

Recetario Tradicional de Valencia de Alcántara

Entre las recetas que presentamos destacamos las variadas sopas de la zona; los platos de vigilia, imperativos en la cuaresma en muchas familias valencianas; los platos únicos como el cocido que en algunas casas es básico todas las semanas, o el buche que tradicionalmente se consume en carnavales aunque es requerido por los comensales de matanzas extremeñas organizadas. También mostramos recetas de la cocina extremeña apegadas al sentir culinario de los valencianos y el plato de caza identificativo de la zona, el Arroz con liebre.

Además, no podemos dejar de mencionar desayunos rurales como la cachuela, la tiborna (*Rebanada de pan tostada y empapada en aceite*), las papas temblonas (*plato propio de las matanzas caseras. Manteca de cerdo derretida, harina, azúcar, cáscara de limón y canela*); platos de caza con influencia de otros pueblos como la Perdiz a la moda Alcántara o el venado en salsa; y los dulces más típicos: Bollos de Pascua (*harina, levadura, azúcar, huevos, anís, canela, cáscara de naranja y aguardiente. Se cuece en horno de leña*); Fritos Borrachos (*vino, aceite de oliva y harina*); Roscas Fritas y Fritos de Boda (*huevos, harina, anís en grano y líquido y levadura. Se fríe la masa en aceite de oliva*); y las tortas de chicharrones (*manteca de cerdo, harina, anís en grano y aguardiente*)



Gazpacho de poleo

Ingredientes: Poleo, Huevos, Pan, Sal, Aceite de oliva, Vinagre, Ajos

Primero se cuecen los huevos. Después se hace un machado con el poleo, los ajos y la sal y se le añaden los huevos cocidos para macharlos también. Posteriormente, se unen todos los ingredientes, se les echa agua, aceite de oliva y vinagre y se mueve todo bien.

Sopa de tomate

Ingredientes: Pan, Tomates, Cebolla, Ajos, Pimienta, Pimientos rojos, Sal, Laurel, Comino, Agua, Aceite de oliva, Perejil

Se miga el pan en una cazuela. Después se refrié el pimiento, la cebolla, el tomate y la pimienta. A este refrito se le pone agua y se le echa al pan migaado. Después se le hace un machado con ajo, perejil, sal y comino y se le añade a la cazuela junto al laurel.



Sopa blanca de ajos

Ingredientes: Pan, Ajos, Huevo, Sal, Agua, Aceite de oliva

Se refrién unos ajos en un poquito de aceite. Después, en la misma sartén se le añade un poco de agua y se le echa sal. Cuando el agua junto al aceite y los ajos está cociendo se le echa un huevo por persona. En una cazuela se miga pan y se le echa el caldo con los huevos.

Sopa de patatas

Ingredientes: Patatas, Sal, Agua, Aceite de oliva, Ajos, Perejil, Pimienta, Pan

Se refrién un poco las patatas, se le echa la pimienta, se le hace un machado de ajo, perejil, sal y pimienta y se cuece todo con agua. Después se vacían en una cazuela que contiene el pan migaado. Se les da un hervor y se sirven calientes.

Potaje de garbanzos y judías blancas

Ingredientes: Garbanzos, Judías blancas, Espinacas, Bacalao seco, Cilantro, Pimientos rojos, Sal, Ajos, Laurel, Aceite de oliva, Pimienta.

Se cuecen primero las espinacas por una parte y los garbanzos, las judías blancas y el bacalao por otra. Después se junta todo y se guisan y se les fríe un pimiento y un poquito de pimienta. Por último, se le hace un machado con ajos, perejil, sal y un poquito de cilantro que se le añade a la cazuela. Es costumbre también en algunas cocer posteriormente en el guiso unos granos de arroz.

Acelgas con patatas

Ingredientes: Acelgas, Patatas, Sal, Aceite de oliva, Ajos, Cebolla, Perejil.

Se cuecen las patatas sin pelar por un lado y las acelgas por otro. Después se pelan las patatas y se trituran con un tenedor. Luego se pone un poquito de aceite de oliva en una sartén y se refrié la cebolla cortada en trocitos y cuando está la cebolla dorada se le echan las acelgas bien escurridas y se rehogan. Después se mezcla con la patata triturada y se le hace un machado de ajo, sal y perejil.

Arroz con patatas y bacalao.

Ingredientes: Arroz, Patatas, Pimiento rojo, Aceite de oliva, Bacalao seco, Perejil, Ajos, Sal, Pimienta.

Se pican las patatas y el bacalao y se refrié un poco con el pimiento y un poquito de pimienta. Después se coloca en una cazuela, se le añade un poco de agua y se pone a cocer. Cuando las patatas se han cocido un poco, se le añade el arroz y el machado de ajo y perejil.



