

SABOREA

ALBATERA



RECETAS QUE MANTIENEN
LA TRADICIÓN



SABOREA

ALBATERA

PLATOS PRINCIPALES

RECETAS QUE MANTIENEN
LA TRADICIÓN



Caldo “colorao”

Arroz “clarico” de carne

Arroz de vigilia

Arroz con conejo y caracoles

Arroz con verduras y bacalao

Cocido con pelotas

Potaje

Migas

Habas hervidas

Mojete

Caldo "colorao"

INGREDIENTES

(6 personas)

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cabeza de ajos pelados
- 3 hebras de azafrán
- 200 g de bacalao en salazón
- 6 huevos
- 2 ñoras
- 1 kg de patatas peladas y cortadas en gajos
- 2 ramitas de perejil picado
- 1 tomate seco
- 2 o 3 granos de comino



ELABORACIÓN:

24 horas antes desalar el bacalao.

En una olla de boca ancha calentar el aceite para sofreír las ñoras, los ajos y el tomate seco y reservar. Poner en la olla el bacalao y las patatas, cubrir con agua y dejar cocer a fuego medio.

Depositar los ajos, ñoras, tomate seco, cominos y una pizca de sal en el vaso de la batidora y añadir un par de cazos del caldo de la olla para tritúralo todo. Verter en la olla el resultado de la picada. Aquí tomará el guiso su color característico. Añadir colorante (azafrán), perejil y rectificar de sal si es necesario. Seguir cociendo a fuego medio. Cuando las patatas estén cocidas añadiremos los huevos para que se escalfen y cuajen. Podemos servir en cazuela de barro.

TOQUE PERSONAL:

Se puede comprar el bacalao desalado y troceado listo para cocinar.

Tiempo de preparación 1h

Arroz "clarico" de carne

INGREDIENTES:

(6 personas)

2 muslos y 2 contramuslos de pollo
250 g de garreta de ternera
Un trozo de tocino magro
250 g de codillo de cerdo con el hueso
3 morcillas de cebolla
3 ramas de apio grande
12 yemas
2 zanahorias
1 patata pequeña por persona
1/2 taza de arroz bomba por persona
1 c/c de azafrán

ELABORACIÓN:

Primero, echamos en la olla todos los ingredientes menos el arroz y la patata, lo cubrimos de agua y añadimos sal.

Lo dejamos a fuego medio durante 1 hora y a continuación le echamos las patatas y el arroz. Dejándolo hervir al mismo fuego durante 30 minutos más. Cuando esté listo, servir.



TOQUE PERSONAL:

Se puede añadir limón al gusto para condimentar o hierbabuena.

Tiempo de preparación 1h 30min

Arroz de vigilia

INGREDIENTES:

(4 personas)

1 tomate
1/2 cebolla
Sal
Colorante
Laurel
1/2 vaso de arroz
1 patata
2 alcachofas
1 nabo
1 boniato
1 hoja de apio
1 puñado de acelgas
25 g de alubias carrilla "frisuelo"
25 g de alubias rojas
25 g de alubias
25 g de lentejas
6 judías verdes
50 g de cardos

ELABORACIÓN:

Sofríe tomate y cebolla con un poquito de sal. Echar a la olla las legumbres, ya puestas a remojo el día antes, las verduras y el sofrito. Cubrir de agua y añadir colorante y sal. Duración 20 minutos en olla exprés y 45 minutos en cazuela. Añadir el arroz y hervir 20 minutos aproximadamente, hasta que esté en su punto.



TOQUE PERSONAL:

El plato mejora si se deja reposar durante 5 minutos antes de servirlo.

Tiempo de preparación 1h

Arroz con conejo y caracoles

INGREDIENTES:

(6 personas)

1 conejo troceado
Aceite de oliva virgen extra
1 cabeza de ajo
1 pimiento rojo
300 g de tomate rallado
150 g de garbanzos
2 docenas de caracoles
3 litros de agua aproximadamente
Un poco de azafrán
700 g de arroz
Sal

ELABORACIÓN:

Troceamos el conejo, lo freímos con el aceite y el ajo. Añadimos pimiento troceado y lo freímos durante 2 minutos aproximadamente, reservamos. Añadimos el tomate rallado, cuando esté casi hecho, echamos los garbanzos, los caracoles y los dejamos hervir durante unos minutos. A continuación se echa el conejo y el ajo reservado a la paella, lo mezclamos y echamos el agua, lo hervimos durante 15 minutos. Añadimos el azafrán y el arroz, removemos, echamos el pimiento, la sal (al gusto) y lo dejamos hervir durante 10 minutos con el fuego fuerte. Terminamos con 10 minutos a fuego lento. Dejamos reposar antes de servir durante 5 minutos.

