Se cuece la cabeza en poco agua y se limpia la cabeza quitando la carne de los huesos. Se fríe el ajo y la cebolla picados finos y se añade el tomate, se fríe un poco y se echa el caldo de cocer la cabeza, los guisantes y el jamón se dejan cocer unos 15 minutos.

En una sopera se ponen los trozos de pescado, el huevo cocido picado y el pan tostado cortado en rodajas.

Se vuelca el caldo encima y se procura servir pronto.

Autora: Isabel M^a Vizcaíno González.

TRIGO CON PERDIZ

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ¼ DE TRIGO PICADO
- ¼ DE HABICHUELAS SECAS
- 1 PERDIZ
- CARNE DE CERDO SALADA (ESPINAZO, PATA, OREJA.....)
- HINOJOS
- CARDAS
- HABAS TAHOCAS (MUY TIERNAS) CON CÁSCARA
- CEBOLLA SECA
- TOMATE SECO
- 1 CABEZA DE AJO
- 1 CUCHARADITA DE PIMENTÓN
- MORCILLA

ELABORACIÓN:

Se pone a cocer el trigo, las habichuelas con toda la carne (cerdo y perdíz).

A media cocción se agregan las verduras, la cabeza de ajos, el pimentón y el tomate seco.

Antes de terminar se le agrega la morcilla
(puede llevar colorante)

Autoras: Pilar Fernández Muñoz, Marinela Gallardo del Aguila y M^a Angeles Carmona López.

TRIGO EN AJO COLORAO

LUGAR: VÉLEZ BLANCO

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- ½ KG. DE TRIGO
- 2 Ó 3 PIMIENTOS ROJOS SECOS
- 1 TOMATE
- 1 CABEZA DE AJOS
- ½ KG. DE PATATAS
- 1 HOJA DE LAUREL
- 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN
- ACEITE DE OLIVA
- AZAFRÁN
- SAL

ELABORACIÓN:

Ponemos en una cazuela con agua fría el trigo, el pimiento, el tomate, el ajo, laurel y un poco de sal, lo dejamos cocer todo hasta que el trigo esté blando.

Sacamos el pimiento de la cazuela y con una cuchara le quitamos la molla de dentro, la ponemos en un mortero con la cucharada de pimentón y un vaso de aceite (el vaso de los de agua), lo picamos todo bien y añadimos a la cazuela.

Por otro lado también picamos en un mortero un poco de perejil y 2 ó 3 dientes de ajos, cuando esté bien picado lo echamos a la cazuela.

Para finalizar añadimos las patatas partidas a tacos, igual que para cualquier guiso y las dejamos cocer, cuando estén cocidas servimos caliente.

Este plato es típico de Semana Santa, también lo podemos hacer con bacalo o con acelgas.

Autora: Adoración Iglesias Cabrera.

VERDURA AL HORNO CON CARNE PICADA A LA CREMA

LUGAR: ROQUETAS DE MAR

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 KG. DE TOMATE
- 4 BERENJENAS
- 4 CALABACINES
- 300 GR. DE CARNE DE TERNERA PICADA
- 2 PATATAS COCIDAS
- 2 YEMAS DE HUEVOS
- 3 DIENTES DE AJO
- 1 CEBOLLA HERMOSA
- PEREJIL
- SAL Y ACEITE DE OLIVA AL GUSTO

ELABORACIÓN:

Se adobará la carne con sal, perejil, envolizándola en yema de huevo.

En una sartén con el aceite de oliva, se fríe el ajo y la cebolla picados, junto con la carne de ternera, la berenjena y los calabacines.

Después se rellenan las berenjenas y los calabacines, sazonando todo con sal. Se gratinarán las verduras al horno, a 160° durante treinta minutos.

A fuego lento seguidamente se hará salsa de tomate con patatas y una pizca de sal.

Una vez estén listas las verduras se bañarán con la salsa.

Autor: Emilio García Almonacid.

