

Recetario
del Centro Asistencial
San Roque



Prólogo

La idea de crear este recetario, surgió en una de nuestras videoconferencias que realizamos con otros dos centros que también pertenecen a Lares, las residencias San José de Sahagún y Fundación Raudense de la tercera Edad de Roa. Para conocernos un poco más en profundidad, decidimos elaborar en cada centro una recopilación de aquellas recetas típicas de nuestros pueblos.

No quisimos que solo participasen los residentes, por lo que pedimos a familiares y trabajadores que nos contasen aquellas recetas que recordaban de su niñez, que hacían sus padres o abuelos e incluso que hoy en día siguen cocinando.

La respuesta de todos ha sido espectacular: lo que en principio iba a ser un cuadernillo con las recetas básicas, se ha convertido en todo un libro de recetas de lo más variado. En total hemos recopilado 70 recetas, aunque tengo que decir que nos habéis dado muchas más, pero hemos intentado no repetir ninguna.

El recetario consta de unos primeros, segundos, postres y un último grupo al que hemos denominado varios, donde tenemos desde limonada hasta el queso de pata de mulo.

Espero que os guste este recetario tanto como a nosotros hacerlo y que os animéis a elaborar sus recetas que estoy segura de que os traerán buenos recuerdos.

agosto 2016



Primeros

Almejas a la marinera
Alubias
Arroz con carne
Berza con patatas
Callos a la madrileña
Canapés de atún y piña
Caracoles
Carne guisada con patatas
Cocido al estilo Amada
Cocido castellano
Fabada

Judías verdes
Lentejas
Patatas a la importancia
Patatas con bacalao
Patatas con congrio
Patatas huecas
Potaje con arroz
Puerros de Sahagún a la parrilla
Puré de verdura
Sopa de ajo castellana
Sopas tostadas

Almejas a la marinera

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ Almejas
- ✓ Ajo (poco)
- ✓ Cebolla
- ✓ Guindilla
- ✓ Harina
- ✓ Aceite
- ✓ Sal
- ✓ perejil

Preparación

Se cuecen las almejas en una cazuela o sartén. Se pone aceite con ajo y bastante cebolla bien picada.

Cuando la cebolla esté bien rehogada, se echa la harina, agua de cocer las almejas y se pasa por el pasapuré.

Luego se vierte esta mezcla en las almejas que tenemos en otra cazuela de barro.

Recuerdos... Receta que hacía cuando nos reuníamos la familia

Alubias

Autora: Pilar Pardo (residente)

Ingredientes

- ✓ Alubias de la Bañeza
- ✓ Chorizo
- ✓ Oreja de cerdo
- ✓ Aceite
- ✓ Ajo
- ✓ Pimentón
- ✓ Laurel
- ✓ Sal

Preparación

Por la noche las pones en agua. Al día siguiente, en una cazuela se ponen las alubias con agua (más o menos el doble de agua).

Se echa un poco de sal, un chorizo, un poco de oreja de cerdo, aceite, ajo, una hoja de laurel y pimentón.

Se pone a cocer a fuego lento. Según va mermando el agua, se va añadiendo más. Cuando las alubias están tiernas, se sirve directamente de la olla a los platos

Recuerdos... Esta receta la aprendí a hacer con mi madre. Me gustaba guisar siempre con ella.

Arroz con carne

Autora: Melania de Prado (residente)

Ingredientes

- ✓ Arroz
- ✓ Carne de cerdo o de novillo
- ✓ Costillas
- ✓ Cebolla
- ✓ pimiento rojo y verde
- ✓ tomate
- ✓ Hoja de laurel
- ✓ Sal
- ✓ Perejil

Preparación

Primero se pocha la cebolla y los pimientos. Se rehoga la carne y cuando está un poco tostadita se añade el arroz.

Se añade el agua, se echa sal , hija de laurel y al final un poco de perejil.

Para calcular el agua, mi madre me enseñó a hacerlo con pocitos, más o menos, el doble de agua que de arroz.

Para saber cuando está el arroz, coges unos granos y lo pruebas hasta que queda a tu gusto. A mi me gusta que quede un poco caldoso.

Recuerdos... Me enseñó a cocinarlo mi madre.

Berza con patatas

Autora: Albina Flórez (residente)

Ingredientes

- ✓ Berza
- ✓ Patatas
- ✓ Aceite
- ✓ Ajo
- ✓ Pimentón Okal
- ✓ Sal

Preparación

Primero se lava todo muy bien, se pelan las patatas y se parten en trozos. En una olla con agua se cuece la berza y las patatas con sal y un chorro de aceite. Una vez cocido, se escurre y se pone en una fuente.

En una sartén o cazuela se hace un sofrito con aceite, ajo y pimentón y se echa todo sobre la fuente.

El agua que sobra de la berza se puede utilizar para caldo o para otros guisos.

Recuerdos... Receta que aprendí a cocinar desde muy joven.

Callos a la madrileña

Autora: Pilar del Campo (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ 1 Kg. De callos
- ✓ Aceite
- ✓ 1 chorizo
- ✓ 1 morcilla
- ✓ 1 guindilla
- ✓ 1 cuchara pimentón
- ✓ 1 vaso de vinagre
- ✓ 1 hoja de laurel
- ✓ Ajo
- ✓ 2 cebollas
- ✓ 1 cucharada de harina
- ✓ 2 tomates
- ✓ Agua y sal

Preparación

1. Se cortan los callos en trozos grandes y se lavan en varias aguas. Luego los pones con sal y vinagre y les aclaras hasta que se quite el olor a vinagre.
2. Se cortan en trozos pequeños y se ponen a hervir con laurel. Cuando hierban, tiras el agua.
3. Los cubres con agua y añades morcilla, guindilla, cebolla, ajo y tomate y lo cueces unas 3 horas.
4. En una sartén pones aceite, cebolla, pimiento y chorizo en rajas. Se rehoga y se añade a la olla y se deja hervir 1 hora más.
5. Lo dejas enfriar y a comer!

Recuerdos... Receta de mi abuela y que en casa guardamos como oro en paño.

Canapés de atún y piña

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ Piña en almíbar
- ✓ Atún en aceite
- ✓ Pan de molde

- ✓ Mahonesa de leche:
 - ✓ Leche
 - ✓ Aceite de girasol
 - ✓ Sal
 - ✓ Vinagre (una pinta)

Preparación

Para hacer la mahonesa de leche se pone una parte de leche, otra de aceite de girasol, sal y vinagre (una pinta). Se bate igual que si fuera una mahonesa tradicional.

Picar la piña menudita. Moler el bonito. Mezclar las dos cosas con un poco de mahonesa.

Poner el pan de molde en una bandeja partido en triángulos, rociarlo con el jugo de piña. Poner la mezcla y tapar con otro triángulo también rociado con el jugo de piña. Añadir mahonesa por encima.

Recuerdos... Solía hacerlo para comer cuando nos reuníamos la familia. Si lo pones antes de la comida, desaparece.

Caracoles

Autora: Macu Peña (familiar)

Ingredientes

- ✓ 3 kg de caracoles
- ✓ 3 chorizos curados
- ✓ 300 gr. de jamón serrano en una loncha
- ✓ 3 huevos cocidos
- ✓ Cebolla
- ✓ Ajo
- ✓ Perejil
- ✓ Pimentón
- ✓ Harina
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Sal fina y gorda

Preparación

Cuando los caracoles están libres de baba (se consigue con sal gorda, moviéndolos y con muchos aclarados), se ponen en agua a hervir unos minutos. Se escurren.

En una cazuela ponemos el aceite y doramos la cebolla, se echan los caracoles, un poquito de pimentón y el chorizo cortado en cuadraditos, se remueve.

Se deslíá unas cucharadas de harina en un vaso de agua y se vierte en la cazuela, se añade más agua hasta casi cubrir y se deja hervir.

Se machaca ajo, perejil y guindilla y se añade. También el jamón en cuadraditos y los huevos picados. Se prueba la sal. La salsa debe ser espesa y el caracol tierno.

Recuerdos... Receta de caracoles de mi madre Felipa Pérez. Exquisitos.

Carne guisada con patatas

Autora: Eumenia García (residente)

Ingredientes

- ✓ Carne para guisar
- ✓ Patatas
- ✓ cebolla
- ✓ Ajos
- ✓ Perejil
- ✓ Sal
- ✓ Hoja de laurel
- ✓ Aceite

Preparación

En una cazuela con aceite, se añade cebolla, perejil, ajos y se fríe todo junto muy suave.

Cuando está pochado se echa la carne y se rehoga bien para que esté bien sabrosa.

Añadimos las patatas, que antes hemos pelado y partido en cachos no muy grandes. Se añade un poco de agua hasta que lo cubra. Se añade sal y la hoja de laurel y hasta que se hagan.