TOQUE PERSONAL:

Añadir unas ramitas de romero para darle un aroma especial.



Tiempo de preparación 1 h

Arroz con verduras y bacalao

INGREDIENTES:

(4 personas)

- 3 alcachofas
- 1 manojo de ajos tiernos
- 1 pimiento rojo
- 100 g de habas tiernas
- 1 tomate
- 100 g de bacalao desalado
- 400 g de arroz
- 1 pizca de azafrán
- 1 cucharadita de ñora picada
- 1 cucharadita de pimentón
- Aceite de oliva virgen extra



ELABORACIÓN:

En la paella, sofreír el bacalao y reservar. Sofreír la verdura previamente troceada, los ajos, la alcachofa, el pimiento y las habas. Añadir el pimentón, la ñora y el azafrán. Añadir el bacalao y el tomate rehogar todo junto, hasta que el tomate esté frito y todos los ingredientes integrados. Añadir el agua correspondiente, normalmente son dos partes de agua por una de arroz. Cuando rompa a hervir, añadir el arroz y cocer durante 20 minutos aproximadamente.

TOQUE PERSONAL:

La cantidad de verduras es opcional, pero a mayor cantidad de ajo tierno y alcachofa mejor sabor.

Tiempo de preparación 1h

Cocido con pelotas

INGREDIENTES:

(4- 6 personas)

300 g de garbanzos

6 patatas pequeñas

½ pollo, 1 pezuña de cerdo

1 hueso de ternera de tuétano

1 trozo de carne de ternera

1 trozo de carrillera de cerdo

Apio, zanahoria, chirivía y morcillas

Yemas de huevos

PARA LAS PELOTAS

Picadillo:

Pechuga (pollo), tocino (ternera)

Contramuslo (pavo)

Higaditos de pollo

Se mezcla todo con:

500 g de pan duro desmenuzado

3 huevos

Sal, perejil, apio y ajo

Se mezcla todo bien con el picadillo de la carne y con un poco de caldo del cocido y se hacen bolas que quepan en la mano.

ELABORACIÓN:

Ponemos toda la carne en la olla y hervimos, cuando comienza a hervir se debe retirar la espuma, y entonces se le añaden los garbanzos, las patatas y la verdura. Se echa sal, se cierra la olla exprés y se deja 45 minutos.

Para guisar las pelotas, se puede colar el caldo resultante del cocido y guisarlas en ese caldo, o echarlas en la misma olla donde está el cocido y dejar hervir otros 45 minutos en olla exprés.

TOQUE PERSONAL:

Añadir piñones a las pelotas. Si se hace sin olla exprés dejamos cocer el doble de tiempo.



Tiempo de preparación 2 h 30min

Potaje

INGREDIENTES:

(4 personas)

Sal
Agua
Aceite de oliva
2 patatas
1 tomate
Media cebolla
Judías verdes al gusto
Acelgas al gusto
1 zanahoria
4 dientes de ajo
Azafrán
1 hoja de laurel
400 g de garbanzos
100 g de habichuelas



ELABORACIÓN:

Cocemos en una olla los garbanzos y las habichuelas con el laurel y la patata, lo cubrimos con agua. Freímos en una sartén los ajos y reservamos. Preparamos el sofrito con la cebolla y el tomate rallado. Cuando esté todo pochado ponemos el pimentón. En un mortero añadimos los ajos fritos y los machacamos. Una vez tiernas las legumbres, añadimos el resto de ingredientes. Dejamos hervir durante 30 minutos en olla exprés (60 minutos en olla normal). Retiramos el guiso y dejamos reposar.

TOQUE PERSONAL:

Se puede cambiar el azafrán por el pimentón.

