

RECOPIACIÓN DE RECETAS ANTIGUAS



1. Fabricación de piñonates de forma casera:

Es un dulce frito típico de la semana santa. Consistente en coger trozos de masa de harina fritos y rebozarlos en miel o almíbar para que se unan unos a otros formando como una piña.

El piñonate es un dulce artesanal de origen español, típico de Jimena de la Frontera, aunque también se hacen en pueblos de las provincias de Huelva, Córdoba, Cáceres e incluso en algunos países hispanoamericanos como Venezuela. Entra dentro de la categoría de frutas de sartén y su origen es indiscutiblemente árabe.

El piñonate tira a blando y requiere proporciones exactas y una receta tradicional que aunque varía según las familias, es tradicional hacerlo en moldes de madera cuadrados de una cuarta de lado y unos cinco centímetros de alto y presionarlos con una maza o mano de mortero de metal.

Este postre se caracteriza por su alto aporte calórico, debido a las grasas que contienen los ingredientes empleados, hay que tener en cuenta que la mayor parte de la grasa que poseen los frutos secos son insaturadas, las más convenientes para mantener controlada la tasa de colesterol.

2. Ingredientes

Ingredientes para 10 piñonates.

Para la masa:

- 4 huevos.
- dos huevos de aceite. (Se usa un huevo vacío como medida)
- un huevo de aguardiente. (Se usa un huevo vacío como medida)
- 1/2 kilo de harina.

Aceite para freír la masa.

Para el aliño:

- 1/2 puñado de almendras tostadas y molidas
- 1/2 puñado de piñones tostados y molidos
- 1/2 puñado de ajonjolí tostado ligeramente y molido (al tostarlo, tapar)
- 1/2 puñado de matalauva tostada y molida
- 1 rama y media de canela y un clavo tostados ligeramente y molidos (para tostarla deshacer la canela en trocitos y remover mientras se encuentra en el fuego)
- Un trozo de piel de naranja seca ligeramente tostada y molida.

Miel:

- 1/2 kilo a punto de bola (o caramelo)
- Y un poco más para adornar (ésta no es necesario que esté a punto de bola).

3. Aparatos o utensilios utensilios:

- Batidora
- Freidora o sartén
- Cuchillo para cortar en trozos
- Molinillo
- Cazo/ olla
- Moldes cuadrados de madera

4. Descripción de la receta

1. Se mezclan los huevos, el aceite y el aguardiente en un recipiente y se baten con una batidora.
2. Se le añade la harina y se amasa hasta que la masa no quede ni blanda ni dura.
3. Se deja reposar dos horas.
4. Con esta masa se hacen fideos (churros) largos de un centímetro de diámetro aproximadamente, y se fríen en abundante aceite caliente. Para poder freírlos más rápidamente podemos dar a los churros forma de acordeón (zig zag).
5. La masa frita se desmenuza.
6. Los ingredientes del aliño se tuestan y se muelen por separado.
7. Se mezclan los ingredientes molidos del aliño y se añaden a la masa frita desmenuzada que tenemos en el recipiente.
8. La miel se pone a punto de bola. Para ello la hervimos durante un buen rato. Estará lista cuando vertamos una gota de miel en un vaso de agua fría y la gota quede formando una bola que no se deshaga entre los dedos.
9. Rápidamente vertemos sobre la mezcla de masa y aliño removiendo para que se mezcle todo.
10. Añadimos un poco de harina ligeramente tostada y terminamos de mezclar.
11. Se vierte esta mezcla en los moldes presionando fuertemente con una maza. Debe quedar muy apretado.
12. Se desmoldan y se adornan los piñonates con un poco de miel, almendras fileteadas, piñones y grageas de caramelo.

5. Forma industrial

Ingredientes para 20 piñonates.

Para la masa:

- 8 huevos.
- 4 huevos de aceite. (Se usa un huevo vacío como medida)
- 2 huevos de aguardiente. (Se usa un huevo vacío como medida)
- 1 kilo de harina.

Aceite para freír la masa.

Para el aliño:

- 1 puñado de almendras tostadas y molidas
- 1 puñado de piñones tostados y molidos
- 1 puñado de ajonjolí tostado ligeramente y molido (al tostarlo, tapar)
- 1 puñado de matalauva tostada y molida
- 1 rama y media de canela y un clavo tostados ligeramente y molidos (para tostarla deshacer la canela en trocitos y remover mientras se encuentra en el fuego)
- Un trozo de piel de naranja seca ligeramente tostada y molida.

Miel:

- 1 kilo a punto de bola (o caramelo)
- Y un poco más para adornar (ésta no es necesario que esté a punto de bola).

Se hace el amasado de la masa, compuesta de huevos, aceite, sal, harina y limones. (Todo en cantidades abundantes)

Llevamos la masa a la amasadora y mezclando todos los ingredientes nos dará una masa homogénea.