Hay que ir meneando poco a poco para que no se pegue. Si se consume el agua, poco a poco se va echando.

Recuerdos...

Esta receta la hacía muchas veces en mi casa. Me enseñó a cocinar mi madre y donde trabajaba.

Cocido al estilo Amada

Autora: Amada Martínez (residente)

Ingredientes

- ✓ Garbanzos
- ✓ Carne de morcillo
- ✓ Hueso blanco
- ✓ Tocino
- ✓ Zanahoria
- ✓ Patata
- ✓ Chorizo
- ✓ Berza
- ✓ Sal
- ✓ Pan rayado
- ✓ Huevo
- ✓ Fideos
- ✓ Ajo
- ✓ Pimentón
- ✓ Aceite

Preparación

La noche antes se ponen a remojo los garbanzos en agua caliente y sal

En la olla se ponen los garbanzos ya escurridos, la carne de morcillo, la zanahoria, la patata, un trozo de tocino, un chorizo, un hueso y la sal. Cuando la olla sube, se deja una hora más o menos.

En otra cazuela se pone a cocer la berza picada muy menuda con un poco de sal. Cuando está cocida se escurre y se prepara el ajo arriero: En una sartén se pone un poco de aceite y un ajo laminado. Cuando está dorado se aparta del fuego y se añade el pimentón (una cucharadita) y un poco de vinagre. Esta salsa se vierte sobre la berza.

Relleno: Cuando está el cocido hecho, se aparta un poco de tocino. Se bate un huevo y se añade el tocino que hemos apartado muy picado. Se añade pan rayado hasta que queda como una croqueta y se fríe.

Con el caldo que ha sobrado, se hace la sopa de fideos.

Recuerdos... Receta que gustaba mucho en casa.

Cocido castellano

Autor: Residentes de la Fundación Raudense de la 3ª edad de Roa (Burgos)

Ingredientes

- ✓ Garbanzos
- ✓ Fideo de sopa
- ✓ Berza
- ✓ Agua
- ✓ Huesos de espinazo adobados del cerdo (matanza)
- ✓ Carne de novillo (morcillo, rodilla)
- ✓ Gallina
- ✓ Botagueña: chorizo con más grasa
- ✓ Tocino
- ✓ Bola o relleno: huevos, tocino picadito, ajo, perejil machacado y pan rallado.
- ✓ Obispos: Huesos machacados de la matanza dentro de una tripa de morcilla bien atada que sirven para dar más gusto al cocido. Esto se hacía antiguamente.

Preparación

El cocido consiste en 3 primeros platos (sopa de cocido, berza y garbanzos) y un segundo plato (carne, bola, tocino y botagueña).

1. La sopa: se elabora después de haber hecho el cocido como una sopa normal, utilizando el caldo que sale de éste.
2. La berza: se cuece a parte y cuando está cocida se escurre el agua y se rehoga con un poco de aceite, unos ajillos en láminas, sal, pimentón y un chorrito de vinagre si gusta. A la hora de servirlo, hay a quien le gusta comer cada plato por separado y a quién le gusta en un mismo plato mezclarlos entre los tres primeros.
3. Los garbanzos y el segundo plato: se ponen en remojo los garbanzos la noche anterior. Por la mañana se escurren y se ponen en la parte de debajo de la olla. Encima se hecha todo lo demás: los huesos adobados, el resto de la carne, la botagueña, la bola y el tocino y se cubre con agua. Se cierra la olla y se deja cocer a fuego medio. Cuando sale el vapor, se baja el fuego un poco y se deja una media hora (o algo más depende de la olla).

Recuerdos...

Cocido castellano

Autor: Residentes de la Fundación Raudense de la 3ª edad de Roa (Burgos)

Ingredientes

Preparación

Listo para comer: se separan la carne y todo el segundo plato en una fuente y se sirven los garbanzos. Con el segundo plato hay una forma de comerlo si gusta: se pone pan (antes se tostaba en la chapa de la cocina) y se unta el tocino en el pan y encima se unta la bola y se ponen trocitos de carne y de chorizo, se come como un bocadillo.

¡¡ Está tremendo!!

4. Bola o relleno: se bate un huevo en un plato y se echa unos trocitos de tocino muy picadito, sal, ajo y perejil bien machacados y por último el pan rallado hasta que se hace una masa, se hace una bola con ella y se aplasta para freírla en la sartén hasta que se dore. Una vez frita se puede echar en la olla con los demás ingredientes.

La cantidad de los ingredientes depende de para cuantos sea el cocido. Se puede echar un hueso por persona, un trocito de tocino, un chorizo para dos y una bola, si es grande, para cada dos.

Recuerdos... Cocido típico de la zona de Roa (Burgos)

Fabada

Autora: Loli Jiménez (residente)

Ingredientes

- ✓ Faves
- ✓ Chorizo
- ✓ Morcilla
- ✓ Jamón entrevenado
- ✓ Tocino entrevenado
- ✓ Una rama o dos de perejil
- ✓ Chorrito de aceite
- ✓ 2 dientes de ajo
- ✓ sal

Preparación

Lo 1º tienen que ser las faves muy buenas, cuanto mejor es la calidad, mejor saben. Las de la parte de Lueca son las más finas. Se lavan muy bien y se ponen a mojar durante toda la noche sin poner nada en el agua.

Se ponen a cocer con el agua fría en el mismo agua que pusimos anoche.

Cuando empiezan a hervir se las asusta con agua fría para que paren (porque sino pueden callarse).

Se añade chorizo, morcilla, jamón, tocino, perejil, ajo picado y chorrito de aceite. Se cierra la olla (en la rápida al número 2) y se deja 1 hora.

Pasado el tiempo, se abre y se comprueba si está hecho. Si hace falta sal, se añade. El caldo debe de estar espeso. Si no está espeso, un truco es triturar algunas faves para que coja cuerpo, pero estando bien hecho no hace falta.

Recuerdos... Mi amiga Rosa de Asturias siempre me ha dicho que me sale mejor que a ella.

Judías verdes

Autor: Máximo Aparicio (residente)

Ingredientes

- ✓ Judías verdes
- ✓ Sal
- ✓ Aceite
- ✓ vinagre

Preparación

Lo primero que hay que hacer es lavar bien las judías. Después se quitan las hebras que tienen a los lados y las cortamos en trozos, no muy pequeños. Cada judía en tres o cuatro cachos.

En un puchero se ponen las judías con agua y sal y se dejan hasta que estén tiernas.

Una vez cocidas, se escurren y se añade aceite y vinagre.

Recuerdos... Solía hacer esta receta cuando vivía en casa con mi hermana Martina

Lentejas

Autora: Julia Mozo (residente)

Ingredientes

- ✓ Lentejas
- ✓ Cebolla
- ✓ Puerro
- ✓ Pimiento verde
- ✓ Aceite
- ✓ Hoja de laurel
- ✓ Sal
- ✓ Ajo
- ✓ Pimentón
- ✓ Harina
- ✓ Vinagre
- ✓ Perejil

Preparación

Se ponen las lentejas a remojo en agua templada toda la noche.

Al día siguiente se ponen las lentejas en una olla con agua (tres veces más de agua que de lentejas). Se añade el puerro, cebolla, pimiento verde, sal, hoja de laurel y un poco de aceite. Se dejan cocer más o menos tres cuartos de hora o cuando veamos que estén tiernas.

Por otro lado, en un mortero se echa ajo, aceite, pimentón, un poco de harina y vinagre. Esta mezcla se echa en las lentejas, se añade perejil y se deja cocer un momento y ya las tenemos.

Otras veces añadía costillas y un chorizo, pero éste siempre lo cocía aparte y luego lo añadía al guiso.

Recuerdos... Es una receta que siempre hacía en casa porque gustaba mucho. Me enseñó a hacerlas mi hermana Cándida.

Patatas a la importancia

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ Patatas
- ✓ Harina
- ✓ Huevo
- ✓ Sal
- ✓ Ajo picado
- ✓ Perejil picado
- ✓ Vinagre

Preparación

Se pelan las patatas y se parten en lonchas finas. Se salan y se rebozan en harina y huevo. Se fríen y se reservan.

En un mortero se maja sal, ajo, perejil, vinagre y agua. Si hace falta, se echa otro mortero de agua.

En una olla se meten las patatas y el majado y se calienta todo junto durante un cuarto de hora.

Recuerdos... Este receta me la enseñó Josefa. Era cocinera y cocinó para la boda de mi hermana Ernesta.

Patatas con bacalao

Autora: Nana Villazán (residente)

Ingredientes

- ✓ Patatas
- ✓ Bacalao
- ✓ Ajo
- ✓ Guindilla
- ✓ hoja de laurel
- ✓ Sal (si es necesario)

Preparación

El bacalao se tiene que poner a remojo uno o dos días antes. Hay que cambiar el agua mínimo dos veces.