POSTRES

ALFAJOR DE ALMENDRA

LUGAR: VÉLEZ BLANCO

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 KG DE AZÚCAR
- 1 KG DE ALMENDRAS TOSTADAS Y MOLIDAS
- 1 TAZA DE PATATAS COCIDAS
- RASPADURA DE UN LIMÓN Y DE UNA NARANJA
- 1 CUCHARADA DE CANELA
- 1 VASO DE ZUMO DE NARANJA
- ½ LIMÓN ESCURRIDO

ELABORACIÓN:

Se pone en una cazuela el zumo de la naranja, la patata cocida y molida, el azúcar, la raspadura del limón y la naranja, y la canela.

Se deja cocer todo durante unos 20 minutos a fuego lento y entonces añadimos la almendra tostada y molida, removemos bien y cuando espese, lo dejamos enfriar.

Una vez que ya está frío, vamos mojando las manos en anís dulce y lo extendemos en las obleas, posteriormente ponemos las obleas ya rellenas en una tabla o un sitio liso y ponemos peso encima para que queden duras. Se pueden consumir desde el segundo día de su elaboración. Para presentar se cortan en tiras o bien en cuadrados, a gusto del consumidor.

Autora: Adoración Iglesias Cabrera.

BIZCOCHO CON MIEL

LUGAR: OLULA DEL RÍO

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 90 GR DE MANTEQUILLA
- 225 GR. DE HARINA
- ½ CUCHARADA DE CANELA EN POLVO
- 1 CUCHARADA DE LEVADURA
- 50 GR. DE AZÚCAR MORENA
- 1,5 DL, DE LECHE
- 100 GR. DE MIEL CLARA
- 75 GR. DE PIELES DE NARANJA Y LIMÓN, SIN LA PARTE BLANCA Y BIEN PICADOS
- 1 PELLIZCO DE SAL

ELABORACIÓN:

Encender el horno a 180 °C. Recubrir el molde con papel de aluminio y engrasarlo.

Tamizar la harina, la canela, la levadura en polvo y la sal sobre un bol. Añadir la mantequilla, cortada a daditos y sobarla en la harina hasta que parezca migas de pan.

Hacer un volcán y poner en el centro del mismo el azúcar, la leche, la miel y las pieles. Unir los ingredientes sin mezclar demasiado, para que la mezcla no pierda aire. Echar la masa en el molde, alisándola con una espátula.

Meter en el horno y dejarlo aproximadamente una hora y media; comprobar si la aguja sale limpia antes de dar por acabada la cocción. Sacar el bizcocho del horno y dejarlo reposar unos minutos antes de desmoldar.

Autor: José Luis López Molina.

CUAJADO MANDUNDA LUGAR:LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 10 HUEVOS
- 200 GR. HARINA CANDEAL
- 450 GR. AZÚCAR
- 350 GR. ALMENDRA PELADA Y MOLIDA (EN MAQUINILLA DE MOLER ALMENDRAS)
- 1 CUCHARADITA DE CANELA
- 1 SOBRE DE LEVADURA ROYAL
- RASPADURA DE 1 LIMÓN Y MEDIO

ELABORACIÓN:

Se baten las yemas, se agrega el azúcar y el Royal con un poco de harina. Se agrega el resto de harina, la almendra, la canela y la raspadura de limón.

Cuando está todo unido se le agregan las claras a punto de nieve y se une todo bien Colocar en un recipiente para hornear hasta que la masa esté cocida.

Espolvorear con azúcar glass al salir del horno.

Autora: Marinela Gallardo del Aguila.

HUEVOS A LA NIEVE

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 7 HUEVOS
- 1 L. DE LECHE
- 200 GR. DE AZÚCAR
- BIZCOCHOS
- 1 RAMA DE CANELA
- CASCARA DE LIMÓN
- 2 CUCHARADAS DE MAIZENA (NO MUY LLENOS)

ELABORACIÓN:

Separar las claras de las yemas.

Batir las yemas con el azúcar.