De forma manual se da forma a las hebras (churros alargados y finos)

Con un cortador metálico llamado bicicleta se corta la masa y salen hebras.

Se vierten en una sartén grande y se fríe la masa a altas temperaturas.

Se hace la mezcla de canela, miel y un poco de azúcar para hacer un almíbar. Todo esto en una olla a fuego.

Mezclamos el almíbar con la hebra de masa, se remueve bien para que el almíbar esté por todas partes.

En una mesa grande ponemos obleas para que la miel no se nos pegue en la mesa.

Con ayuda de una paleta le damos una forma de bloque para que se pegue entre sí y consiga una forma rectangular.

Con ayuda de un cuchillo cortamos en porciones para posteriormente envasarlo en envases de papel transparente con la caligrafía de la empresa correspondiente que se haya encargado de elaborarlos. Y por último se añaden en una bolsa de plástico transparente también una cantidad de 6/9 porciones de piñonates para ponerlos a la venta.



6. Biografía

Isabel Olivera

<http://www.rtve.es/alacarta/videos/aqui-la-tierra/aqui-tierra-pinonate-para-semana-santa-cuando-surja/4467029/>

wikipedia

You tube

2°

1. Fabricación de Guiso viudo de forma artesanal

La cocina tradicional de Huelva se ha basado en sus comienzos en una elaboración sencilla con productos naturales. Hoy día, muchos de nuestros conciudadanos se afanan por recuperarla, ya que muchas recetas se perdieron por el camino.

En la cocina tradicional de Huelva, a veces, se apodaba a un plato como viudo por la falta de alguno de sus ingredientes principales, como las papas viudas o los cocidos viudos.

Los onubenses, en casa comemos lo que se conoce como cuchareo, es decir, guisos, cocidos o potajes.

2. ingredientes:

Para 4 personas: 2 kilogramos de patata, media cebolla, 2 pimientos verdes, 500 gramos de tomate y media cabeza de ajo, habichuelas verdes 500 gramos, aceite, sal, vino, azafrán y pimienta negra.

3. Elaboración:

Sofreímos la cebolla, tomates, pimientos y ajos. Posteriormente se machaca con un mortero este resultado.

Pelamos y picamos las patatas en trocitos de tamaño medio .

Se añade agua en una cacerola de barro, vertimos el resultado de las verduras que recientemente hemos hecho, le añadimos las patatas peladas y picadas en trocitos, añadimos habichuelas verdes, un vaso de vino y un poco de aceite, sal, azafrán y pimienta negra molida.

Se deja cocer a fuego lento durante unos 40 minutos o hasta que ya veamos que está en su punto. Se sirve bien caliente.

4. Forma industrial:

Para 8 personas:

4 kg de patatas, 2 cebollas enteras, 2 vasos de vino, aceite, 4 pimientos verdes, 1 cabeza de ajo entera, 1 kg de tomates, sal, azafrán, pimienta negra y habichuelas verdes 1 kilogramo.

Se pelan y pican las patatas. Picamos los tomates, el pimiento, cebolla y los ajos.

En una marmita introducimos las patatas y vertimos las verduras. Le añadimos la sal, pimienta negra, aceite y el vaso de vino.

Añadimos agua y las habichuelas verdes. Lo ponemos todo a fuego alto hasta que empiece a hervir.

Se tapa y se deja cocinar unos 25 minutos.

Pasados esos minutos, ya está listo para poder servirlo y hacerle una bonita presentación en el plato.

5. Materiales utilizados:

- Forma tradicional: Cuchillo, sartén, cacerola de barro/cerámica, vaso de cristal, fogón (hornilla), cucharón de madera.
- Forma industrial: Vitrocerámica/ cocina industrial, marmita triple para sopas y salsas, Ollas rápidas o a presión, batidora, cucharón de metal y cuchillos.



6. Bibliografía:

Amelia López Jara

[https://www.google.com/search?](https://www.google.com/search?hs=ATO&channel=fs&q=maquinaria+para+hacer+guisos+en+una+industria&tbm=isch&source=univ&client=ubuntu&sa=X&ved=2ahUKEwi485WA6KLIhVs6uAKHSrQDpoQsAR6BAgFEAE&biw=1366&bih=613)

[hs=ATO&channel=fs&q=maquinaria+para+hacer+guisos+en+una+industria&tbm=isch&source=univ&client=ubuntu&sa=X&ved=2ahUKEwi485WA6KLIhVs6uAKHSrQDpoQsAR6BAgFEAE&biw=1366&bih=613](https://www.google.com/search?hs=ATO&channel=fs&q=maquinaria+para+hacer+guisos+en+una+industria&tbm=isch&source=univ&client=ubuntu&sa=X&ved=2ahUKEwi485WA6KLIhVs6uAKHSrQDpoQsAR6BAgFEAE&biw=1366&bih=613)

3°

1. Fabricación caña de lomo casera:

La caña de lomo es uno de los embutidos más nobles del cerdo y uno de los preferidos por los amantes de los ibéricos. Sin duda, se trata de un manjar delicioso que no puede faltar en cualquier mesa para triunfar.