Cocemos las patatas y reservamos (en trozos no muy grandes)

En una cazuela se pone aceite y metes el bacalao. Añades ajo, guindilla, el laurel, las patatas y un poco de agua. Dejar hervir todo junto, se añade sal si es necesario y ya está listo

Recuerdos... Esta receta está contada por Virgilia, hermana de Nana. Virgilia recuerda que a su hermana esta receta la salía muy rica. Cocinaba muy bien

Patatas con congrio

Autora: Fina Arias (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ Patatas
- ✓ Congrio
- ✓ Cebolla
- ✓ Pimiento verde
- ✓ Aceite
- ✓ Pimentón
- ✓ Hoja de laurel
- ✓ Sal

Preparación

Se ponen las patatas a cocer con cebolla y pimiento verde. Se añade el aceite, pimentón, hoja de laurel y cuando las patatas están a medio cocer se añade el congrio. Se echa sal a gusto

Recuerdos... Receta que nos gusta mucho en casa y suelo hacerla con frecuencia

Patatas huecas

Autora: M^a Fe García (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ Patatas
- ✓ 1 huevo
- ✓ Leche
- ✓ Harina
- ✓ Sal
- ✓ Jijas o carne picada (previamente arreglada y frita)
- ✓ Un poquito de bicarbonato o levadura

Preparación

Se cuece la patata con piel. Se pela y se pasa por el pasapuré. Se le agrega el huevo, la harina, el picadillo, la sal, el bicarbonato y se envuelve todo bien.

Después se fríe en abundante aceite muy caliente como si fueran buñuelos. Hay que probar, si al freir se aplastan, se añade un poco más de harina.

Espero que os guste

Recuerdos... Receta que me enseñó a hacer mi madre típica de mi familia y mi tierra, Salamanca

Potaje con arroz

Autora: Fina Arias (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ Garbanzos
- ✓ Sal gorda
- ✓ Hueso de jamón
- ✓ Trozo de jamón
- ✓ Tocino
- ✓ Arroz
- ✓ Pimentón
- ✓ Ajo
- ✓ aceite

Preparación

Se ponen los garbanzos a remojo el día antes con agua templada y un puñado de sal gorda.

Al día siguiente se ponen a cocer los garbanzos en agua templada. Se añade hueso de jamón, jamón o tocino para que estén más suaves y se dejan cocer.

Cuando veamos que les queda muy poco, se añade un puñado de arroz y se deja cocer hasta que el arroz esté hecho.

Para arreglar se añade pimentón, ajo, aceite y sal en crudo.

Recuerdos... Esta receta me la enseñó a hacer mi madre

Puerros de Sahagún a la parrilla

Autor: Residentes de la Fundación Hogar Residencia San José, Sahagún (león)

Ingredientes

- ✓ 1Kg de puerros de Sahagún

Para la salsa:

- ✓ Pimientos del piquillo
- ✓ Ajo
- ✓ Tomate frito
- ✓ Almendra molida
- ✓ Avellana molida
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Vinagre
- ✓ Piñones

Preparación

El producto estrella de los platos de Sahagún son los puerros, característicos por su blancura, ternura y un sabor especial que se lo deben al hecho de estar cultivados en los huertos regados por el río Cea, lo que marca su diferencia del resto.

Limpiar los puerros y cocerlos al vapor durante 10 minutos. En un mortero, machacar el ajo, el pimiento y los frutos secos, excepto los piñones. Mezclar todo en un bol, añadiendo el tomate frito y un chorro de aceite y vinagre. Añadir los piñones y mezclar bien.

Antes de servir, pasar los puerros por la plancha para que se doren un poco. Adornar el plato con una rodaja de tomate, pasado por la plancha.

La salsa se pone entre el hueco que queda entre los puerros.

Recuerdos...

En Sahagún se preparan los puerros de muchas maneras como pastel de puerro y gambas, puerros rellenos de jamón y queso, puerros a la vinagreta... de cualquier manera están deliciosos

Puré de verduras

Autora: Licinia Mato (residente)

Ingredientes

- ✓ Patatas
- ✓ Judías verdes
- ✓ Puerro
- ✓ Zanahoria
- ✓ Acelgas
- ✓ Calabaza
- ✓ Sal
- ✓ Aceite

Preparación

Se lava y pela toda la verdura, se pica en trozos más o menos iguales. En una cazuela se mete toda la verdura con agua y sal y se deja hasta que se haga.

Cuando está todo cocido se pasa por el pasapurés. Se va añadiendo agua a gusto. A mi no me gusta ni muy espeso ni muy líquido. Se añade un chorro de aceite

El caldo de cocer la verdura que sobre, lo utilizo de caldo para otros guisos

Recuerdos... Lo hacía muchas veces, tanto para comer como para cenar. Se pueden poner las verduras que se tenga en ese momento.

Sopa de ajo castellana

Autora: Rosario Díez (residente)

Ingredientes

- ✓ Pan duro
- ✓ Jamón serrano
- ✓ Huevo
- ✓ Ajo
- ✓ Sal
- ✓ Pimentón dulce

Preparación

Cortamos el pan en rebanadas, no ha trozos, sino en láminas. Ponemos una cazuela con sal y cuando hierva, echamos el pan. Se añade jamón serrano en trocitos y el huevo crudo y se mezcla bien.

En una sartén pones aceite y añades el ajo en láminas. Cuando estén bien doraditos, apagas el fuego y añades pimentón dulce. Mezclas todo, esperas que hierva y ya están listas.

Recuerdos...

Receta que hacía mi madre y nos la preparaba durante todo el invierno. Ella me enseñó a hacerla y yo la hacía cuando vivía en Madrid

Sopas tostadas

Autora: Crescencia Pérez (residente)

Ingredientes

- ✓ Pan duro
- ✓ Aceite
- ✓ Pimentón Okal
- ✓ Ajo
- ✓ Sal

Preparación

Se miga el pan y se pone en una cazuela de barro.

En un mortero se machaca el ajo y se añade sal, aceite y el pimentón. Este preparado se vuelca en la cazuela y se añade agua hasta cubrir el pan.

Se pone la cazuela en la lumbre y se deja hasta que veamos que se forme una costra. Se retira de la lumbre pero se deja arrimado para que no se enfríe.

Recuerdos... Estas sopas se las preparaba a mi marido Jacinto todas las mañanas, era lo que desayunaba. Se las llevaban dos chiquillos vecinos (Suco y Quiquín) al taller.



Segundos

Asadurilla estilo Sagrario García
Bacalao al ajo arriero
Bondejo
Carne con cerveza
Chicharros fritos
Conejo guisado
Congrio en salsa verde
Huevos fritos
Lechazo

Manillas de lechazo en salsa
Pastelitos de jamón
Pez de vaca
Pichones escabechados
Pollo asado
Pollo a la Florentina
Pollo al chilindrón
Tortilla de patata

Asadurilla estilo Sagrario García

Autora: Ana Vibot (familiar)

Ingredientes

- ✓ 10 patitas de lechazo
- ✓ 1 asadurilla
- ✓ 3 patatas medianas
- ✓ 1 cebolla
- ✓ 1 trozo pimiento verde
- ✓ Puerro
- ✓ 1 guindilla, ajo, cominos
- ✓ Sal, pimentón, laurel
- ✓ Vinagre
- ✓ Coñac

Preparación

Se cuecen las patinas en la olla con un ajo entero sin pelar, 1 puerro (yo lo meto en una bolsa de cocer), cominos al gusto y sal. Las cocemos una media hora (depende de la olla).

En una cazuela picamos la cebolla (no hace falta esmerarse en picarla porque luego la batiremos) y el pimiento. Lo rehogamos bien y lo sacamos para batirlo, añadiendo un poco de agua.

En el aceite de sofrito rehogamos las patatas y la asadurilla. Una vez rehogadas echamos una cucharada de pimentón, laurel, guindilla y lo del vaso de batir. El coñac, un buen chorro, sal y un poco de vinagre. Cuando casi estén cocidas las patatas echamos las patinas con agua de cocerlas, el agua al gusto, y se deja que cueza hasta que veáis que las patatas están al punto.

¡ y a disfrutar!

Recuerdos... Receta que elaboraba mi suegra sagrario Criado

Bacalao al ajo arriero

Autora: Pilar Pardo (residente)

Ingredientes

- ✓ Bacalao de Noruega
- ✓ Aceite
- ✓ Ajos
- ✓ Laurel
- ✓ Pimentón

Preparación

Se parte el bacalao en trozos. Para desalar se pone el bacalao en agua. Se le tiene 24 horas y se le cambia 3 veces el agua. Siempre con la cara del bacalao para abajo y la piel para arriba. Nos decían que de esta manera quedaba más suave.