Tiempo de preparación 1h

Migas

INGREDIENTES:

(4 personas)

1 pan de kilo duro
250 g de salchichas
250 g de longaniza
250 g de panceta
250 g de ajos secos
3 o 4 ñoras secas
1 kilo de patatas
1/2 litro de aceite

ELABORACIÓN:

Se corta el pan duro en rebanadas y se moja con agua para que se blandee y se deja reposar. Se pone la sartén con el aceite y se fríen las ñoras, una vez fritas se retiran a un plato. Ponemos las patatas cortadas a dados junto con los ajos y cuando estén fritas se sacan de la sartén (tanto las patatas como los ajos). Seguidamente se fríe la longaniza, salchicha y panceta; cuando estos tres ingredientes estén dorados, se sacan también de la sartén. En el mismo aceite se echa el pan que teníamos a remojo. Se fríe el pan y cuando esté hecho (a gusto de cada uno), se añaden todos los ingredientes (salchicha, longaniza, panceta, patatas, ajos y las ñoras se rompen a trozos). Emplatamos y servimos.



TOQUE PERSONAL:

Podemos agregar unos granos de granada.

Tiempo de preparación 1h 30 min

Habas hervidas

INGREDIENTES:

(4 personas)

300 g de habas secas

3 ramitas de laurel

2 guindillas

Sal al gusto

Agua

Trozos de jamón



ELABORACIÓN:

Ponemos a remojo las habas 24h antes. En una cazuela, añadimos las habas previamente escurridas y cubrimos bien de agua. Agregamos el laurel, las guindillas y el jamón. Removemos y lo dejamos hervir durante dos horas comprobando que no le falte agua. En ése caso, añadiremos agua caliente. Cuando estén tiernas, agregaremos la sal al gusto, removeremos y dejaremos a fuego medio durante unos minutos. Retiraremos y serviremos.

TOQUE PERSONAL:

Se pueden utilizar habas frescas sin poner a remojo.

Tiempo de preparación 2 h

Mojete

INGREDIENTES:

(4 personas)

- 3 pimientos rojos
- 3 pimientos verdes
- 4 tomates
- 2 cebollas
- 3 berenjenas
- 1 diente de ajo (picado)



ELABORACIÓN:

Poner las verduras en una placa de horno y asarlas, entre 20 o 30 minutos. Sacar del horno y pelar. Trocear las verduras, poner en una fuente con un poco de aceite y sal. Para decorar añadir el ajo picado por encima.

TOQUE PERSONAL:

Se puede añadir bacalao desmenuzado (250 g) y ponerlo por encima.

Tiempo de preparación 20 min

SABOREA

ALBATERA

POSTRES

RECETAS QUE MANTIENEN
LA TRADICIÓN



Plato ligero
Almojábanas
Torrijas
Pan de San Antón
Tarta de queso y brevas
Bizcocho de higos secos
Pan de higo
Mermelada de higos
Helado de brevas
Granizado de granada

Plato ligero

INGREDIENTES:

(6 personas)

Mona, toña, bizcocho o magdalenas del día anterior

250 ml de almíbar (agua, canela, 2 cucharadas de miel y 1 cucharada de azúcar)

4 huevos

Azúcar

Chorrito de licor 43 al gusto



ELABORACIÓN:

Se pone en un plato mona troceada y se vierte el almíbar hasta dejarla bien empapada (chorrito de licor al gusto).

Se separan las yemas de las claras, se baten las yemas con dos cucharadas de azúcar. Se vierte sobre la mona.

Después, se montan las cuatro claras a punto de nieve con dos cucharadas de azúcar por cada clara y se ponen por encima cubriendo la mona, intentando, con la espátula, darle forma de montaña.

Seguidamente se mete al horno previamente calentado a 180°C durante 4 minutos o hasta que el merengue este dorado. Se saca del horno y se espolvorea con canela en polvo.

TOQUE PERSONAL:

Se puede sustituir el alcohol por chocolate, poniendo el chocolate en medio de la mona.

Tiempo de preparación 20 min

Almojobanas

INGREDIENTES:

(Para 9-10 raciones)

300 g harina

5 huevos medianos

100 ml aceite de oliva

275 ml de agua

1 cucharada de sal

Almíbar (50 ml de miel y 100 ml de agua)

ELABORACIÓN:

En un cazo calentamos el agua con el aceite y la sal hasta que hierva. Añadimos la harina y removemos hasta formar una masa que se despegue de las paredes del cazo. Pasamos la masa a un bol y dejamos reposar 5 minutos. Amasamos con unas varillas añadiendo los huevos uno a uno. Precalentamos el horno a 200°C. Ponemos la masa en varios círculos haciendo un agujero en el centro y lo horneamos unos 25 minutos a 200°C. Dejamos enfriar y las bañamos en almíbar. Para el almíbar ponemos en un cazo los 100 ml de agua, la miel y la calentamos suave, sin llegar a hervir.



