

lectio **Le** ediciones

Cocina de la Sierra de Cazorla

Juana Trujillo Porcel

05

El Puchero





• *Colección El Puchero – 5*

Cocina de la Sierra de Cazorla

JUANA TRUJILLO PORCEL

ediciones
Lectio





Primera edición: noviembre del 2009

© Juana Trujillo Porcel
© Lectio Ediciones, 2009

Edita: Lectio Ediciones
C/ de la Violeta, 6 • 43800 Valls
Tel. 977 60 25 91
Fax 977 61 43 57
lectio@lectio.es
www.lectio.es

Diseño y composición: Imatge-9, SL

Impresión: Romanyà-Valls, SA

ISBN: 978-84-96754-42-3

Depósito legal: B-41.114-2009





Índice

.....

Introducción.....	9
Ensaladas, verduras y entrantes	11
Ajilimójili	12
Ajoblanco	13
Ajocrecido	14
Ajo naranja con bacalao.....	15
Alboronía.....	16
Alcachofas con mollejas.....	17
Atascaburras	18
Calabaza al ajillo.....	19
Cascaporro.....	20
Cuarrecano	21
Espinacas con estilo.....	22
Gazpacho campesino.....	23
“Guíscalos” en salsa.....	24
“Guíscalos” fritos	25
Guiso de collejas.....	26
Habas fritas con jamón	27
Huevos serranos	28
Moje de habichuelas	29
Ollazuecos	30
Paté de aceitunas	31
Pipirrana.....	32
Pisto	33
Remojón	34
Rinrán o ajopapa.....	35
Sobrehúsa	36
Talega	37
Vinagrillo de espárragos	38





Sopas, caldos y salsas	39
Andrajos con bacalao	40
Caracoles	42
Maimones.....	43
Morunas	44
Olla gitana.....	45
Salsa de “guíscalos”	46
Salsa de cardos de alcauciles	47
Sopa de ajo	48
Sopa de cuscurreones.....	49
Patatas	51
Ajoatao	52
Gazpacho de patata	53
Patatas a lo ajoarriero.....	54
Patatas a lo pobre.....	55
Carnes y aves	57
Ajopringue.....	58
“Barrecha” de liebre o conejo	59
Cabrito al ajo cabañil.....	60
Caldereta de venado	61
Carnerete.....	62
Chuletas de jabalí	63
Ciervo en salsa.....	64
Conejo en vinagrillo	65
Cordero asado.....	66
Cordero “picaílo”.....	67
Costillas de res y almendras.....	68
“Fritao”	69
“Guisao” de pollo	70
Guiso de ciervo.....	71
Guiso segureño	72
Lomo de orza	74
Manitas de cerdo	75
Menestra de res	76
Morcilla en caldereta	77
Paleta de cordero al ajo	78
Paté de perdiz	79
Perdices en escabeche	80
Sangre “encebollá”	81



Cocina de la Sierra de Cazorla





Bacalao y pescados	83
Bacalao “encebollao”	84
Panecillos de bacalao	85
Trucha	86
Trucha en escabeche.....	87
Farináceas	89
Ajoharina.....	90
Gachasmigas.....	91
Migas de harina.....	92
Ochíos	93
Dulces	95
Arroz dulce.....	96
Chachepol	97
Dulces “panavidá”	98
Gachas dulces	99
Hojuelas	100
Hornazos	101
Huevos nevados.....	102
Leche frita	103
Lises	104
Los panetes de la nena.....	105
Moles nieve	106
Mostachones.....	107
Pan de higo.....	108
Papajotes.....	109
Pestiños borrachos	110
Roscos fritos	111
Torrijas	112
Licores y conserva	113
Carne de membrillo.....	114
Cuerva	115
Licor de café.....	116
Licor de hierbas.....	117
Licor de membrillo.....	118
Licor de naranja.....	119
Manteca “colorá”.....	120
Melaza de higos.....	121





Mermelada de tomate.....	122
Mistela.....	123
Pacharán serrano.....	124
Resolí.....	125
Zurra y zurracapote	126





Introducción

Sóc catalana de naixement i cor.