En una cazuela se pone el bacalao con un poco de agua (que cubra en bacalao), se pone a hervir sin que hierva. Cuando hace “clock” se saca y lo escurrimos bien.

En una sartén con aceite se fríen bastantes ajos, el laurel y un poco de pimentón. Hecho esto, en la fuente que esté el bacalao, se reparte por encima y entonces es de un gusto superior comerlo.

Recuerdos... Esta receta me la enseñó mi madre y yo siempre la he hecho. Es un recuerdo de mi infancia.

Bondejo

Autora: M^a José González (trabajadora- familiar)

Ingredientes

- ✓ Estómago del cerdo
- ✓ Cáscara de naranja
- ✓ Oreja de cerdo cocida
- ✓ Lengua cocida
- ✓ Solomillo
- ✓ Picadillo
- ✓ Sal
- ✓ Pimentón
- ✓ Orégano
- ✓ Ajo machacado

Preparación

Se lava muy bien el estómago. Se le deja en agua con cáscara de naranja unos días. Se adoba y se deja en reposo unos días para que la tripa coja el sabor.

Por otro lado se parte en trozos la oreja, la lengua, el solomillo y el picadillo y se adoba también. Se deja unos días.

A los 4 o 5 días se rellena la tripa con todo esto por el agujero que se ha hecho para limpiar. Se cose la tripa. Se mete al horno hasta que esté hecho.

El adobo se hace mezclando sal, pimentón, orégano, ajo machacado y un poco de agua.

Para comerlo se parte en rodajas. En caliente o frío, de las dos maneras está espectacular.

Recuerdos... Típico en Herrín cuando se hacía la matanza.

Carne con cerveza

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ 1 kg. De carne (aguja o redondo)
- ✓ 1 kg de cebollas
- ✓ 1 botellín de cerveza
- ✓ 1 cuartillo (1/2 litro de agua) con una pastilla de estarlux diluida
- ✓ Perejil (bastante)
- ✓ Ajos
- ✓ Sal
- ✓ aceite

Preparación

Se pone aceite en una cazuela de horno. Pelamos las cebollas y las cortamos en rodajas gruesas y se van colocando en la cazuela cubriendo el fondo. Otra capa de carne (cortada en filetes).

Se pica ajo y se mezcla con perejil poniéndolos por toda la carne y un poquito de aceite.

Luego otra capa de cebolla, carne con ajo y perejil. Se puede hacer otra capa o dejarla así. Siempre terminar con carne, un poco de ajo, perejil y aceite.

Se agrega la cerveza y el agua

Se mete al horno 2 horas más o menos.

Recuerdos... Lo hacía muchas veces cuando nos juntábamos todos. En casa gustaba mucho.

Chicharros fritos

Autora: Lúcia de la Posada (residente)

Ingredientes

- ✓ Chicharro
- ✓ Aceite
- ✓ Harina
- ✓ Vinagre

Preparación

Limpiamos muy bien los chicharos, se lavan, se cortan en trozos y se salan.

En un plato se pone harina y se rebozan los trozos de pescado.

En una sartén con aceite caliente se fríen hasta que los trozos estén bien tostados.

En el aceite que sobra se echa un chorro de vinagre y se vierte sobre el pescado.

Recuerdos... Me encantaba comerlos.

Conejo guisado

Autora: Conchi Gordaliza (residente)

Ingredientes

- ✓ Conejo partido en trozos
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Cebolla
- ✓ Pimienta en grano
- ✓ Hoja de laurel
- ✓ Azafrán
- ✓ Ajos
- ✓ Pimientos morrones
- ✓ Sal

Preparación

Se trocea y se limpia muy bien el conejo. En una cazuela de pereruela se hecha aceite y se pocha cebolla picada en trozos.

Una vez pochada se añade el conejo para que se rehogue bien, añadimos pimienta en grano, hoja de laurel y azafrán (2 o 3 papelitas) y se tuesta también para que se “enteste”. En la lumbre se pone ajos enteros para que se vayan haciendo.

Cuando el conejo está dorado, se añade el agua, lo justo para cubrirlo o algo menos. Se añade sal, los ajos asados y pimientos morrones cortados en tiras. Se deja unos minutos para que el conejo coja todos los sabores.

Recuerdos

Receta que hacía mi madre Eusebia y que le gustaba mucho a mi marido Maurino. La solía hacer por ferias y el día de la Virgen de Fuentes. Siempre lo hacía en el horno de leña

Congrio en salsa verde

Autora: Julia Pardo (familiar)

Ingredientes

- ✓ Congrio abierto
- ✓ Cebolla
- ✓ Perejil
- ✓ Dientes de ajo
- ✓ Harina
- ✓ Aceite
- ✓ sal

Preparación

Se pasa el congrio por la sartén.

Se pica la cebolla muy menuda y se fríe en el aceite de freir el congrio. Cuando esté dorada la cebolla se pone una cucharada de harina y se dora un poco.

Mientras se machacan los ajos en el mortero con el perejil y un poco de agua, se añade a la cazuela de la cebolla y se mezcla.

Se pone el congrio y se cuece unos 10 minutos.

Recuerdos... Receta que hacía mi madre Eleuteria y que siempre ha gustado mucho a mi padre Fidencio.

Huevos fritos

Autor: Cándido Manzanares (residente)

Ingredientes

- ✓ Huevos
- ✓ Sal
- ✓ Aceite
- ✓ Pan

Preparación

En una sartén ponemos aceite a calentar, cuando esté el aceite hirviendo se echan los huevos, normalmente 2. Se les añade un poco de sal.

A mi el huevo me gusta poco hecho, que la yema esté viva. Una vez que están hechos, se pasa al plato y se comen con pan, mojando lo primero la yema.

Se pueden acompañar con un poco de queso o chorizo, lo que se tenga en ese momento por casa.

Recuerdos... Solía hacérmelos para cenar.

Lechazo

Autor: Residentes de la Fundación Raudense de la 3ª edad de Roa (Burgos)

Ingredientes

- ✓ Lechazo
- ✓ Sal
- ✓ agua

Preparación

En Roa se hace al horno. En un plato de barro se pone el lechazo con un poco de sal y un poco de agua en el plato y ya está. Se le da vuelta y a comer.
Se suele acompañar con una ensalada .

Recuerdos... Asado típico de Roa y comida obligada si comes en uno de sus restaurantes.

Manillas de lechazo en salsa

Autora: Elena Calvo (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ Manillas de lechazo
- ✓ Cebolla
- ✓ Aceite
- ✓ Sal
- ✓ Ajos
- ✓ Cominos molidos
- ✓ Harina
- ✓ Pimentón

Preparación

Se trocean las manillas y se ponen a cocer durante 30 minutos aproximadamente.

En una cazuela se pone a calentar el aceite y se pone la cebolla a pochar, cuando esté bien pochada se añaden las manillas previamente cocidas.

Se machaca un ajo con los cominos en el mortero, mientras se va rehogando en una sartén un poco de harina y pimentón cuando esté bien rehogado, se añaden los cominos con el ajo machacado y se añade también un poco de agua, se deja un poco hasta que los ingredientes se mezclen bien.

Se añade a la cazuela en la que tenemos las manillas y la cebolla se deja a fuego lento hasta que empiece a hervir, luego dejar 5 minutos más, apagar y tapar.

Dejar reposar cinco minutos y a servir!!!!

Recuerdos... Receta de mi abuela

Pastelitos de jamón

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ 50 gr. de jamón serrano
- ✓ Harina
- ✓ 1 vaso leche entera
- ✓ Perejil bien picado
- ✓ 1 ajo bien picado
- ✓ 1 huevo
- ✓ 1 cucharadita de levadura Royal
- ✓ Aceite

Preparación

Se mezcla la leche, el jamón, ajo, perejil, yema de huevo y la levadura. Se va añadiendo la harina poco a poco para que se mezcle bien, tiene que quedar como si fuese masa para hacer magdalenas.

Se bate la clara a punto de nieve y se integra también.

Se calienta una sartén con aceite y se va echando masa para freírlo. Yo lo suelo hacer con cucharitas.

Recuerdos... receta que hacía muchas veces y gustaba mucho en mi casa.

Pez de vaca

Autora: Trini Mozo (residente)

Ingredientes

- ✓ Pez (es como un solomillo de 1 kg más o menos)
- ✓ Harina
- ✓ Aceite
- ✓ Cebolla
- ✓ Pimientos
- ✓ Ajo
- ✓ Zanahoria
- ✓ 1 vaso de vino blanco
- ✓ Cuerda para atar

Preparación

Cogemos el pez y se le ata bien atado. Se le unta de harina y se rehoga en aceite. Es importante que se dore bien y no se pique para que no se marchen los jugos. Cuando esté rehogado se saca y se aparta.