TOQUE PERSONAL:

Le añadimos un poco de ralladura de limón en el almíbar.

Tiempo de preparación 45 min

Torrijas

INGREDIENTES:

(4 personas)

1 barra de pan del día anterior
Aceite para freír
2 huevos
2 varitas de canela en rama
2 cucharadas de azúcar
Piel de naranja
Piel de limón
Azúcar
Canela en polvo



ELABORACIÓN:

En una cazuela ponemos a hervir la leche con la canela en rama, un trozo de piel de naranja, un trozo de piel de limón y dos cucharadas de azúcar. Una vez hervido reservamos y dejamos enfriar. Cortamos la barra de pan en rodajas de dos centímetros de ancho y las ponemos en una fuente donde echaremos la leche previamente colada. Después, pieza a pieza de pan la rebozaremos en el huevo batido y freiremos por ambos lados, con abundante aceite. Una vez fritas se rebozarán en una mezcla de azúcar y canela.

TOQUE PERSONAL:

Añadir miel al gusto para darle un sabor especial.

Tiempo de preparación 1 h

Pan de San Antón

INGREDIENTES:

(2 panes)

100 g de azúcar

105 g de aceite de oliva

75 g de leche

75 g de agua

2 huevos

420 g de harina de fuerza

18 g de levadura fresca

Un chorrito de agua de azahar

Matalahúva al gusto

75 g de almendras picadas



ELABORACIÓN:

Mezclamos la leche con el agua y calentamos hasta alcanzar los 40°C, añadimos la levadura fresca a la mezcla, vertemos el agua de azahar y la matalahúva. Seguimos batiendo y sin dejar de remover, añadimos el aceite poco a poco y los huevos, hasta conseguir una crema homogénea, incorporamos el azúcar y seguimos batiendo. Añadimos poco a poco la harina a la mezcla sin dejar de batir hasta conseguir una masa homogénea. Ponemos en un recipiente hondo y dejamos reposar en un lugar que no tenga demasiada humedad durante 3 horas. Después, amasamos las porciones al tamaño que queramos (2 panes grandes ó 6 pequeños). Pintamos con huevo batido, espolvoreamos con azúcar ligeramente húmedo y con almendra picada. Meter en el horno durante 50 minutos a 180°C.

TOQUE PERSONAL:

Se puede decorar con otros frutos secos al gusto.

Tiempo de preparación 4 h

Tarta de queso y brevas

INGREDIENTES:

(8-10 raciones)

3 huevos
1 cucharada de esencia de vainilla
125 g de azúcar
700 g de queso crema
50 g de mantequilla
125 ml de nata
12 brevas maduras
100 g de galletas trituradas

ELABORACIÓN:

Precalentamos el horno a 180°C.
Ponemos papel de horno en la base de un molde de 18-20cm. Trituramos las galletas, las mezclamos con mantequilla fundida, las repartimos en la base del molde y las aplanamos con una cuchara. Refrigeramos la base. Separamos las yemas de las claras y batimos las claras a punto de nieve. A continuación, vamos añadiendo la vainilla, el azúcar y el queso. Por último, echamos la nata y removemos toda la mezcla. La masa obtenida la ponemos en el molde, encima de las galletas. Finalmente, repartimos las brevas cortadas en cuartos sobre la masa, horneamos 45 minutos y dejamos enfriar.



TOQUE PERSONAL:

Añadir trocitos de chocolate blanco a la mezcla de la nata para darle un toque más especial.

Tiempo de preparación 1 h 30 min

Bizcocho de higos secos

INGREDIENTES:

(8-10 personas)

300 g de higos sin pelar
troceados
3 huevos
1 sobre de levadura
250 g de harina de trigo
50 g de harina de almendra
200 g de azúcar
125 g de margarina
Mermelada de albaricoque



ELABORACIÓN:

Precalentamos el horno a 180°C. Ponemos papel de horno en la base de un molde rectangular. En un recipiente se baten los huevos y vamos añadiendo la levadura, la harina de trigo, la harina de almendra, el azúcar y la margarina. Una vez todo batido, añadimos los trocitos de higo seco. Vertemos la masa en el recipiente rectangular y la horneamos durante 45 minutos. Pinchar la masa para controlar el punto exacto de cocción. Lo sacamos del horno y agregamos mermelada de albaricoque por encima para darle brillo. Dejar enfriar y lista para degustar.

