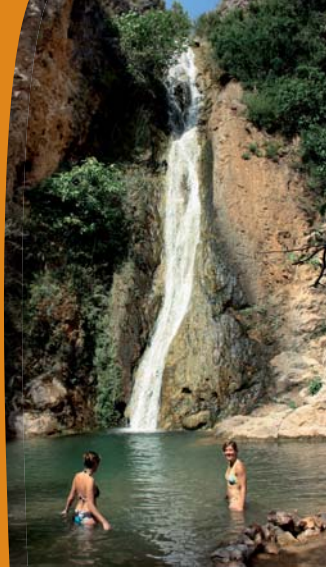


Chera

Todo un mundo por descubrir

Gastronomía Tradicional





Gastronomía Tradicional de Chera

Este recetario gastronómico es una iniciativa que pretende recuperar la cocina popular y tradicional de Chera, promocionar el consumo de nuestros productos, y potenciar la cultura gastronómica y la restauración como atractivos turísticos del municipio.

La elaboración de esta guía ha sido posible gracias a la colaboración de la Asociación Cultural de Chera, el equipo de la revista "La Garita", y especialmente a Lola Cervera y Amparo Igual por el esfuerzo dedicado a conservar y difundir las recetas más representativas de nuestra cocina.

Que aproveche!!!

Índice de recetas

Entrantes

Empanadillas de Tomate y Bacalao	3
Ajo arriero	4
Migas ruleras	4
Gachamiga	5
Olivas en sosa	5

Comidas

Olla Cherana	6
Arroz con acelgas y bajocas de color	7
Gazpachos	8
Sopa de ajo	9
Arroz con bajocas y nabo	9
Patatas con bacalao	10

Dulces

Empanadillas de calabaza	11
Bollo con miel	12
Turruncillo	13
Migas dulces con miel.	14
Bollo con azúcar	15
Buñuelos	16
Amantecaos	16
Rolletes de anís	17
Mermelada	17
Magdalenas	18
Alajú	18





Empanadillas de Tomate y Bacalao

Ingredientes

700gr. de bacalao
 2 pimientos verdes.
 3kg. de tomate maduro.
 Dos cucharadas de azúcar.
 Sal.
 Aceite.

Ingredientes de la masa

Una medida de aceite.
 Una medida de cerveza.
 Harina la que admita.
 Sal.

Se fríe el bacalao. Se reserva.

En el mismo aceite del bacalao se echa el pimiento verde troceado. También reservamos.

Por otro lado se fríe el tomate hasta que pierda el agua, se añade el pimiento, el bacalao que ya habremos desmigado y el azúcar.

Para la masa se mezcla el aceite, la cerveza y la sal.

Se incorpora la harina poco a poco hasta alcanzar una masa consistente.

Se hacen tortitas rellenándolas de la pasta de bacalao. Se pintan con un poco de aceite del que se obtuvo al freír el tomate. Por último se meten al horno.



Ingredientes

*1 Kg. de patatas
2 huevos
600 g de bacalao
1 litro de aceite
4 dientes de ajo*

Ajo Arriero

En una cacerola se cuecen las patatas sin pelar.

El bacalao se desmiga y se lava. Pelamos las patatas picándolas en un cazuelo de barro.

Con todas las patatas picadas, añadimos el bacalao, el ajo picado y las yemas de los huevos mezclándolo todo bien, añadiendo el aceite poco a poco y moviendo siempre al mismo lado con una maza de madera.



Ingredientes

*300 gr. de panceta
1 cabeza de ajos
1 pan duro
Aceite y sal*

Migas Ruleras

En primer lugar se pone el pan a remojo.

Se fríe la panceta y los ajos, y se retiran cuando estén fritos. Luego se escurre el pan, echándolo la sartén hasta que el pan quede suelto. Una vez esté frito el pan se le añade la panceta y los ajos fritos anteriormente, dándoles unas vueltas más.



Ingredientes

Aceite

2 cabezas de ajos

750 ml. de agua

6 cucharadas de harina

Sal



Ingredientes

Olivas

Sosa (10gr por kg de olivas)

Sal

Limón

Jedrea (Ajedrea)

Agua

Gachamiga

En un recipiente se echa el agua, la sal y la harina mezclándolo bien hasta deshacer todos los grumos.

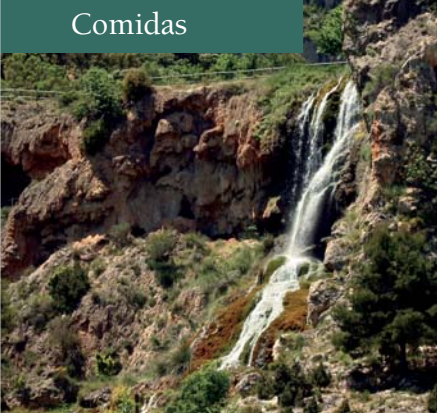
En una sartén se fríen los ajos. A continuación, se añade la mezcla anterior moviéndola hasta que se espese, por último, se siguen dando vueltas hasta que esté bien dorada.