Por otro lado, para hacer la salsa, se pocha cebolla, pimientos ajos y zanahoria. Cuando esté bien pochado se añade un vaso de vino blanco y otros dos de agua. Se mete el pez y se tiene que hacer con la salsa (en cazuela más o menos 2 horas al fuego mínimo). De vez en cuando hay que darlo la vuelta.

Una vez echa la carne, se saca y se deja enfriar para hacer filetes (se quita la cuerda y se hacen filetes al gusto de cada uno). Para terminar la salsa, se tritura, bien con la batidora o el pasapurés.

Recuerdos... Lo recomiendo. Muy rico.

Pichones escabechados

Autora: Pilar Pardo (residente)

Ingredientes

- ✓ Pichones
- ✓ Aceite
- ✓ Ajo
- ✓ Hojas de laurel

Preparación

Primero hay que ir a cazarlos. Nosotros como teníamos palomar, íbamos allí.

Hay que pelar los pichones, con la mano se pela muy bien. El siguiente paso es limpiarlos muy bien por dentro, quitarles las tripas. Que quede muy limpio por dentro porque sino la comida se estropea.

Se chamuscan al fuego. Se cortan las patas, media ala y la cabeza. Hay que quedar el cuello.

Se les fríe en una sartén a fuego lento y cuando están dorados se ponen en una olla o cazuela grande y alta. Se meten todos los pichones. Se cubren todos los pichones con aceite, hojas de laurel y ajos y a fuego suave se terminan de hacer.

Hay que conservarlos en este aceite y duran mucho tiempo.

Recuerdos...

Mi madre siempre tenía pichones escabechados en aceite. Cuando no había algo de comer, los sacaba.

Pollo asado

Autora: Ana Extremo (residente)

Ingredientes

- ✓ Pollo
- ✓ Aceite
- ✓ Pimiento
- ✓ Cebolla
- ✓ Patata
- ✓ Vino blanco
- ✓ Perejil
- ✓ Limón
- ✓ Sal

Preparación

Aunque el pollo ya suele venir limpio, siempre hay que quitarle algo, las grasas y alguna plumilla. Se limpia el pollo con un trapo limpio, no se moja. No se porque no se moja, mi madre me enseñó así.

En una fuente de horno ponemos aceite y añadimos los pimientos, la cebolla en trozos y las patatas en rodajas. Encima el pollo. Se sala y se echa vino blanco y perejil. Partimos en rodajas el limón y lo colocamos encima del pollo.

Cada poco hay que irlo dando vueltas para que no se queme ni se tueste. Cuando veamos que está dorado por todos los lados, ya está hecho

Recuerdos... Me enseñó a hacer el pollo mi madre, y yo lo hacía siempre tal como ella me dijo

Pollo a la florentina

Autor: Desi Criado (residente)

Ingredientes

- ✓ Pollo
- ✓ Ajo
- ✓ Cebolla
- ✓ Mantequilla
- ✓ Leche
- ✓ Harina
- ✓ Pimientos
- ✓ Huevos cocidos
- ✓ aceitunas

Preparación

Se trocea el pollo y se sacan los muslos, contramuslos, las alas y la pechuga. Se fríe en la sartén con ajos, cebolla picada y se ponen en una bandeja para luego ponerlo en el horno.

Se hace la bechamel con mantequilla, leche, sal y harina y se cubre el pollo con la bechamel.

Se fríen los pimientos cortándolos en tiras. Se parten en rodajas los huevos cocidos y se ponen encima de la bechamel junto con unas aceitunas y los pimientos para decorar.

Se mete al horno una media hora más o menos y ya está.

Recuerdos... Receta que escuché a Arguiñano y me gustó. En casa la hacía muchas veces.

Pollo al chilindrón

Autora: Rosario Díez (residente)

Ingredientes

- ✓ Pollo
- ✓ Aceite de Oliva
- ✓ Cebolla
- ✓ Zanahoria
- ✓ Berenjena
- ✓ Pimiento verde
- ✓ Pimiento rojo
- ✓ Ajo
- ✓ Sal
- ✓ Pimienta
- ✓ Vino blanco
- ✓ Albahaca

Preparación

Se parte el pollo en trozos y se limpia muy bien. Se pica cebolla, zanahoria, berenjena, pimiento verde, pimiento rojo y se pocha en una cazuela con aceite.

Cuando está bien pochado, se añade el pollo, ajo machacado, sal, pimienta y el vino blanco.

Se pone la tapa y a fuego suave se va haciendo.

Si hace falta se añade agua. Casi al final se añade un poco de albahaca..

Recuerdos... Receta que me hacía mi madre, yo la aprendí y se la he enseñado a mi hija Juani.

Tortilla de patata

Autora: Matilde Alonso (residente)

Ingredientes

- ✓ Patatas
- ✓ Huevos
- ✓ Puerro
- ✓ Sal
- ✓ Aceite

Preparación

Mondas la patatas. Se parten en trozos más o menos iguales.

Se picaba puerro muy pequeñito. En una sartén con aceite se fríe la patata y el puerro a fuego suave. Se reserva.

Se baten los huevos, se añade sal y se echa la patata y el puerro.

En la misma sartén que se fríe las patatas, se quita un poco de aceite y se echa el huevo. Se pone a fuego suave. Para dar la vuelta a la tortilla, se coge un plato grande, que cubra toda la sartén y se da la vuelta. Se vuelve a echar a la sartén y se deja que se termine.

Yo solía acompañar la tortilla con una ensalada de tomate, pepino, cebolla... como tenía una huerta, comíamos lo que había. La ensalada la aliñaba con aceite y sal.

Recuerdos... Yo solía hacer recetas sencillas porque nunca tenía tiempo de cocinar



Postres

Abisinios
Arroz con leche
Bollo de la virgen
Bollos de aceite
Buñuelos
Caramelos
Churros
Dulce de carnaval
Flan de huevo
Galletas de hierro
Galletas de rayas

Huevos fritos
Leche acerezada
Leche frita
Magdalenas
Magdalenas de leche
Natillas
Pastas caseras
Quesada
Rosquillas fritas
Trufas

Abisinios

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ Un cuartillo de leche entera(½ litro)
- ✓ Una papeleta de flan
- ✓ Un poco de bicarbonato
- ✓ Harina hasta que esté más dura que para hacer mariquitas
- ✓ Aceite para freir
- ✓ azúcar

Preparación

Se mezclan muy bien todos los ingredientes.

Se pone en una sartén aceite y cuando esté caliente se va echando la masa.

Para hacer los abisinios, se coge la masa con una cuchara y se añade al aceite.

Se prepara un plato con papel para que escurra el aceite y cuando se saquen se echa azúcar por encima.

Una vez fríos se rellenan de crema pastelera

Recuerdos... Salen muy ricos. Yo antes los hacía mucho y nos encantaban.

Arroz con leche

Autora: Carmen Fonseca (residente)

Ingredientes

- ✓ Leche
- ✓ Azúcar
- ✓ Arroz
- ✓ Canela

Preparación

En la lumbre en un cazo se echa la leche y el azúcar.

Cuando empieza a hervir se añade el arroz. Con una cuchara de madera hay que dar vueltas todo el rato para que no se pegue. Se sabe que está hecho cuando el grano de arroz está blando.

Se vuelca en un cuenco y se añade canela por encima.

Recuerdos... Me enseñó a hacerlo mi abuela cuando era pequeña.

Bollo de la Virgen

Autor: Receta popular de Villalón

Ingredientes

Masa:

- ✓ 10 yemas de huevo
- ✓ 2 huevos enteros
- ✓ 1 kg de azúcar
- ✓ 1 kg de manteca
- ✓ Esencia de limón o aguardiente (1/2 taza de café)
- ✓ Harina (la que admita)

Decorar:

- ✓ Clara batida
- ✓ Mezcla de azúcar y canela

Preparación

Se mezclan todos los ingredientes de la masa hasta formar una bola homogénea.

Se divide la masa en porciones y se da la forma ovalada característica de estos bollos. Con los dedos, vamos aplastando los bordes para que nos queden formas onduladas.

Se pintan los bollos con clara batida por encima y se espolvorean con azúcar y canela

Se meten los bollos con el horno precalentado hasta que se doren al gusto.

Recuerdos... Bollos que se preparan el día de la Virgen de Fuentes. En cada familia puede haber diferentes versiones, con esencia de limón, aguardiente o nada. Ésta en concreto nos la ha proporcionado Ana Alfajeme.

Bollos de aceite

Autora: Teodora García (residente)

Ingredientes

- ✓ Manteca
- ✓ Aguardiente
- ✓ Azúcar
- ✓ Aceite
- ✓ Harina

Preparación

Se mezcla todo bien y se amasa.

Se estira la masa y se hacen la forma de los bollos con moldes.

Se meten al horno hasta que estén cocidos.

Se le pone azúcar por encima.