Soy hija y nieta de serranas jiennenses, nacidas concretamente en el corazón de la Sierra de Cazorla.

Su cocina es igual que las gentes que la habitan: cálida, generosa, colorida, de fuertes aromas y contrastes sorprendentes.

Debido a la distancia que me separa de mi abuela, y a las pocas oportunidades que tenemos de reunirnos, no aprendí a cocinar todos los platos que me hubiese gustado.

Éste es un recetario sin grandes pretensiones, sin analizar el tipo de alimentación de la región, su historia, su tradición cultural o si tienen muchas o muchísimas calorías. Sólo se trata de que del fondo de los armarios de nuestras modernas cocinas vuelvan a aparecer los pucheros y las cucharas de palo para dar la oportunidad a muchísimos hijos de jiennenses “que como yo, nacieron en Cataluña” de sentir en el paladar y en la memoria, aquellos sabores que recuerdan con cariño porque se los cocinaba su abuela cuando iban de vacaciones al pueblo.

A la vez quisiera solventar las dudas de quien alguna vez escuchó en la cola del mercado “mañana haré andrajos” y no se atrevió a preguntar qué era eso.

Sin ser escritora ni cocinera profesional, donde más he tenido que esforzarme ha sido en descifrar y dar medida a frases como “un poquito de esto”, “una pizca de aquello”, o la muy usada por mi madre “pues no sé, hija, añádele hasta que tú veas que ya está”.

El tiempo dedicado a este proyecto ha sido muy gratificante y me doy por satisfecha si sólo ha servido para compartir más tiempo con mi madre y largas conversaciones telefónicas con mi abuela.

Introducción





Ajilimójili

Ingredientes

½ kilo de patatas
1 pimiento rojo para asar
½ vasito de aceite de oliva
2 dientes de ajo
Vinagre
Sal

Preparación

Pelamos y cocemos las patatas.

Asamos el pimiento en el horno, lo pelamos y reservamos, acordándonos de colar y reservar también el jugo resultante en la cocción.

En un mortero majamos las patatas, los pimientos asados y el ajo; le añadimos un poco del jugo de los pimientos que teníamos reservado. Cuando obtengamos una pasta fina empezamos a añadir el aceite poco a poco sin dejar de remover.

Terminamos añadiendo una pizca de sal y un chorrito de vinagre.

Para que nos quede una pasta más fina podemos utilizar la tritadora.

Servimos sobre unas tostadas de pan.





Alboronía

Ingredientes

100 g de tomates
200 g de berenjenas
100 g de pimientos verdes
100 g de calabacines
100 g de calabaza
150 g de membrillo fresco
3 cebollas
2 zanahorias
1 cucharada de vinagre
½ vaso de aceite de oliva
Sal

Preparación

Pelamos y cortamos a cuadritos las berenjenas y las salamos para que suelten el agua.

Pelamos y cortamos a cuadritos el resto de las verduras.

En una sartén, con el aceite de oliva, ponemos a rehogar todas las verduras, menos el tomate y las berenjenas.

Cuando estén doraditas le añadimos el tomate y lo sofreímos, añadimos las berenjenas (lavadas) y dejamos cocer unos minutos más.

Agregamos una cucharada de vinagre y una pizca de sal, dejamos que siga cociendo, a fuego lento, manteniendo la sartén destapada hasta que termine la cocción.





Alcachofas con mollejas

Ingredientes

1 kilo de alcachofas
150 g de jamón
300 g de mollejas
150 g de tocino
1 ramita de tomillo
1 vaso de aceite
1 diente de ajo
½ limón
Aceite de oliva
Pimienta
Sal

Preparación

Picamos el jamón y el tocino. Reservamos.

Limpiamos las alcachofas y les quitamos todas las partes duras hasta dejar los corazones. Según las vamos limpiando, las sumergimos en agua con limón.

En una sartén con el aceite caliente (sin que llegue a hervir) vamos incorporando el jamón, el tocino y las alcachofas troceadas, dejando confitar hasta que estén tiernas.

Sazonamos al gusto, las sacamos, las escurrimos y reservamos.