Cocido extremeño

Ingredientes: Garbanzos, Carne de ternera, Un hueso de caña de ternera, Tocino fresco, Tocino viejo, Muslo de gallina, Mondongas, Chorizo, Sal, Patatas, Agua.

Se ponen los garbanzos en remojo en agua templada y con un poquito de sal la noche antes. Al día siguiente, se escurren los garbanzos y se ponen a cocer con todos los ingredientes a fuego lento en una olla de barro. Con el caldo se suele hacer una sopa de fideos para comerla de primer plato.

Buche con Coles

Ingredientes: Buche o Costillero, coles, lacón, chorizo, arroz, ajo, pimientos rojos secos, agua, sal.

El Buche está compuesto por orejas, costillas, rabo, pestorejo, ajo, pimentón, lengua, hueso de paletilla, esternón y un poco de agua, introducido todo en la piel del estómago del cerdo. Se cuece a fuego lento envuelto en un paño para evitar que se rompa, junto al lacón y los chorizos y, cuando están a media cocción, se le añaden coles picadas hasta alcanzar su punto. Al caldo sobrante del cocido del buche con las coles se le añaden ajos y pimientos rojos secos, cociéndose posteriormente arroz en el mismo, que será consumido previamente como primer plato

Migas con Aditamentos

Ingredientes: Pan duro, Ajos, Aceite de oliva, Sal, Agua, Torrezno de cerdo, o chorizo.

Se miga el pan muy menudo y se coloca en un recipiente. Se le va añadiendo agua poco a poco y removiendo el pan hasta que éste se empape un poquito, sin que se deshaga. Se le añade un poco de sal. Esto se deja reposar durante un buen rato. Después se fríen los ajos y el torrezno troceado, o el chorizo, y se le añade el pan remojado, sin dejar de removerlo continuamente para que las migas queden sueltas. Una vez que están doraditas se retiran del fuego y se sirven.

Revuelto de espárragos trigueros

Ingredientes: Espárragos trigueros, Cebolla, Aceite de oliva, Huevos, Sal.

Se cortan los espárragos en trocitos y se refrién con cebolla y sal. Se batan los huevos y se mezclan con el refrito.

Revuelto de Criadillas de Tierra

Los mismos ingredientes y la misma preparación cambiando los espárragos por las criadillas

Tencas fritas

Ingredientes: Tencas, Sal, Aceite de oliva, Vinagre

Se lavan las tencas, quitándoles previamente las tripas, con agua y vinagre para que no resbalen. Después se le pone un poco de sal y se frien. Unas vez fritas se sirven bien calientes.

Chanfaina

Ingredientes: Vísceras del cordero (sangre, tripas Hígados, Sesos, Corazón, Riñones), cebolla, pimiento rojo en rama, Harina, Aceite de oliva, Ajos, Laurel, Huevos cocidos, Sal, Pimienta, Vinagre, Patatas cocidas.

Se lavan bien los hígados, corazón y riñones (los riñones y las tripas se suelen lavar con un poquito de vinagre para que queden bien limpios). Se frién el laurel, los ajos y el pan troceado y se machaca en el mortero con las yemas cocidas. Después se rehogan las vísceras del cordero previamente troceadas. Posteriormente, se pone todo a cocer con la sal y el resto de los ingredientes.

Frite de cordero

Ingredientes: Carne de cordero, Hígado de cordero, Aceite de oliva, Sal, Pimiento rojo, Ajos, Vino blanco, Patatas

Se trocea el cordero y se sazona con sal. Después se refríe la carne y se va poniendo en un recipiente. Se rehogan los ajos, los pimientos y el hígado y se añade al recipiente. Seguidamente, se le pone un vasito de vino blanco. Poco a poco se va añadiendo agua para cubrirlo todo y se pone a cocer hasta que la carne esté tierna. El hígado, sacado previamente de la sartén, se machaca en el mortero y se le añade a la cazuela. Por último, se le frién las patatas cortadas a cuadritos y se le añaden.

Arroz con liebre

Ingredientes: Arroz, Liebre, Tocino, Cebolla, Pimiento rojo, Tomate, Aceite de oliva, Sal, Laurel.

Se trocea la liebre y se corta el tocino en trocitos pequeños. Se refríe la cebolla troceada en un poquito de aceite de oliva. Cuando éstas están doradas se añade el tomate y el pimiento troceados. Después se añaden los trozos de liebre y los trocitos de tocino. Posteriormente, se le echa agua y el laurel. Cuando la liebre está bien cocida, se le añade el arroz.