Antes como no teníamos horno, lo hacíamos en unas cazuelas que poníamos en el butano.

Su nieto Roberto tiene un blog de cocina donde aparecen estos bollos y muchas otras recetas. No dejéis de visitarlo. Os dejo el enlace <http://lacocinadivertida.com/2013/01/11/bollos-de-aceite-de-la-abuela/>

Recuerdos... En mi casa gustaban mucho.

Buñuelos

Autora: Begoña Vega (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ ½ litro de agua
- ✓ 150 gr. de manteca
- ✓ 350 gr. de harina
- ✓ 100 gr. de azúcar
- ✓ De 6 a 8 huevos (depende del tamaño)
- ✓ Una pizca de sal
- ✓ Aceite para freir
- ✓ Azúcar y canela para poner por encima de los buñuelos

Preparación

Preparar la masa con el agua, manteca, harina, azúcar y la sal. Ir incorporando poco a poco los huevos (incorporar cuando el anterior ya esté absorbido)

Poner en una cazuela aceite (bastante), mejor si la cazuela es honda.

Con la masa hacer los buñuelos con dos cucharillas e irlos incorporando al aceite. Tapar la cazuela porque tienen que estallar (para ahuecarse por dentro), bajar el fuego al mínimo hasta que se doren.

Echar por encima la mezcla de azúcar y canela.

Estos serían los buñuelos básicos. En mi casa los solemos rellenar con una crema pastelera.

Recuerdos... Receta que elaboramos por los Santos todos los años en mi casa.

Caramelos

Autora: M^a José de La Puente (trabajadora- familiar)

Ingredientes

- ✓ Azúcar
- ✓ Aceite

Preparación

Se deshace el azúcar en el fuego suave hasta que coja el color tostado.

Se extiende el aceite sobre una superficie de mármol. Se echa gotas con el cazo y ya está
Enseguida endurecen y listos para comer.

Recuerdos... Nos los hacía mi madre Victorina Prieto siempre que elaboraba un flan.

Churros

Autora: Olvido Moratinos (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ Agua
- ✓ Harina (misma cantidad que de agua)
- ✓ Sal
- ✓ Aceite
- ✓ Azúcar

Preparación

Se pone a hervir el agua con unos granos de sal. Cuando rompe a hervir se retira del fuego y se añade la harina. Mezclamos bien.

La masa que queda se mete en la churrera y se fríe en abundante aceite, se colocan en una fuente y se espolvorean con azúcar.

Recuerdos... Recuerdo cuando los Domingos por la mañana nos lo preparaba mi madre con chocolate para desayunar.

Dulce de carnaval

Autor: Francisco Javier Herrera (trabajador)

Ingredientes

- ✓ Polvorones o mantecados
- ✓ Cabello de ángel
- ✓ Bizcochos de soletilla
- ✓ Natillas
- ✓ Azúcar glass
- ✓ Canela en polvo

Preparación

En una fuente se extiende una capa de polvorones o mantecados bien machacados. Se añade una capa de cabello de ángel, otra capa de bizcochos de soletilla y una capa de natillas bien espesas.

Volvemos a repetir las capas: polvorones machacados, cabello de ángel, natillas y terminamos con otra capa de polvorones.

Para terminar hay que decorarla con una flor de granada (que la haremos con una plantilla de papel). Cubrimos de canela en polvo todo el dulce. Ponemos encima la plantilla de la granada y espolvoreamos con azúcar glass. Retiramos la plantilla y ya está listo.

Recuerdos... Dulce típico de Granada que hace mi madre en carnavales.

Flan de huevo

Autora: Trini Mozo (residente)

Ingredientes

- ✓ 1 huevo
- ✓ 3 yemas
- ✓ ½ litro de leche
- ✓ 5 Cd de azúcar

Caramelo:

- ✓ Azúcar

Preparación

Se bate, bien batido, el huevo y las yemas y se hecha el azúcar y la leche. Se reserva.

A fuego lento se pone el molde con el azúcar para que se haga el caramelo.

Una vez que tenemos el caramelo, se hecha la mezcla que teníamos reservada y se pone al baño maría (se pone la olla con agua y dentro el molde). Es importante que no entre agua dentro. Con 5 minutos en la olla exprés es suficiente.

Para saber si está hecho, se mete una aguja de hacer punto y si sale limpio, es que está listo.

Recuerdos... Receta sencilla pero muy rica

Galletas de hierro

Autor: Residentes de la Fundación Hogar Residencia San José, Sahagún (león)

Ingredientes

- ✓ ½ Kilo de mantequilla.
- ✓ ½ Docena de huevos y una yema más.
- ✓ 600 grs. de azúcar.
- ✓ 1 Papeleta de vainilla.
- ✓ Harina, la que admita (que no quede muy dura la masa aproximadamente 1.500 grs.)

Preparación

Se derrite la mantequilla. Cuando se enfríe un poco le añadimos los huevos batidos con el azúcar y la vainilla. A continuación le ponemos la harina que admita hasta que la masa no se pegue a las manos. Se deja reposar unas horas, tapando la masa con un paño.

Se hacen bolas pequeñas de masa y se ponen al fuego entre las placas de hierro una vez calientes. Pasados unos minutos abrimos el hierro y sacamos las galletas. Continuamos así hasta que terminamos con la masa.

Recuerdos...

Galletas típicas de Sahagún que se pueden encontrar en las pastelerías y panaderías del pueblo. Se hacen con unos hierros forjados que antiguamente hacían los herreros. Solían tener forma de flor. Ahora lo hacen con las máquinas de hacer los cucuruchos para los helados.

Galletas de rayas

Autor: Roberto del Rey (familiar)

Ingredientes

- ✓ Un tazón de manteca
- ✓ Un tazón de azúcar
- ✓ 125 grs. De leche entera (he usado nata)
- ✓ 450 grs. De harina

Preparación

1. Mezclamos con las manos la manteca, que estará en pomada, con el azúcar.
2. Una vez unido añadimos la leche (he usado nata porque la leche actual, aunque sea entera, no es como la que se usaba antes, mucho más parecida a la nata). Mezclamos.
3. Añadimos la harina de dos veces y amasamos hasta formar una bola lisa. Dejamos reposar una hora.
4. Vamos introduciendo la masa en la máquina de picar con el accesorio para las galletas. Nos saldrá una tira de masa con las marcas rayadas. Con unas tijeras cortamos a unos 6 o 7 cm y colocamos sobre una bandeja de horno.
5. Horneamos a 180° durante 10 minutos, hasta que estén doradas a nuestro gusto.

Estas galletas también se llaman “de máquina”, pues se hacen con un accesorio que se coloca en la salida de la máquina de picar la carne para los chorizos. Este accesorio se solía pedir a un herrero y seguro que se mantiene en algunos hogares de nuestra zona.

Recuerdos...

Son unas de las galletas que recuerdo con mayor cariño de mi niñez. Las hacía mi abuela Teodora y estaban realmente deliciosas, de hecho, si tuviese que elegir mis galletas preferidas serían esas. Hace muchos años que no las como, y mi abuela no recuerda bien cómo se hacían, por lo que he buscado para dar con la receta lo más parecida posible a la original

Huevos fritos

Autora: Jovita Merino (residente)

Ingredientes

- ✓ Leche
- ✓ Azúcar
- ✓ Yemas de huevo
- ✓ Maizena
- ✓ Melocotones en almíbar

Preparación

Son unas natillas con medio melocotón en almíbar. Se llama así porque imita a un huevo.

Para hacer las natillas, se pone a calentar la leche con el azúcar. Se añaden las yemas batidas y cuando hierva un poco se añade la Maizena. No se puede parar de remover para que no se pegue. Cuando espese, ya están listas.

Se ponen las natillas en un plato de ración y encima se añade una media mitad de melocotón en almíbar y se pone boca abajo.

Recuerdos... Me ha venido a la mente esta receta, que la vi en un libro de cocina.

Leche acerezada

Autor: Félix Barrientos (residente)

Ingredientes

- ✓ 1 litro de leche
- ✓ 4- 5 cucharadas de azúcar
- ✓ 1 sobre de cuajada
- ✓ Canela a gusto

Preparación

Se pone la leche en el fuego junto con el azúcar. Cuando va a hervir se hecha el sobre de cuajada y se deja que hierva un poco y se retira. Hay que estar removiendo todo el rato para que no se pegue.

Se pasa a una cazuelilla para que enfría y se echa canela por encima.

Se mete en el frigo hasta que se vaya a comer.

Recuerdos... Un postre sencillo que solía hacer de vez en cuando.

