

Participantes

***Dina Kississon
Khadija Saimouri
Fatima Essedouri
Ikrām Essedouri
Gina Chirica
Elena Antofie
Ana M^a Mañes
Milagros García
Ángeles Gómez
Asunción Calvo
Andrea Sosa***



***II Encuentro Gastronómico
XXIX Jornadas Culturales
Soneja 2010***

XXIX Jornadas culturales



II ENCUENTRO GASTRONÓMICO



16 de Julio

19 h.

Casa de Cultura Soneja

RECETAS DE MARRUECOS

TALLIN DE MERLUZA CON CEBOLLAS Y PASAS

(Dina Kississou)

Ingredientes

1k de cebollas
1k de merluza
250 gr de pasas
Unas hebras de azafrán
2 dientes de ajo
Perejil, pimienta negra, sal y aceite

Preparación:

Escalfar a fuego suave la merluza y las pasas con un chorrito de aceite. En una sartén pochar la cebolla, los ajos el perejil y las hebras de azafrán. Salar la mezcla. En una fuente de horno colocar la merluza y verter por encima la mezcla anterior. Cocer 10'



CARNE CON CIRUELAS Y ALMENDRAS

(Khadija Saimouri)

Ingredientes

1/2 kg de carne de ternera ,3 cebollas cortadas en dados pequeños sal, jengibre, cúrcuma (colorante), canela en ramas, 8 cucharadas de aceite de oliva , 1/2 cucharita de mantequilla salada, 300g de ciruelas pasas, 4 cucharas de azúcar + 1 cucharita de canela en polvo ,20 almendras fritas, un poquito de sésamo dorado, huevos duros.

Preparación

En la olla express, poner la cebolla, la carne y el aceite, dejar dorar. Añadir la sal, jengibre, cúrcuma, la mantequilla salada ,y un bastoncillo de canela. Poner el agua suficiente para la cocción, cerrar la olla y dejar cocer 30 minutos. Pasado este tiempo, abrir la olla y dejar reducir la salsa. Lavar las almendras crudas y hervirlas, quitarles la piel, y secarlas con un papel de cocina. Freír-las en aceite caliente hasta que se doren. Hervir la ciruelas en agua hasta que estén tiernas. Dejar un poco de agua y añadir 4 cucharas de azúcar y una cucharita de canela en polvo. Dejar cocer hasta que se caramelicé todo. Servir la carne con la salsa en un plato, poner las ciruelas encima, y decorar con las almendras, el sésamo, y los huevos duros cortados por la mitad.



RECETAS DE URUGUAY

CANELONES DE JAMON YORK Y MAÍZ

(Andrea Sosa)

Ingredientes

1 huevo
1/2 taza de harina
1 taza de leche
1 cucharada de aceite

Se colocan todos los ingredientes en la batidora hasta obtener la mezcla, luego en una sartén untada con manteca, se coloca un cucharón de ésta y se hacen vuelta y vuelta hasta obtener la cantidad de panqueques deseados

Relleno:

Grnos de maíz dulce
Jamón York en fetas
2 cucharadas de harina
1 cucharada de manteca
Aceite y leche

Salsa blanca: Derretir en una cacerola la manteca junto con el aceite. Calentar y agregar la harina y la leche poco a poco. Cuanto más leche más líquida queda la mezcla. Cuando está listo se retira del fuego y se agrega sal.

Agregamos a la salsa blanca el jamón York cortado a trocitos y los granos de maíz. Rellenamos los canelones y los colocamos en una fuente aceitada. Una vez colocados se gratinada con queso.



RECETAS DE ESPAÑA

BRAZO DE GITANO DE TRUFA (Milagros García)

Ingredientes:

Para el bizcocho

4 huevos
4 cucharadas de harina
4 cucharadas de azúcar

Para la trufa

Una pastilla de chocolate sin
leche
Una tarrina de 250 gr. De TULIPAN
1/4 de azúcar florete
4 huevos

Preparación:

Bizcocho:

Montar las claras a punto de nieve y mezclar con el azúcar y la harina. Extender en un molde y meter al horno 5 ó 6 minutos a 180°

Trufa:

Derretir la pastilla de chocolate al baño maría.

Montar a punto de nieve 4 claras y reservar. Seguidamente mezclar el azúcar, la mantequilla, las yemas de huevo y el chocolate.

Trabajar la mezcla y añadir las claras montadas.

Meter la mezcla en la nevera para que endurezca.

Una vez fría la mezcla la extenderemos sobre el bizcocho y lo enrollaremos.

Decoraremos el brazo como queramos: merengue, azúcar, fideos de chocolate...