Olivas con Sosa

En un recipiente ponemos las olivas cubiertas de agua.

Aparte, en otro recipiente, deshacemos la sosa con un poco de agua y la añadimos a las olivas. Con una cuchara de madera se remueve hasta que quede todo bien mezclado reposando 24 horas, moviendo cada 3-4 horas para que se mezclen.

Pasadas las 24 horas se les quita el agua y se lavan. Esa agua se va cambiando para que se les vaya el amargor de la oliva y de la sosa (unos 4 días). Pasados esos días se ponen las olivas en un recipiente, cubiertas de agua limpia, sal, jedrea y un limón.



Olla Cherana

Ingredientes (6 personas)

*1/2 Kg. de bajocas de color
6 huesos de corbet
1 pie de cerdo
6 morcillas de cebolla de la jarra
1 trozo de tocino salado
1 nabo
1/2 Kg. de cardos
Patatas, azafrán, aceite y sal*

Los huesos, el pie y la oreja estarán salados con sal y limón unos días antes. Las morcillas para dar un sabor más tradicional deberán ser de la jarra o en su defecto fritas previamente.

Se fríe la carne en una sartén con aceite.

En una cazuela se ponen a cocer las bajocas. A la hora se echan los cardos. Se añaden la carne de la preparación y el nabo, cociéndose durante un buen rato. Por último se le añaden las patatas, el azafrán y se deja cocer a fuego lento.



Arroz con acelgas y Bajocas de color

Ingredientes (6 personas)

1/4 de Bajocas (alubias de color)
1 manojo de acelgas
 Ajos secos
 Jamón
 Tomate
 Aceite y sal
 1/2 kilo de arroz
 Azafrán

En una cacerola se ponen a cocer las bajocas con agua fría, durante una hora. En este momento se añaden las acelgas, la sal y se dejan cocer un rato más.

En una sartén se hace un sofrito con los ajos, el jamón a tacos y el tomate.

Se vierte la preparación en la cacerola. Dejamos hervir todo junto, un rato. Por último se añade el arroz y se deja cocer el tiempo necesario.



Ingredientes (6 personas)

1/2 conejo

1/2 pollo

Aceite

Tomate

Ajos

2 tortas de gazpachos

Sal

Azafrán

Gazpachos

Se fríe el pollo y el conejo bien dorado, se añade el tomate triturado. Una vez todo frito se echa en una cacerola. Se añade un poco de agua hasta que hierva durante un rato.

Se añade de nuevo agua fría.

A continuación se incorporan las tortas cortadas en trocitos.

Una vez comience de nuevo a hervir se agrega el picadillo de ajo.



Ingredientes (4 personas)

1 cabeza de ajos
 1/2 barra de pan duro
 4 huevos
 Azafrán
 Sal, aceite.



Ingredientes (6 personas)

1/4 Kg. de Bajocas de color
 1 nabo
 Longaniza , lomo y costilla
 de la Jarra
 1 tomate maduro
 400gr de arroz
 Azafrán
 Aceite y Sal

Sopa de Ajo

Freímos los ajos y el pan, que habremos partido en trocitos pequeños. Luego añadimos el agua y lo dejamos hervir.

Más tarde añadimos la sal y el azafrán. Batimos los huevos y los añadimos a la sartén. Dejamos hervir durante 5 minutos.

Arroz con Bajocas de color y Nabo

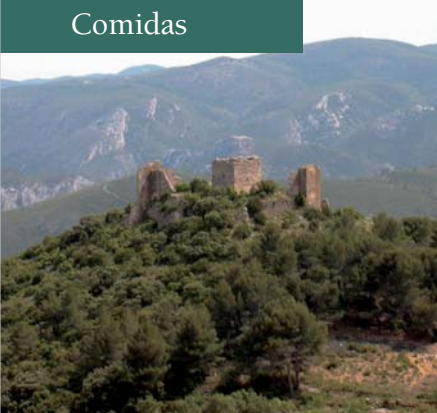
Se fríen en una sartén todos los ingredientes de la jarra (orza) tales como longaniza, lomo y costilla. Se reservan.

Se hace un sofrito de tomate y se reserva.

Se ponen a cocer las alubias en una cacerola con agua fría.

A la hora y media aproximadamente, añadimos el nabo y los ingredientes reservados de la jarra así como el tomate. Se deja cocer todo junto.

Por último, se añade el arroz, cociéndose durante 20 minutos. Se deja reposar unos minutos.