Leche frita

Autora : Begoña Vega (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ 1 cuartillo de leche (1/2 litro)
- ✓ 2 yemas de huevo
- ✓ 2 Cd de Maizena
- ✓ 2 Cd de harina
- ✓ 4 Cd de azúcar
- ✓ Ralladura de limón
- ✓ Pan rallado
- ✓ Claras
- ✓ Azúcar y canela

Preparación

Se separa un poco de leche en un bol y el resto se pone a hervir con la ralladura de limón.

Se baten las yemas con el azúcar, la leche del bol que habíamos separado, la harina y la Maizena.

Antes de que empiece a hervir la leche, se añade el resto y cuando rompe a hervir se separa del fuego y se coloca en una fuente extendida y se deja enfriar.

Una vez frío, se corta en dados y se reboza con pan rallado y las claras. Se espolvorea con azúcar y canela ¡ y buen provecho!

Recuerdos... Receta que nos preparaba mi madre de postre muchos Domingos.

Magdalenas

Autora: Begoña Vega (trabajadora)

Ingredientes

Para 1 tanda (unas 140 uds.)

- ✓ 24 huevos
- ✓ 1 kg harina
- ✓ 1 kg azúcar
- ✓ 1 litro aceite
- ✓ 2 papeletas levadura Royal
- ✓ 1 limón (exprimido)
- ✓ Moldes de magdalenas

Preparación

Batir los huevos con el azúcar y el aceite. Cuando esté todo integrado, se va echando la harina poco a poco (mejor tamizada).

Añadir la levadura, el zumo del limón y seguir mezclando.

Encender el horno a temperatura alta. Mientras coge calor, ir separando los moldes de las magdalenas y ponerlas en la bandeja del horno.

Rellenar con la masa más o menos el 75% del molde.

Meter al horno y cuando hayan subido, bajar la temperatura. Cuando veamos que están doradas a nuestro gusto, las sacamos.

Recuerdos... Receta que ya elaboraba mi bisabuela Julia y hoy en día seguimos haciéndolas en casa.

Magdalenas de leche

Autor: Justo Pérez (familiar)

Ingredientes

- ✓ ½ litro de aceite (un cuartillo)
- ✓ ½ kg de azúcar
- ✓ 6 huevos
- ✓ ½ kg de harina
- ✓ ¼ litro de leche
- ✓ un poco de aguardiente
- ✓ ½ sobre de levadura

Preparación

- Batir los huevos
- Echar el azúcar
- Aceite, leche
- Harina y levadura
- En reposo
- Al horno hasta dorar

Recuerdos... Son las Magdalenas que nos hacía mi madre Lorenza Alonso.

Natillas

Autora: Olvido Moratinos (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ 1 litro de leche
- ✓ 7 yemas de huevo
- ✓ 8 cucharadas de azúcar
- ✓ Canela en rama
- ✓ Cáscara de limón
- ✓ Esencia de vainilla
- ✓ Galletas María
- ✓ Canela en polvo

Preparación

Separar un poco de leche y poner el resto al fuego.

Batir las yemas con el azúcar, añadir el poco de leche que hemos separado.

Cuando la leche esté caliente, mezclar y remover hasta que espese sin que llegue a hervir (Se puede añadir a la leche que vamos a calentar, canela en rama, cáscara de limón y esencia de vainilla)

Cuando han espesado, poner en recipientes de postre con una galleta María encima y espolvorear canela en polvo.

Recuerdos... Receta que me enseñó mi madre

Pastas caseras

Autora: Julia Mozo (residente)

Ingredientes

- ✓ ½ Kg. manteca
- ✓ 1 kg harina
- ✓ ½ Kg azúcar
- ✓ 9 yemas
- ✓ 1 huevo entero
- ✓ 2 papeletas levadura Royal
- ✓ Bicarbonato (1/2 ct)
- ✓ Esencia de canela y limón (mezclado)

- ✓ 9 claras
- ✓ Azúcar
- ✓ Almendras tostadas molidas

Preparación

Se mezcla las yemas, la manteca, el huevo y el azúcar y se bate todo muy bien. A continuación se va echando la harina poco a poco y se añade la esencia, la levadura y el bicarbonato y se termina de amasar.

Se pasa la masa a una mesa enharinada y se trabaja hasta que esté bien.

Se estira y se va cortando con moldes. Yo tenía estrellas, corazones, círculos.. pero si no se tiene se pueden hacer con un vaso.

Se untan las pastas con clara, azúcar y las almendras por encima.

Se meten en el horno precalentado y las tenemos hasta que se vean doradas. La temperatura y el tiempo depende de cada horno.

Recuerdos... Son las que más gustaban a mis hermanos y sobrinos. Me enseñó a hacerlas mi hermana Cándida.

Quesada

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ 2 huevos
- ✓ 1 yogur
- ✓ 2 medidas del yogur de harina
- ✓ 4 medidas del yogur de leche
- ✓ 80 gr. De mantequilla
- ✓ 1 sobre de levadura royal
- ✓ Raspadura de limón

- ✓ Mantequilla para engrasar el molde

Preparación

Se bate todo bien con la batidora. Lo echas en un molde engrasado con mantequilla y al horno.

Recuerdos... Receta muy fácil de hacer y muy rica.

Rosquillas fritas

Autora: Julia Pardo (familiar)

Ingredientes

- ✓ 2 huevos
- ✓ 4 cucharadas de azúcar
- ✓ 1 cascarón de aceite frita
- ✓ 1 cascarón de aceite cruda
- ✓ 1 copa de anís
- ✓ 1 cucharadita de bicarbonato
- ✓ Cáscara de limón
- ✓ harina

Preparación

Se baten los huevos con el azúcar, luego se pone el cascarón de aceite cruda y el bicarbonato.

Se calienta el cascarón de aceite frita en la sartén, se pone la cáscara de limón y el anís y se añade todo en la masa.

Se va poniendo la harina hasta que quede espesa la masa, pero no dura, flexible.

Se calienta el aceite y se van haciendo y friendo las rosquillas, se espolvorean de azúcar.

Recuerdos... Receta que preparaba mi madre Eleuteria (mujer de Fidencio). Solía prepararlas en grandes cantidades junto con magdalenas y pastas.

Trufas

Autora: Pilar del Campo (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ 2 tabletas de chocolate valor
- ✓ 1 bote de leche condensada
- ✓ 80 gr. De mantequilla
- ✓ 1 chorrito de anís
- ✓ Fideos de chocolate

Preparación

Deshacer el chocolate al baño maría y echar la leche condensada, la mantequilla y el anís.

Cuando esté todo derretido y frío, se hacen bolitas y se rebozan de fideos de chocolate.
¡¡Y ya tenemos el postre!!

Recuerdos... Receta que hace mi madre



Varios

Chanfaina
Chichurro
Chorizo de matanza
Dulce de ciruela
Dulce de membrillo
Limonada
Pan
Queso de cincho
Queso de pata de mulo
Tomates (como conservarlos)

Chanfaina

Autora: Elena Calvo (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ Sadurilla de lechazo
- ✓ Sangre cocida
- ✓ Aceite
- ✓ Cebolla
- ✓ Pimiento verde
- ✓ Pimentón
- ✓ 2 cayenas (opcional)

Preparación

La chanfaina es la sangre cocida del lechazo.

Se trocean la sadurilla y la sangre cocida en trozos pequeños. En una cazuela se echa el aceite y cuando esté caliente se añade la cebolla y el pimiento verde. Cuando esté bien pochado se añade la sadurilla y cuando esté todo bien rehogado se echa la sangrecilla, remover y a fuego lento. Se sala y añadimos el pimentón (una cucharadita) y agua hasta cubrir todo.

Se deja hervir a fuego lento hasta que la Sadurilla esté al gusto. Dejar reposar un poco antes de servir.

Como buen acompañamiento se podrían añadir unas patatas partidas en cuadraditos siempre antes de añadir el agua y habiéndolas dejado coger el gusto de los ingredientes de la cazuela.

Recuerdos... Receta de mi abuela, que, “como buena abuela”, lo sigue haciendo cada vez que hacemos matanza año tras año.

Chichurro

Autora: Elena Calvo (trabajadora)

Ingredientes

- ✓ Cebollas mondongueras
- ✓ Manteca de cerdo
- ✓ Sangre de cerdo
- ✓ Pimentón
- ✓ Cominos
- ✓ Clavos
- ✓ Canela
- ✓ Arroz cocido

Preparación

Se pica la cebolla muy menuda.

En una sartén grande se pone la manteca partida en tacos no muy grandes, cuando esté caliente se añade la cebolla poco a poco.

Cuando está pochada, se van añadiendo las especias y cuando la cebolla esté bien pasada se añade un poco de arroz cocido y se remueve al tiempo que se va echando la sangrecilla muy poco a poco y sin dejar de remover.

En una sartén se pone aceite (cuanto más aceite, más jugoso queda) a calentar y cuando esté, se añade a la mezcla anterior. Dejar a fuego lento hasta que quede al gusto. Dejar reposar durante media hora y a disfrutar comiendo!!