Se trata de un derivado cárnico curado-madurado, elaborado con el músculo ileoespinal del cerdo, aponeurosis y tendones, salado, adobado y embutido en tripas naturales o artificiales permeables y que ha sufrido un proceso de maduración apropiado.

El lomo embuchado de cerdo ibérico se elabora con carne de lomo de cerdo que se cura en sal y se condimenta con ajo, orégano y pimentón. Se llama “embuchado” debido a que la carne se “embucha” dentro de una tripa de cerdo para su curación.

El secreto de la elaboración de la caña de lomo es la calidad de la carne con la que se hace. La carne de cerdo ibérico es la más sabrosa gracias a las infiltraciones de grasa naturales que posee, de manera que es la más apreciada para elaborar este embutido. Para elaborarla, dejamos macerar la carne con los condimentos naturales necesarios como sal, pimentón, orégano y ajo para que tome todo el sabor. Luego, se embute en tripas y se deja curar un mínimo de cuatro meses para que quede suave y con un aspecto rojo-rosáceo inconfundible.

2. Ingredientes:

Ajo

Sal

Pimentón rojo

Agua

Tripa cular grande

3. Elaboración:

Obtenemos la caña de lomo del cerdo y se mete al salado (según el peso se deja un tiempo u otro).

Se le añade pimentón rojo y el ajo.

El primer día se mezcla todo homogéneamente. Y hay que ir removiendo a lo largo del día.

El segundo día se limpia la caña con las manos para quitar el pimentón.

Se lava la tripa cular grande con agua tibia para que no queden restos fecales del animal y no contamine nuestro producto final.

Se mete la caña en la tripa con mucho cuidado de no romper la tripa.

Anudar la tripa por la parte inferior y superior de los extremos, este tipo se llama tipo vela.

Al terminar de anudarla se mete en pimentón seco por los dos extremos de la tripa para que la mosca no la defeque.

Se pincha por todos lados la caña ya embuchada en la tripa con un instrumento llamado porro. La tripa ha de ir bien apretada para que no haya oclusión de aire, antiguamente llamado empapelar. Se amarra a mano encima de una mesa de madera.

Colgar la caña en doblados/ desván, en sitios secos para que no haya mucha humedad.

Al pasar unas semanas de esto, se le ponen brasas de la candela o un brasero debajo de la caña para expulsar la sal, el pimentón.. Todo lo que le sobre para que esa caña empiece a curarse.

Se deja curar entre 5-6 meses, colgados en una palanca de madera. Pasados esos meses ya podemos consumirla.

4. Forma industrial:

1 pieza de cinta de lomo

La mitad del peso del lomo en sal

La mitad del peso del lomo en azúcar

1 cucharada de pimentón

1 cucharada de orégano

1 cucharada de ajo machacado o ajo en polvo

Un puñado de pimienta en grano

1 cucharada de aceite por pieza de lomo que saquéis

Vendas de farmacia.

Lo primero es cortar la pieza si es muy grande para hacer varias cañas de lomo o si es una sola limpiar bien la carne de todas las telillas o fibras que tenga, intentando dejarla lo más limpia posible.

Pesaremos cada una de las piezas y dividiremos el peso en la misma cantidad de sal que de azúcar, es decir, si una pieza os pesa 1 kg, habrá que mezclar 500 gr de azúcar con 500 gr de sal.

Colocaremos el lomo en un recipiente que no sea ni metálico ni de plástico y lo cubriremos con la mezcla de sal y azúcar hasta dejarlo totalmente enterrado.

Lo dejaremos que se seque durante 48 horas sin tocarlo a pesar de que soltará mucha agua y la pieza de carne se quedará más encogida y dura.

Lavaremos bien las piezas a chorro de grifo y secaremos con un paño o papel absorbente, procurando que no queden húmedas.

Haremos la mezcla del adobo en un barreño grande. Echaremos todos los ingredientes y moveremos con un cucharón.

Ahora sólo nos queda coger o un pincel y embadurnar todos los lomos o bien, de manera manual. Poneremos unos guantes de látex y mojaros las manos en el barreño para impregnar bien toda la superficie de la carne del adobo.

Por último, las vendaremos con vendas de farmacia sin apretar en exceso pero que tampoco se desmonten, para que aguante bien todo el período de curación.

5. Materiales utilizados:

Forma tradicional: Porro, Barreño, Mesa de madera, Braseró y Palanca de madera.

Forma industrial: Cuchillos, Peso, Recipientes de barro, Paños o papel absorbente, Barreño, Cucharón, Pincel y Vendas de farmacia.



6. Bibliografía

Fernando Rius

Wikipedia