

*PRIMEROS
PLATOS*

Brazo de patata

NÚCLEO: Yebra de Basa.

INGREDIENTES: Patatas, pimiento, lechuga, huevos, aceite y sal.

MODO DE ELABORACIÓN: Se cuecen las patatas y se pelan; una vez peladas se amasan con un amasador realizando una capa lo suficientemente espesa como para que no se rompa. Aparte, se pica la cebolla, el huevo duro, se trocea la lechuga y el pimiento. Seguidamente se enrolla la masa de la patata y se introduce lo picado y un poco de mayonesa que cubra bien todo el brazo de patata.

MODALIDADES: Los ingredientes de relleno, al gusto.

OTRAS INDICACIONES: La ensaladilla y el brazo de patata era un plato de fiesta para el verano.

Garbanzos en salsa

NÚCLEO: Sallent de Gállego.

INGREDIENTES: Garbanzos, laurel, sal, patatas, pan rallado y huevo duro.

MODO DE ELABORACIÓN: Los garbanzos se dejan a remojar el día anterior, o a la hora de cocerlos se añade media cucharada de bicarbonato. Se ponen a cocer con laurel, sal y la patata troceada; cuando está todo cocido, en una sartén se pone aceite caliente al que se añade una cucharada de harina y tres de pan rallado removiendo hasta que esté dorado. A esta salsa se añade un cazo de caldo de los garbanzos y toda la mezcla se añade a los garbanzos dejándolo hervir durante un rato.

MODALIDADES: Puede añadirse un puñado de lentejas.

OTRAS INDICACIONES: Receta recogida también en Caldearenas, Escarrilla y Yésero.

TEMPORADA: Todo el año.

Patatas con croquetas de pan

NÚCLEO: Aquilué.

INGREDIENTES: Patatas, arroz, huevos, ajo, perejil, agua y sal.

MODO DE ELABORACIÓN: Se ponen las patatas a cocer troceadas en tacos pequeños con agua hirviendo, sal, ajo y perejil. Aparte se desmiga pan y se mezcla con huevos, se hacen unas croquetas que se fríen bastante en una sartén. Se añaden a las patatas cuando ya están a medio cocer con el arroz y se deja hervir un rato. Tiempo de elaboración: 30 minutos.

TEMPORADA: Todo el año.

Pisto con conserva

NÚCLEO: Guarguera.

INGREDIENTES: Conserva de cerdo, calabacines, patata, huevo, pimiento, cebolla y tomate.

MODO DE ELABORACIÓN: Se calienta la conserva en una sartén para que se deshaga la grasa; en esa grasa se hace cocer la calabaza, cebolla, tomate y pimiento. Después la patata cortada muy fina se cuece aparte y se añade a la calabaza junto con los huevos batidos. Posteriormente se añade la conserva y ya está listo para comer.

OTRAS INDICACIONES: Recogida también en la ribera de Biescas.

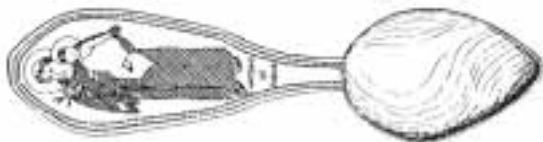
TEMPORADA: Primavera-verano.

Pimientos rellenos

NÚCLEO: San Vicente.

INGREDIENTES: Carne de cerdo o cordero, pimienta, canela, ajo, pimientos verdes y arroz.

MODO DE ELABORACIÓN: Se corta la carne en trozos muy pequeños, sazonándola con pimienta, canela, unos ajos picados y sal. Se mezcla la carne con un poco de arroz y se pone dentro de los pimientos, reservándolos. Se pone una cazuela con aceite y agua en la que se ponen los pimientos a cocer.



Borraja

NÚCLEO: Sandiniés.

INGREDIENTES: Borrajas, sal, aceite, almendras, ajo, perejil y harina.

MODO DE ELABORACIÓN: Hoy es una de las verduras más apreciadas. Se come habitualmente como verdura sin más ingredientes que la sal y el aceite. Para distinguir el plato, se realiza de igual forma que el cardo, con una salsa de almendras.