RECETAS DE MARRUECOS

CUS-CUS

(Fatima Essedouri/ Ikram Essedouri)

Ingredientes (4 personas)

Cous cous (250-300 gramos), carne deshuesadas (pollo, cordero...), dos calabacines, un pimiento rojo, una cebolla, un puerro, dos zanahorias, tres dientes de ajo, dos tomates, un trozo de calabaza, un puñado de judías verdes, pimienta negra en grano, comino en grano, una, sal, aceite de oliva virgen extra, agua



Elaboración

Se preparan las verduras, partiéndolas en trocitos pequeños. Se pone el recipiente de abajo de la cuscusera en el fuego y se le echa aceite hasta cubrir el fondo. Se añade la carne troceada y se rehoga durante cinco minutos. Se saca la carne y se reserva. A continuación se rehoga unos minutos el puerro, la cebolla, el ajo, el pimiento rojo, la zanahoria, judías verdes, la calabaza y el calabacín.

A continuación echamos en un mortero los granos de pimienta y comino con un par de pellizcos de sal y los machacamos.

A un vaso de agua le añadimos una cucharadita de sal. Lo calentamos y lo añadimos al cous cous (que hemos depositado en un plato hondo) y removemos para que se humedezca homogéneamente.

Volviendo a la cuscusera, añadimos el tomate, el pollo, y las especias, rehogando otros cinco minutos.

Aprovechamos para echar el cous cous humedecido en el recipiente perforado de la cuscusera.

Añadimos dos vasos de agua caliente a la olla y removemos. Colocamos el recipiente perforado encima de la olla y lo tapamos. De vez en cuando destapamos hasta que veamos que sale el vapor, momento a partir del cual dejamos cocer unos quince minutos (con la tapa puesta).

Retiramos el recipiente perforado con el cous cous. Añadimos un vaso de agua caliente (sin sal) y removemos de nuevo para que se humedezca homogéneamente y quede bien repartido. Volvemos a colocar el recipiente perforado encima de la olla. Dejamos cocer otros quince minutos.

Retiramos el recipiente perforado y removemos el cous cous hasta que se suelte y quede bien repartido. Esta vez no se le echa agua. Volvemos a colocar y dejamos cocer otros quince minutos. No dejar el guiso seco, sino con un poquito de caldo. Presentarlo en una bandeja honda.



RECETAS DE RUMANJA

SARMALE (Gina Chirica)

Ingredientes

- 1/2 kilo de carne picada mixta
- 1/2 kilo de arroz
- 2 pimientos verdes
- 2 cebollas
- 2 carlotas
- 2 tomates
- Hojas de vid o col
- Perejil, pimienta negra, sal y aceite
- 2 huevos
- Nata sin azúcar

Preparación

Se pasan las hojas de vid por agua hervida y se reservan

A continuación se trocean los pimientos, las carlotas, las cebollas y los tomates. Se sofríe todo. Se baja el fuego y se echa la carne que previamente habremos condimentado.

Cuando esté todo sofrido, batimos dos huevos y lo mezclamos todo. Se deja enfriar.

Haremos bolas con la mezcla y las envolveremos en las hojas de vid. A continuación las herviremos a fuego lento durante 1 hora. Las serviremos junto con una bola de nata.



RECETAS DE ESPAÑA

TORTA DE CEBOLLA (Asunción Calvo)

Ingredientes

- 1k. De cebollas
- 4 huevos
- 2 latas de atún
- 1 vasito de aceite
- 1vasito de agua
- 1 pareja de gaseosas
- Harina ,sal y piñones

Preparación:

En un bol mezclamos el aceite, el agua, la sal y las gaseosas. Se mezcla bien y se le añade la harina poco a poco hasta que esté compacto. La masa se extiende en una llanda previamente untada con aceite y se mete al horno unos minutos. Mientras tanto se frie la cebolla a fuego lento. Cuando está bien pochada se retira del fuego y se le añade los huevos batidos y el atún.

Extenderemos la mezcla sobre la masa y echaremos por encima los piñones. Volveremos a hornear hasta que este dorada



FLAN PASTELERO AL HORNO CON FRUTAS (Ana Mañes)

Ingredientes:

- 2 sobres de flan Potax
- 125 gr de azúcar
- 2 huevos
- 3/4 l. de leche
- la ralladura de un limón 50 gr
- pasas sin hueso
- fruta al gusto

Preparación

Desleír parte de la leche con el contenido de los sobres, añadir el azúcar, los huevos batidos y la ralladura de limón. Calentar el resto de la leche y cuando hierva añadir la preparación anterior junto con las pasas, llevar a ebullición sin parar de remover.

En un molde de 22 cm de diámetro, untado con margarina, verter y hornear a 180° durante 30 minutos.

Dejar enfriar y meter en el frigorífico. Servirlo con las rodajas de fruta y espolvorear con azúcar.