Patatas en caldo con Bacalao

Ingredientes (4 personas)

*1/2 Kg de bacalao
Media coliflor
1 Kg. de patatas
4 huevos
1 cabeza de ajos
1 tomate maduro
Aceite
Sal
Pimentón
2 hojas de laurel.*

Se pone el bacalao a trozos a remojo durante 24 horas. Se escurre y se fríe en una sartén honda con abundante aceite. Se retira el bacalao y se reserva.

En el mismo aceite añadimos las patatas y la coliflor troceadas, y la cabeza de ajos, freímos todo.

Después se añade el pimentón, el tomate rallado, la sal, el laurel, se cubre todo con agua, se añade el bacalao reservado y se deja cocer durante 3/4 de hora o 1 hora.

Por último se añaden los huevos dejados caer y cuando están cuajados se apaga el fuego y se dejan reposar un rato.



Empanadillas de Calabaza

Ingredientes del relleno:

*Calabaza.
Azúcar o miel.
Ralladura de un limón.*

Ingredientes de la masa:

*1 vaso de cazalla o anís seco.
1 vaso de agua.
1 vaso de azúcar.
2 vasos de aceite.
Harina la que admita.*

Se asa la calabaza, se pone en la sartén sólo la parte carnosa, añadiendo la ralladura de limón y el azúcar hasta que esté en punto. Se reserva.

La masa:

Se mezcla la cazalla, el agua, el aceite y el azúcar.

A continuación se añade la harina hasta que quede compacta para poderla trabajar. Se hacen unas tortitas con esta masa rellenándolas con la pasta de calabaza. Se cierran, pintándolas con huevo y espolvoreando con azúcar.



Bollo con Miel

Ingredientes

*1 vaso de aceite
1 vaso de azúcar
2 vasos de agua
1 Kg. de harina aproximadamente
100 g de levadura
Lavoretas y nueces al gusto
1 Kg. de miel*

En un recipiente se echan el aceite, el agua, el azúcar y la levadura. Se mezcla todo bien. A continuación se incorpora la harina poco a poco y se amasa, por último se añaden las lavoretas y las nueces.

En una llanda se pone papel de pastelería y aceite restregado por encima del papel. Ya se vacía la masa de bollo y esperando un rato hasta que el bollo crece, después se echa la mitad de la miel y el resto de la miel cuando está a mitad de cocer. Se saca del horno y por último se pone un poco de miel por encima.



Turroncillo

Ingredientes

6 huevos
 3/4 de harina
 1 litro de aceite
 1 Kg. de miel
 Anís y agua
 Almendras

En un recipiente se baten los huevos y se añade la harina poco a poco, amasando hasta que quede la masa muy dura.

Después se hacen las tortas muy finas y se cortan en cuadritos pequeños. A continuación se fríen en una sartén honda.

En otra sartén vertemos la miel y las almendras, calentandolas hasta ponerlas en punto, deben tener un aspecto dorado. Sin quitar la miel del fuego se añade los trocitos que hemos frito antes y se mezcla todo bien a fuego lento.

Para hacer las barras: Antes de que se enfríen se echan a cucharadas en una bandeja y con las manos mojadas en un plato con anís y agua, se van dando forma a las barras de turroncillo todavía en caliente, pues cuando se enfríen ya no se pueden modelar.



Migas dulces con Miel

Ingredientes

150 cl. de Aceite
1 vaso de miel
1/2 barra de Pan
1 litro de agua
1 vaso de harina

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríe el pan a trocitos pequeños, cuando estén fritos se reservan en un plato.

En el aceite se añade la miel moviéndola hasta que se ponga en punto, se añade el agua y se sigue moviendo hasta que se mezcla la miel con el agua, se aparta del fuego y se añade la harina poco a poco y se vuelve a poner al fuego moviendo sin parar hasta que se espese.

Por último se añaden los trocitos de pan frito y se les dan unas cuantas vueltas más.



Bollo con azúcar

Ingredientes

*1 vaso de aceite
1 vasos de azúcar
2 vasos de agua
1 kg. de harina aprox.
80 g. de levadura
Laboretas y nueces*

En un recipiente se echan el aceite, el agua, el azúcar y la levadura y se mezcla todo bien.

A continuación se va incorporando la harina poco a poco. Se amasa bien, después se añaden las lavoretas y las nueces al gusto.

En una llanda se pone papel blanco y se unta con aceite para que no se pegue el bollo. Después se vacía la masa en la llanda.

Se deja reposar un rato hasta que el bollo suba para meterlo al horno. Cuando ya está casi cocido se saca para echarle el azúcar por encima y se vuelve a meter para terminar la cocción.