Para realizar la salsa: En una sartén con un chorro de aceite se fríe ajo y perejil, se añade la harina y agua progresivamente además de la picada de ajos, perejil y almendras. Una vez que está suficientemente resistente la salsa, se añade a las borrajas.

TEMPORADA: Todo el año.

Pencas de acelga

NÚCLEO: Javierrelatre.

INGREDIENTES: Pencas de acelga, huevo, harina o pan rallado, sal, aceite, ajo y perejil.

MODO DE ELABORACIÓN: Se limpian las pencas, se cortan en rectángulos, se cuecen 6 minutos aproximadamente con muy poca agua y sal, y seguidamente se secan en un paño de cocina limpio. Se realiza una salsa con parte del caldo en que ha cocido con harina, se añade una picada de ajo y perejil, y se espera que dé un hervor para que la salsa "cuaje".

TEMPORADA: Todo el año.



Coliflor empanada

NÚCLEO: Anzánigo.

INGREDIENTES: Coliflor, huevo, harina, sal y aceite.

MODO DE ELABORACIÓN: Una vez cocida la coliflor se seca en un escurridor, seguidamente se empana con huevo y harina.

TEMPORADA: Todo el año.



**SEGUNDOS
PLATOS**

Conejo con chocolate

NÚCLEO: Acumuer.

INGREDIENTES: Conejo de 1 kg. aproximadamente (también con liebre), sal, canela, pimienta, perejil, 1 porción de chocolate de cocer, aceite, almendras, laurel, 2 galletas "María" y 2 ajos.

MODO DE ELABORACIÓN: Se trocea el conejo y se pone a freír en una cazuela; en el momento en el que el conejo empieza a cambiar de color se prepara la salsa. En un mortero se echan los higadillos del conejo, una pizca de canela, laurel, pimienta, perejil, una porción de chocolate de cocer, 2 galletas "María", 2 ajos y sal. Se machaca bien y se esparcen por el conejo para que termine de hacerse.

TEMPORADA: Época de caza.

Colas montañesas

NÚCLEO: Tramacastilla.

INGREDIENTES: Rabos de cordero jóvenes (8 a 10 cms.) pelados y cocidos en agua con bastante sal, aceite, laurel, perejil y azafrán.

MODO DE ELABORACIÓN: Se fríe pimiento cortado en tiras y se añade tomate pelado y cortado a trozos. Se sazona.

Se secan las colas y se les pasa una cuchilla para eliminar los pelos que puedan quedar sazonándolas con pimienta y pasándolas por harina. Se fríen en aceite bien caliente, hasta que quedan doradas. Se añaden los pimientos, tomate y vino rancio y se ponen a cocer durante 5 minutos. Después de freír las colas se echan sobre la perola con una base de agua y aceite, echándose patatas y arroz; se hacen lentamente con una hoja de laurel, perejil, ajo y azafrán.

OTRAS INDICACIONES: Recogida en Estallo y Aquilué.

TEMPORADA: Finales de mayo.

Carne mechada

NÚCLEO: Yésero.

INGREDIENTES: Pierna o espalda de cordero, ajo, perejil y tocino de jamón.

MODO DE ELABORACIÓN: Se corta menudo al ajo, perejil, tocino, se pone por dentro de la pierna, encima, etc., y se hacen agujeros con el cuchillo. Se pone al horno, en un espedo o una olla. Cuando está dorada, se echa licor (vino rancio o coñac).

MODALIDADES: De igual modo se realiza la pierna guisada.

OTRAS INDICACIONES: Recogida en Búbal y Saqués.

TEMPORADA: Todo el año.

Chiretas fritas

con patatas

NÚCLEO: Panticosa.

INGREDIENTES: Chiretas, patatas fritas, ajo y perejil.