Diluir la maizena en un poco de leche y unirlo al resto de leche con las yemas y el azúcar. Cocer al baño María sin dejar de mover. Cuando esté cocido y bien compacto se echa sobre una lámina de bizcocho (en una bandeja de horno). Cuando esté fría la natilla se montan las claras a punto de nieve, echándole una cucharada de azúcar por cada huevo cuando estén montadas, y el zumo de $\frac{1}{2}$ limón.

Se hacen “montoncitos” sobre las natillas y se gratinan hasta que se doren.

Autora: Marinela Gallardo del Aguila.

PEBETES
LUGAR: FONDÓN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- HARINA DE TRIGO
- HUEVOS
- MIEL

ELABORACIÓN:

La harina se tuesta en una sartén y luego se pone en una fuente para amasarla con huevos batidos.

Se van poniendo cucharadas de masa en pámpanos verdes y se van haciendo unos paquetitos que se ponen a cocer en el horno.

Para finalizar, se sacan las bolas cocidas y se ponen en un cuenco de madera cubriéndolas con miel.

Se pueden tomar frías o calientes, pero es aconsejable tomarlas frías.

La proporción de los ingredientes se hará dependiendo de los comensales; $\frac{1}{4}$ de harina y un huevo por persona, y miel hasta que cubra y al gusto. (A más miel, más sabrosos resultan):

Autora: M^a del Mar Ramón Romera.

ROSCOS “JACINTOS” (POSTRE NAVIDAD)

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 1 tasa)

- 400 GRS. MANTECA DE CERDO
- 400 CL. DE AGUARDIENTE SECO
- 1 KG Y $\frac{1}{4}$ DE HARINA PANADERA (CANDEAL)
- 1 KG. DE AZÚCAR
- 6 HUEVOS
- RASPADURA DE 3 LIMONES

ELABORACIÓN:

Se amasa la harina con la manteca, el aguardiente, el azúcar y la yema de los huevos (las claras se montan a punto de nieve).

Se van haciendo roscos y se van pasando por las claras montadas y después por azúcar.

Hornear hasta que estén dorados.

Autora: M^a Angeles Carmona López.

TORTA DE ALMENDRA

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 12 HUEVOS
- 350 GR. DE AZÚCAR
- 360 GR. DE ALMENDRA PELADA Y MOLIDA
- 60 GR. DE HARINA
- RALLADURA DE 1 LIMÓN
- UNA PIZCA DE CANELA EN POLVO

ELABORACIÓN:

Se amasan las yemas de los huevos con los demás ingredientes. Se agregan las claras montadas a punto de nieve.

Colocar un recipiente para horno untado con mantequilla o aceite.

Horno caliente a temperatura media hasta que esté cocida

Autora: Mariela Gallardo del Águila.

TORTAS DE MANTECA

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES:

- ¾ KG. DE MASA DE PAN
- 500 GR. DE MANTECA
- 200 GR. DE AZÚCAR

ELABORACIÓN:

Se va metiendo la manteca en la masa (ayudándose con los puños) y un puñado de azúcar (100 gr. o al gusto).

Se va trabajando la masa hasta que esté la manteca bien mezclada con la masa.

En una lata de horno se va estirando con la mano hasta que quede fina y se le dan unos pellizquitos por encima para que no quede lisa.

Se espolvorea con azúcar y canela y se mete al horno.

Autora: M^a Angeles Carmona López.

YEMAS (ESTILO LUBRÍN)

LUGAR: LUBRÍN

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 1 HUEVO Y UNA YEMA
- ½ KG. DE AZÚCAR
- ¼ DE PATATAS COCIDAS CON PIEL
- ½ KG. DE ALMENDRA PELADA Y MOLIDA
- UN POCO DE CANELA MOLIDA
- RASPADURA DE 1 LIMÓN (OPCIONAL)

ELABORACIÓN:

Se amasan todos los ingredientes y se van haciendo bolitas.

Para que no se peguen en las manos, se van untando éstas con aguardiente y se pasan por azúcar cristalina.

Se colocan en una tabla o mesa con mantel y se dejan secar 1 semana.

Se lía en papel de cebolla.

Autora: M^a Angeles Carmona López.