

Poleá o Espoleá



1. Ingredientes (para 4 personas)

- 1 bollo de pan blanco
- 1/5l de leche
- 5 cucharadas de harina de trigo normal
- 5 cucharadas de azúcar
- 100cl de aceite de oliva virgen extra
- 1 cucharada de anís en grano o matalahúva
- 1 rama de canela
- 1 corteza de limón
- Canela molida

2. Elaboración.

- Cortamos el pan en dados y los freímos para obtener así los coscorrones de pan. Reservamos.
- En una sartén ponemos el vaso de aceite y freímos la corteza del limón, la rama de canela y el anís en grano.
- Retiramos del fuego.
- En una cacerola ponemos la leche (1 vaso por persona más 1 vaso más de apoyo)
- Agregamos la harina, 1 cucharada de harina bien colmada por cada vaso de leche.
- Ligamos y ponemos al fuego.

-Añadimos el aceite, colado. Cuando tengamos todo el aceite agregado, cogemos con una cuchara un poco del anís en grano frito y lo añadimos a la leche, un poco nada más.

-A fuego medio, sin dejar de remover, se nos espesará la poleá.

-Cuando esté espesa, bajamos el fuego y agregamos el azúcar. El azúcar suele ser al gusto, pero en torno a 1 cucharada de azúcar por persona. Probamos y si lo queremos más dulce, le agregamos más azúcar.

-Servimos la poleá en platos hondos, cubrimos con una capa de canela molida y ponemos por encima una capa de coscorrones de pan frito.

-Servimos caliente.

La poleá o espoleá es una receta típica de Andalucía. Es una receta humilde que nace en la época de más hambre donde se hacía con agua y harina y se aromatizaba con matalahúva o anís en grano y canela.

Los tiempos pasaron y el agua se sustituyó por leche, haciendo la receta aún más rica.

A los mayores, esta receta le recuerda malas época, pero a los más jóvenes recuerda a recetas de familias, a momentos de recuerdos, a reuniones familiares. Nos recuerda a nuestras raíces y a nuestra gastronomía más rica.

3. Utensilios/aparatos utilizados.

-Cuchillo

-Sartén

-Cacerola

-Cuchara de palo

-1 cucharilla

4. Forma industrial (para 12 personas)

Ingredientes

-3 bollos de pan blanco

-4l de leche

-15 cucharadas de harina de trigo normal

-15 cucharadas de azúcar

-300cl vasos de aceite de oliva virgen extra

-3 cucharadas de anís en grano o matalahúva

- 3 ramas de canela
- 3 cortezas de limón
- Canela molida

Elaboración

-En el vaso de la thermomix se agrega la medida de aceite y las pieles de limón.

-Retiramos las cáscaras. De inmediato ponemos la harina a tostar-

-Cuando falten unos minutos para terminar la cocción, incorporamos el anís dulce o matalahúva. El resultado será una mezcla homogénea, muy suave y llena de burbujas, debido al aire resultante del batido. Por último, batimos la mezcla.

-Sin esperar, se coloca la mezcla en los recipientes que se desee utilizar para envasar, preferiblemente envases de plástico de uso alimentario.

-Antes de servir, colocaremos cuadrados de pan sobre la mezcla en los moldes o en los recipientes donde se va a servir. Para decorar existen un sin fin de posibilidades, una de ellas es espolvorear canela en polvo junto con los cubos de pan tostado, también puede agregar, almendras fileteadas tostadas, entre otras cosas.

Utensilios utilizados.

Termomix

5. Bibliografía.

María Romero Sánchez.

<https://recetasparathermomix.com/gachas-dulces-con-thermomix/>