Ingredientes

*1 litro de agua
1 Kg. de harina aprox.
70 g. de levadura*



Ingredientes

*170 gr. de manteca de cerdo
150 gr. de azúcar
500 gr. de harina
2 yemas de huevo*

Buñuelos

En un recipiente ponemos el agua un poco caliente y deshacemos la levadura, añadimos la harina poco a poco.

Para hacerlos a mano se amasan un poco más duros. Pero si se van a hacer con molde buñolero se tendrá que hacer la pasta más blanda.

Se deja reposar la masa hasta que doble su tamaño.

Por último freímos en abundante aceite. Una vez en el plato pueden espolvorearse con azúcar.

Amantecaos

Batir durante un buen rato la manteca de cerdo, añadir las dos yemas y el azúcar batiendo sin parar.

Cuando este todo muy unido se incorpora la harina. Se trabaja todo, extendiendo la pasta sobre la mesa. Se corta con la forma deseada.

Se colocan las diversas figuras en unas llandas, se untan con huevo batido y azúcar. Se meten al horno.

Rolletes de Anís

En un recipiente se echan el aceite, anís, azúcar y el limón. Se mezcla y se añade la harina. Se amasa hasta formar una masa compacta y luego se va dando forma de rollos. Se mete al horno unos 25 minutos. Por último, recién sacados, se espolvorean con azúcar.

Ingredientes

*1Kg y cuarto de Harina
1/4 de azúcar.
1/4 litro de Anís
Medio litro de aceite
6 gaseosas
Ralladura de limón*



Ingredientes

*3 kg de fruta
1 kg de azúcar
1/2 limón*

Mermelada

Se lava la fruta, se pela y se trocea.

La fruta ya preparada se pone en una olla donde se cocerá a fuego lento. Cuando la fruta adquiere una consistencia blanda se añade el azúcar. Dejamos cocer durante unas 3 horas removiendo con cuchara de palo para evitar que se pegue a la olla.

Y al final se añaden unas gotas de limón para que no se oxide.



Ingredientes

6 Huevos
1/2 kg azúcar
1 limón
1/2 litro de aceite
1/2 litro de leche
1 kg de harina
6 gaseosas



Ingredientes

500 gr de miel
300 gr de almendras peladas y muy ligeramente tostadas.
(150 gr serán para triturar y 150 gr serán enteras.)
60 gr de pan.
Ralladura de 2 limones y 1 naranja
8 obleas o neulas

Magdalenas

Se baten en un bol los huevos, el azúcar y la ralladura de un limón.

A continuación, se añade el aceite, la leche, la harina y la gaseosa, poco a poco, sin dejar de batir.

Con la mezcla formada, se rellenan los moldes echándoles un poco de azúcar por encima.

Horneamos 20 minutos.

Alajú

Trituramos 150 g de almendras mezcladas con el pan. Debe quedar molido.

Se pone la miel en un cazo a fuego muy lento, cuando esté en punto, tomando un color dorado añadimos las almendras y pan triturados, así como las ralladuras. En el último momento añadimos las almendras enteras. Mezclamos con una cuchara de palo, removiendo constantemente para que no se queme.

Cuando la masa se enfría un poco, se divide en cuatro partes para las 4 obleas. Se extiende bien, se tapa presionando con cuidado, con otra oblea, poniendo un peso encima para que la torta quede más uniforme.

Chera

Todo un mundo por descubrir

Donde comer

Bar Machín
Avda. Pantano de Buseo, 26
Tel: 96 233 20 05

Café Bar Avenida
Avda. Pantano de Buseo, 24
Tel: 96 233 20 38

Bar Cafetería "La Escalinata"
C/ Báscula, 3
Tel: 96 233 21 88

Restaurante "El Pino"
Casa del Conde
Tel: 96 233 21 52
www.el-pino.com

Restaurante "Cantarrales"
La Fuente, s/n
Tel: 96 233 21 42 - 638 481 962

Donde dormir

**Alojamiento Rural
"Casa Montesinos"**
C/ Báscula, 3-5 Tel: 96 233 21 88
Móvil: 619 310 917 - 639 832 969
www.casamontesinos.com

Casona Fuente del Barrio
C/ Piscina, 4
Tel: 605 828 067
www.casonafuentedelbarrio.es

**Albergue
"Fidel Garcia Guzmán"**
La Fuente, s/n
Tel: 96 233 21 42 - 638 481 962
www.fidelgarciaгуzman.com

Casa rural "El Pino"
Casa del Conde
Tel: 96 233 21 52
www.el-pino.com

Otros servicios turísticos

Geonatur
Tel: 663 848 212
www.geonatur.es





Ayuntamiento de Chera

Concejalía de Turismo

Plaza De España, 1 - 46350 Chera
Teléfono: 96 233 20 01 - Fax: 96 233 22 16
chera@gva.es - www.encherate.com