MODO DE ELABORACIÓN: Se extrae la tripada del cordero y se lava bien: intestinos, tripa y bazo. Se calienta agua en una perola y se escaldada la tripa, pelándola con un cuchillo. Después se corta y se da la forma conocida de las chiretas, las cuales se ponen a cocer durante 2 ó 3 horas, tras lo cual quedan ya preparadas para sus posibles utilizaciones. Se fríen las chiretas añadiendo patatas fritas, y comiéndose con ajo y perejil.

MODALIDADES: Cabe poner arroz dentro de las chiretas al formarlas (zona de Yésero).

OTRAS INDICACIONES: Receta recogida en Caldearenas, Lanave, Arto, Sabiñánigo y Yebra de Basa.

Tripiligates

NÚCLEO: Biescas.

INGREDIENTES: Menudillos y patas de cabrito, sangre del animal, azafrán, pimentón, piñones, pimienta, patatas y caldo.

MODO DE ELABORACIÓN: Se cuecen los menudillos, las patas y la sangre; posteriormente se trocea y se mezcla. Se añade azafrán, pimentón, piñones, pimienta, patatas y caldo; dejarlo cocer lentamente hasta que la salsa quede trabada.



Pichones

NÚCLEO: Latre.

INGREDIENTES: Cebolla, pichones, vino rancio, perejil y pimienta.

MODO DE ELABORACIÓN: Se corta abundante cebolla muy fina de modo que haya una capa espesa. Una vez que la cebolla comienza a reblandecer, se colocan los pichones sin trocear rellenando su interior con algo de cebolla, se les echa sal, un ramillete de perejil y unos granos de pimienta al gusto y un chorro de vino rancio por encima y se deja que se vaya haciendo. Este plato se complementa con una tortilla de pan que se colocará justo sobre los pichones ocupando toda la circunferencia de la cacerola de modo que la tortilla tomará el aroma del pichón. Al hacer el reparto entre los comensales se coge medio pichón y un trozo de la tortilla con abundante unto.

MODALIDADES: La perdiz se realiza igual que los pichones.

TEMPORADA: Todo el año.

Coliflor con bacalao

NÚCLEO: Oros Bajo.

INGREDIENTES: Coliflor, bacalao, sal, aceite y ajos.

MODO DE ELABORACIÓN: Se cuece la coliflor con sal. Se desala el bacalao durante 12 horas, cambiando el agua. Se rehoga con aceite y ajos y se echa la coliflor. Se pueden añadir huevos batidos en el último hervor.



Huevos tontos con tomate

NÚCLEO: Hoz de Jaca.

INGREDIENTES: 1 huevo, 1 vaso pequeño de agua, perejil y tomate triturado.

MODO DE ELABORACIÓN: Se bate un huevo y se añade un poco de agua y un poco de perejil. Se bate bien y se va echando en una sartén para que se fríen como pequeños buñuelos. Se reservan en una cazuela, se añade tomate triturado y se deja que dé un hervor.



POSTRES

Compota de manzanas

y peras

NÚCLEO: Oros Alto.

INGREDIENTES: 3 manzanas, 3 peras, 1 rama de canela, 3 cucharadas de azúcar y 8 cucharadas de agua.

MODO DE ELABORACIÓN: Se pelan las manzanas y las peras y se ponen en una cazuela a cocer junto con el azúcar, la canela y se añade el agua.

Crispillos

NÚCLEO: Latre.

INGREDIENTES: Huevos, azúcar, leche, harina, gaseosas de papel y anís.

MODO DE ELABORACIÓN: Se mezclan 3 yemas de huevo con un vaso pequeño de azúcar, otro de leche, 2 de harina y 2 gaseosas de papel. Se añade un poco de anís y las claras batidas al punto de nieve. Cuando queda una pasta consistente y fina, se fríe a cucharadas en abundante aceite caliente; se ponen en una bandeja y se espolvorean con azúcar.

MODALIDADES: En la Guarguera y la Galliguera recibe también el nombre de buñuelos. Hay bastantes variedades en función de las cantidades.

OTRAS INDICACIONES: La época preferente era para Carnaval y día de Santa Águeda.

TEMPORADA: Invierno.

Torrijas

NÚCLEO: San Julián de Basa.