Recuerdos... Receta de mi abuela. Ella siempre dice que el buen guiso está en el buen rehogado, mucha paciencia y el doble de cariño.

Chorizo de matanza

Autor: Félix Barrientos (residente)

Ingredientes

- ✓ Carne picada de cerdo
Por cada kilo de carne (más o menos):
- ✓ 10 gr. de sal
- ✓ 50 gr. de orégano
- ✓ Un puñado de ajos
- ✓ 25 gr. de pimentón de okal

- ✓ Tripas de cerdo
- ✓ Sal

Preparación

Se pica la carne del cerdo y se echa en un barreño. Se añade la sal, orégano, ajos y pimentón.

Se mezcla todo. Se cubre con pimentón por arriba para que se ventee y se deja reposar toda la noche. Al día siguiente se remueve todo otra vez y se vuelve a dejar reposar con pimentón por encima.

Se lavan muy bien las tripas del cerdo y se raspan para sacar la camisa. En un recipiente de agua con sal se dejan las tripas para que se blanqueen y se quiten el mal olor

Se mete el picadillo en la máquina y se iban llenando las tripas. Se atan y se hacen chorizos o longanizas y se pican con una aguja para que salga el aire. Se sacan al patio o se dejan en el hornillo (depende del tiempo que haga) para que se curen.

Recuerdos... Cuando se hacía la matanza en casa, estábamos 2 o 3 días sin ir al colegio. El maestro nos daba permiso.

Dulce de ciruela

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ Ciruelas
- ✓ azúcar

Preparación

Se lavan bien las ciruelas. A mi me gustan gorditas, con carne.
Se pesan y por cada Kg de ciruelas se añaden 600 gr. de azúcar.

Se echa todo en la cazuela a fuego muy lento y se revuelve continuamente hasta que estén doraditas.

Recuerdos... Receta de mi madre. A mi tía Eugenia siempre la han quedado enteras, pero a mi me gustan algo abiertas.

Dulce de membrillo

Autora: Josefa Sánchez (residente)

Ingredientes

- ✓ membrillos
- ✓ azúcar

Preparación

Se limpian bien y se lavan. Se parten en trocitos muy pequeños y se quitan las semillas.

Se los echa en la cazuela y ahora se echa la mitad de peso de azúcar.

Se mezcla muy bien y se pone al fuego y despacito, despacito hasta que esté dorado.

Cuando esté dorado, se añaden unas gotas de limón para que no se ennegrezcan. Se mete en la batidora y se tritura bien.

Se pone en tuppers. Con un plástico de papel film se pega bien al dulce de membrillo y encima se tapa.

El papel film se pone para que no se ponga mohoso.

Recuerdos... Receta de mi madre. Yo no añado las gotas de limón, pero mi hija si.

Limonada

Autor: Centro Asistencial San Roque

Ingredientes

- ✓ 16 litros de vino clarete
- ✓ 3 kg de azúcar
- ✓ 1 canela en rama
- ✓ 3 litros de agua
- ✓ 4 limones (cáscara fina picada dos días antes en agua)
- ✓ Pulpa de limón

Preparación

Mezclar los ingredientes y dejar reposar. Mejor preparar de un día para otro y servirla muy fría.

Recuerdos... Receta que preparamos el día de San Roque y que nos la dio Goíto.

Pan

Autor: Justo Criado (residente)

Ingredientes

- ✓ 5 kg. Harina
- ✓ 1 litro y medio de agua un poco alegre
- ✓ 20 gr. De sal
- ✓ 20 gr. Levadura de panadería

Preparación

Se amasa con la amasadora, si no se tiene máquina, a mano. Se pasa la masa por un torno para afinarla.

Se parte en el peso que tu quieras hacer los panes, de 1/2 Kilo o de 1 Kg.

Se hacen las formas del pan (de ondas, de cordón, de llave..)

Se deja reposar el pan (depende del calor del sitio donde se haga, pero una hora y media como mínimo).

Se mete al horno y cuando esté dorado ya está listo.

Recuerdos... Trabajaba en la fábrica y yo era el encargado de dar la forma al pan.

Queso de cincho (1 de 2)

Autor: Félix Gómez (residente)

Ingredientes

- ✓ Leche de oveja
- ✓ Cuajo
- ✓ Agua
- ✓ Sal

Preparación

Se mantiene la leche caliente a unos 15 grados. Se añade el cuajo que es el estómago seco del lechazo (cuando se mata un lechazo se saca el estómago y se deja colgado para que se seque, aproximadamente un año)

Se echa la leche en una pota grande de 50 0 60 litros. Se añade el cuajo (partido en trocitos y limpio) y a la media hora o tres cuartos queda como un bloque.

Una vez que está cuajado, se vuelca en un tablero que tiene un canalón. Se tapa con paños secos y se empieza a calcar suave para que vaya saliendo el suero que caerá a una pota por el canalón.

A continuación se hecha en los cinchos (tira de hierba fuerte que se va enroscando haciendo la forma de queso) y se prensa bien para que termine de salir el suero.

Recuerdos...

Queso de cincho (2 de 2)

Autor: Félix Gómez (residente)

Ingredientes

Preparación

Se pone en una prensa (piedras que se ponen por encima para que se escurra todo) y se dejará unas 6- 8 horas.

Se hace la salmuera (agua con sal) para que se mantenga el queso dentro unos 6- 8 días.

Pasado esos días, se saca el queso y se colocan en tablas. Es importante mover el queso todos los días. Pasado unos días, ya se puede comer. Si los quieres más curados, se dejan más tiempo.

Recuerdos... Nos llevaba muchas horas a toda la familia hacerlo. Hasta que no acabábamos, no nos íbamos a la cama.

Queso de pata de mulo

Autor: Félix Gómez (residente)

Ingredientes

- ✓ Leche de oveja
- ✓ Cuajo
- ✓ Agua
- ✓ Sal

Preparación

Se mantiene la leche caliente a unos 15 grados. Se añade el cuajo que es el estómago seco del lechazo (cuando se mata un lechazo se saca el estómago y se deja colgado para que se seque, aproximadamente un año)

Se echa la leche en una pota grande de 50 O 60 litros. Se añade el cuajo (partido en trocitos y limpio) y a la media hora o tres cuartos queda como un bloque.

Una vez que está cuajado, se vuelca en un tablero que tiene un canalón. Se tapa con paños secos y se empieza a calcar suave para que vaya saliendo el suero que caerá a una pota por el canalón.

Se envuelve en paños, se aprieta bien y se va dando la forma del queso (normalmente rectangular- estrechos y largos). Se mete en salmuera (agua con sal durante 6- 8 días) para que coja la sal y cuando se saca, ya está listo para comer.

Recuerdos... Solíamos venderlo por Villalón y los pueblos de alrededor.

Tomates (como conservarlos)

Autora: Matilde Alonso (residente)

Ingredientes

- ✓ Tomates
- ✓ Sal
- ✓ Aceite

Preparación

Es importante que los tomates estén maduros y que no tengan rajaduras ni estén pasados. Tienen que estar sanos completamente porque si no se ponen con moho.

Se lavan bien y se meten en una olla. Se cubren de agua y se añade sal y aceite (generoso, que cubra toda la parte de arriba) Se tapa y se deja en este recipiente.

Cuando se vaya a hacer uso de ellos para algún guiso, se saca un tomate y se utiliza como si fuese fresco. De esta manera se conservan bastante tiempo.

Recuerdos... Esta receta la preparaba cuando llegaba la temporada en la huerta y nos juntábamos con muchos. De esta forma, teníamos tomates durante todo el año



Agradecimientos

A los **residentes**, sabéis que todo lo hacemos por y para vosotros. Gracias por compartir vuestros recuerdos y riqueza gastronómica.

A las **familias**, que desinteresadamente colaboráis en ésta y en muchas otras actividades. Nos consta que algunos habéis tenido que desempolvar recetas y libros de cocina e incluso nos las habéis traído cocinadas para que las probáramos.

A los **trabajadores**, que nunca nos falláis en todos los proyectos en los que nos embarcamos. Sin todos vosotros, esto sería imposible.

A la **dirección del centro**, que siempre nos apoya en todas nuestras ideas, por muy locas que a veces parezcan.

Y por último, un agradecimiento muy especial a **Elena y Laura** de Sahagún y Roa. Las tres nos hemos iniciado en este proyecto que nos está proporcionando muchos beneficios tanto a nivel profesional como personal. Espero que sigamos aprendiendo juntas y con la misma ilusión por muchos años.

Begoña
Trabajadora Social



c/ Ana M^a Janer, nº 1
47600 Villalón de Campos (Valladolid)

Telf..: 983 740 886 y 983 740 174

email: casanroque@yahoo.es

Página Web: www.residenciavillalon.es