RECETAS DE ESPAÑA

FIDEUÁ (Angeles Gómez)

Para 6 personas

Ingredientes:

1 kg morralla
12 gambones
1 kg calamares
2 sepias
2 kg mejillones
1 cebolla
Tomate
Ajo
Perejil
Aceite
Una pizca de sal
Fideos de fideua



Preparación:

Con la morralla y la cebolla se hace un caldo de pescado. A continuación en una paellera se fríen las gambas y se reservan.

En el mismo aceite se sofríen los calamares y la sepia previamente troceados.

Añadir ajo y perejil previamente troceados) y 4 cucharadas soperas de tomate triturado. Sofreír durante aproximadamente 5 minutos.

A continuación se añade el caldo y tras hervir todo 5 minutos se echan los fideos. A media cocción decorar con las gambas y terminar de cocer.

El plato tradicionalmente puede acompañarse de ajoaceite



RECETAS DE RUMANJA

CHIFTELE (Elena Antofie)

Ingrediente

400 g carne picada mixta (cerdo y vacuno)
2 huevos
1 patata
1 zanahoria
100 g queso rallado
1 diente de ajo
sal
perejil



Preparación

Se pela y corta la patata, la zanahoria y el diente de ajo en dados. Se mezclan todos los ingredientes, luego se modelan bolitas pequeñas que se pasan por harina. Se fríen en abundante aceite caliente y se escurren sobre papel de cocina.

RULADO DE PECHUGA (Gina Chirica)

Ingredientes

4 pechugas
4 lonchas de jamos York
4 lonchas de queso
Pepinillos en vinagre
2 huevos, harina, sal y pimienta

Preparación

Hacer las pechugas en lonchas y salar. En cada loncha de pechuga poner jamón York, queso y pepinillos previamente troceados. Enrollar. Pasar por huevo y harina y freír. Dejar enfriar y cortar en rodajas

RECETAS DE ESPAÑA

PINCHOS VARIADOS: (Ana M^a Mañes)

Se forra un grumo de col con papel de aluminio (varias personas) o una naranja (individual) para hacer una base.

En palillos se van pinchando los distintos ingredientes:



- 1º Una aceituna rellena y un trozo de fuet.
- 2º Salmón con un trozo de piña.
- 3º Un taquito de jamón York y kiwi.
- 4º Un trocito de queso y una cereza en almíbar.

Una vez preparados se clavan los pinchos en la base y se da forma de erizo.

PASTEL DE CARNE (Milagros García)



Ingredientes: (Para 4 personas)
400 gr. De carne de ternera o buey picada
1 Pimiento de morrón
1 Cebolla + nuez moscada
1 Huevo + una cucharada de aceite
4 Rebanadas de pan de molde
½ Cucharadita de pimienta negra
Ajo picado

PREPARACIÓN:

Remojar las rebanadas de pan en agua y escurrirlas. A continuación mezclar la carne de ternera picada, el huevo batido, cebolla picada, nuez moscada, pimienta negra, sal, perejil picado, ajo y el pan escurrido. Seguidamente le damos forma de pastel a la mezcla y la colocamos en una fuente de horno previamente aceitada.

Rociamos el pastel con aceite y lo tenemos en el horno durante media hora a 220°.

Cuando se saca del horno adornar con el pimiento morrón

RECETAS DE ESPAÑA

FLAN DE ATÚN Y ESPÁRRAGOS (Ana M^a Mañes)

Ingredientes:

Para el flan

- 4 Huevos
- 2 Latas de atún
- 1 bote de espárragos (390 gr)
- 1 bote de leche evaporada (Ideal)
- 1 pizca de sal

Para la presentación:

- 1 bote de piña en su jugo
- 1 lechuga
- gambas peladas
- palitos de mar.

Para la salsa:

- mahonesa
- ketchup
- whisky



Preparación:

En un bol batir los huevos, añadir las dos latas de atún con su aceite, agregar los espárragos escurridos y cortarlos en trozos, echar el bote de leche y añadir un poco de sal. Mezclar bien. En un molde de plum-cake, previamente untado de margarina, pondremos el batido y a continuación lo pondremos en el horno al baño María unos 45 minutos.

PRESENTACION:

Cuando el flan esté frío, lo desmoldaremos en una bandeja rectangular. Sobre el flan colocaremos la piña cortada previamente en forma de medias lunas.

Sobre cada media luna de piña pondremos la lechuga cortada en la juliana junto con los palitos de mar también cortados en trozos pequeños y las gambas peladas.

Para la salsa rosa mezclaremos mayonesa, ketchup al gusto y un poco de whisky. Colocaremos la mezcla en una salsera y serviremos junto con el flan.