En una sartén aparte salteamos las mollejas con los ajos sin pelar y el tomillo; incorporamos las alcachofas, el tocino y el jamón, removemos, dejamos cocer durante unos minutos y servimos muy caliente.





Caracoles

Ingredientes

1 kilo de caracoles gordos
100 g de jamón serrano
1 piel de naranja
2 tomates maduros
1 pimiento verde
1 cebolla
4 dientes de ajo
Hierbabuena
Una pizca de pimienta negra molida
Una pizca de cominos
1 hoja de laurel
2 litros de agua
Aceite de oliva
Perejil
Sal

Preparación

Limpiamos los caracoles con abundante sal y vinagre, seguidamente los lavamos con agua hasta que ésta salga clara.

Los ponemos en una olla con el agua hirviendo, mientras hierven vamos espumando.

Le añadimos el laurel, la sal, un chorrito de aceite, la piel de naranja, la hierbabuena, el comino y una pizca de pimienta molida.

Y, a continuación, el perejil, el pimiento, la cebolla, los ajos, el tomate y el jamón (todo picado muy fino).

Dejamos reducir durante 45 minutos aproximadamente. La salsa debe quedar espesa.





Olla gitana

Ingredientes

- ½ kilo de habicholones o habicholillas (judías verdes)
- ½ kilo de patatas
- 1 tomate
- 1 cebolla
- 1 pimiento verde
- ½ vasito de aceite
- 1 diente de ajo
- 1 hoja de laurel
- 1 cucharadita de pimentón
- 1 litro de agua aproximadamente
- Sal

Preparación

Pelamos y cortamos a cubos las patatas. Partimos a trozos los habicholones. Troceamos el tomate, la cebolla, el pimiento y el ajo.

En una olla ponemos el aceite y sofreímos el pimiento, la cebolla, el tomate, el ajo, las patatas y los habicholones: le añadiremos el laurel y una pizca de sal.

A este sofrito le añadimos el pimentón, removemos y rápidamente le agregamos el agua. Dejamos que hierva a fuego lento durante unos 45 minutos.

Corregimos de sal, si fuese preciso, y servimos.

Este plato lo podemos servir tanto frío como caliente.



Sopa de ajo

Ingredientes

8 rebanadas de pan duro
8 dientes de ajo
4 lonchas de jamón
4 huevos
½ cucharadita de cominos
1 cucharadita de pimentón dulce
1 litro de caldo de carne
Aceite de oliva
Agua
Sal

Preparación

Freímos las rebanadas de pan, retiramos y reservamos. Pelamos los ajos. Batimos ligeramente los huevos. Troceamos el jamón, lo sofreímos en una sartén con unas gotas de aceite. Reservamos.

En una olla con un buen chorro de aceite doramos los ajos enteros. Cuando ya estén listos les agregamos el pimentón, removemos y seguidamente añadimos el caldo, los cominos y los picatostes, dejamos cocer durante unos 20 minutos.

Una vez pasado este tiempo, retiramos los ajos y agregamos los huevos, removiendo hasta que cuajen.

Colocamos el jamón en el fondo del plato donde vayamos a servir la sopa justo antes de servirla para evitar que se sale en exceso.



Patatas a lo ajoarriero

Ingredientes

½ kilo de patatas
2 huevos
2 dientes de ajo
½ cucharadita de pimentón dulce
Unas hebras de azafrán
1 vaso y medio de agua
Perejil
Aceite de oliva
Sal

Preparación

Pelamos las patatas, las partimos en rodajas de ½ centímetro y las salamos.

En un mortero hacemos una majada con el ajo y el perejil.

Ponemos a hervir los 2 huevos y cuando estén duros los cortamos en rodajas y los reservamos.

Freímos las patatas en aceite muy caliente para que queden doradas por fuera pero todavía algo crudas por dentro.

Retiramos el aceite de la sartén y volvemos a incorporar las patatas, añadiéndoles el pimentón, el agua y las hebras de azafrán.

En la misma sartén, después de retirar el aceite, volvemos a incorporar las patatas, añadiéndoles el pimentón, el agua y las hebras de azafrán.

Cuando las patatas estén casi cocidas añadimos la majada, las rodajas de huevo y dejamos cocer unos minutos más.