INGREDIENTES: Pan seco, leche, huevo y azúcar.

MODO DE ELABORACIÓN: Se pasa pan por la leche para que se empape un poco, después por huevo batido y se fríe en la sartén.



Bollos de patata

NÚCLEO: Caldearenas.

INGREDIENTES: 1 patata grande o 2 pequeñas, 1 huevo, 1 chorro de anís, 1 chorro de leche, 1 gaseosa de papel, 4 cucharadas de azúcar y harina hasta que la masa espese.

MODO DE ELABORACIÓN: Se cuece la patata con agua, luego se le quita el agua hasta que quede un poco. Se chafan las patatas y se añade el resto de los ingredientes. Se trabaja bien y después con una cuchara se coge para freírlo en pequeños bollos.

Macarrón

NÚCLEO: Estallo.

INGREDIENTES: Pan, vino y azúcar.

MODO DE ELABORACIÓN: Se hacen rebanadas de pan y se bañan con vino tinto, posteriormente se espolvorean con azúcar.

OTRAS INDICACIONES: Se toma como merienda antes de ir a segar o al atardecer. También puede tomarse para almorzar.

TEMPORADA: Primavera-verano.



Sopas de Santa Teresa

NÚCLEO: Biescas.

INGREDIENTES: Bizcocho, vino rancio, huevos, azúcar y leche.

MODO DE ELABORACIÓN: Una fuente de horno se cubre con bizcochos rociados con vino rancio. Se mezclan 6 yemas de huevo con 6 vasitos de leche y 6 cucharadas de azúcar. Se vierte la mezcla en la fuente. A continuación se baten las claras a punto de nieve poniéndolas por encima de la mezcla y espolvoreando un poco de azúcar. Poner al horno hasta que cuaje.

Bollos de manzana

NÚCLEO: El Puente de Sabiñánigo.

INGREDIENTES: 2 huevos, harina, levadura, 1 vaso de azúcar, 1/2 vaso de anís, 1/2 vaso de aceite y 1 manzana.

MODO DE ELABORACIÓN: Se baten dos huevos muy bien, se echa la leche, el aceite, anís, azúcar al gusto y harina, se trabaja hasta hacer una masa no demasiado suelta. Se empana la manzana y se fríe.

Preparación previa de la manzana: Se trocea la manzana en láminas y se escalda. 1.º Dejar reposar la manzana escaldada en un plato de coñac y azúcar durante una hora; 2.º Dejar la manzana escaldada en un plato con un huevo batido, agua y azúcar durante una hora.

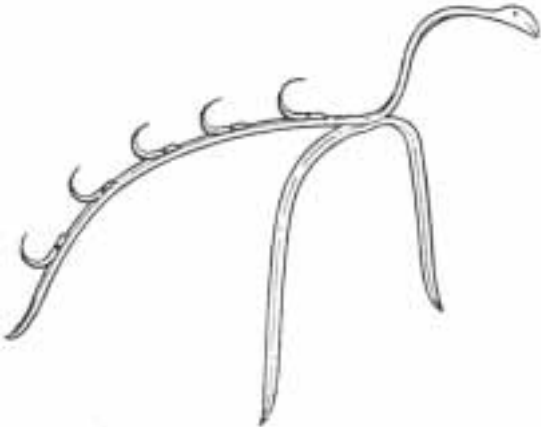
MODALIDADES: Optativo en la masa: añadir miel o ralladura de limón.

Cantos (canutos)

NÚCLEO: Serué.

INGREDIENTES: 2 vasos de vino rancio, 1 taza de manteca deshecha, harina.

MODO DE ELABORACIÓN: Se mezclan los ingredientes hasta endurecer la masa; se ponen envolviendo una caña y se fríen. Una vez fríos se saca la caña y se rellena con crema (natilla).



Edita: Comarca Alto Gállego

www.altogallego.org

Autores: Araceli Escartín, Gema Lacasta, Maite Navas y Francisco Grasa.

Ilustraciones: Julio Gavín

Imprime: Gráficas Alós. Huesca.

Depósito legal: Hu. 38/2004