TOQUE PERSONAL:

En temporada de brevas, se pueden sustituir por los higos.

Tiempo de preparación 1 h

Pan de higo

INGREDIENTES:

(3 raciones)

200 g de higos secos

50 g de almendras

5 g matalahúva

50 g de harina



ELABORACIÓN:

Quitamos el rabito a los higos y los troceamos por la mitad. Hacemos una base con ellos (la parte interior de las semillas hacia arriba). Colocamos unas pocas almendras y matalahúva. Se repite el proceso de colocar los higos, las almendras y la matalahúva varias veces, hasta que consigamos el grosor que queremos. Para terminar, colocaremos la última capa de higos con la parte interior hacia abajo y lo prensaremos. Cuando esté ya prensado se le esparce la harina por toda la superficie y estaría listo para comer.

TOQUE PERSONAL:

Se puede usar mistela o licor de anís en lugar de la matalahúva.

Tiempo de preparación 15 min

Mermelada de higos

INGREDIENTES:

(4 botes 200 gr)

1 kg de higos

1 vaso de azúcar

1/2 limón exprimido

ELABORACIÓN:

Quitamos los rabitos y la parte de abajo de los higos y cortamos a trozos sin quitar la piel.

Ponemos en una cazuela los higos, el jugo del limón y el azúcar, calentamos a fuego medio y cuando hierva lo ponemos a fuego lento hasta que espese. Removemos de vez en cuando, para que no se pegue.

Para hacer la conserva ponemos la mermelada en tarros de cristal y hervimos al baño maría. Para ello, ponemos en un recipiente grande y profundo, con 1/3 de agua los tarros y calentamos el agua hasta hervir unos 30 minutos.



TOQUE PERSONAL:

La mermelada se puede hacer con brevas, sólo hay que añadir un poco más de azúcar al gusto hasta 500 g.

Tiempo de preparación 1h

Helado de brevas

INGREDIENTES:

(4 personas)

750 g de brevas
2 yogures griegos
1 yogur natural
75 g de azúcar
200 g nata líquida



ELABORACIÓN:

Lavamos las brevas y con un cuchillo le cortamos los extremos. Las picamos con una picadora o una licuadora y quedará una masa líquida y homogénea.

La pasamos a un bol, donde incorporamos el resto de ingredientes. La mezclamos bien con una espátula o lengüeta. Esta mezcla la ponemos un rato en el frigorífico.

Cuando esté fría la pasamos a la heladera y esperamos 20 minutos aproximadamente.

Después la metemos en el congelador en un táper cerrado y en un par de horas listo.

TOQUE PERSONAL:

Si no tenemos heladera, la pasamos directamente a un táper y la metemos en el congelador, removiéndola cada hora con un tenedor para que no cristalice.

Tiempo de preparación 2h 30min

Granizado de granada

INGREDIENTES:

(4-6 personas)

1 litro de zumo de granada

Mollar

1 limón

Granos de granada para
decorar

Un poco de azúcar

Unas hojas de hierbabuena



ELABORACIÓN:

Echamos el zumo de granada en un recipiente.

Añadimos unas gotitas de limón u otra fruta si queremos que tenga más sabor (por ejemplo, mandarina o naranja) y un poco de azúcar. Introducimos nuestra mezcla en el congelador durante una hora. Pasado ese tiempo, sacamos la mezcla y la removemos bien para volver a meterla en el congelador durante otra hora. Repetiremos el proceso una vez más. La dejamos fuera del congelador para que repose unos minutos antes de servir. Decoraremos con las hojas de hierbabuena y granos de granada.

TOQUE PERSONAL:

Se puede añadir un chorrito de alguna bebida alcohólica al gusto.

Tiempo de preparación 3h 20min

- SABOREA ALBATERA -



AYUNTAMIENTO
DE ALBATERA

Taller de empleo Virgen del Rosario X
Promoción turística local e información al visitante



 **Albatera**
Vega Baja del Segura
...la tierra y la mía



GENERALITAT
VALENCIANA

LABORA
Servei Valencià d'Ocupació i Formació



Unión Europea

Fondo Social Europeo
El FSE invierte en tu futuro