COCENTAINA

ESPAÑOL

PEQUEÑA RECOPILACIÓN DE RECETAS DE COCENTAINA

Costa Blanca
ALICANTE

turismococentaina.com

CENTAI
CO
NA
VILA COMTAL

COCINA DE SIEMPRE

PEQUEÑA RECOPILACIÓN DE RECETAS DE COCENTAINA

El libro que tenéis entre manos es un recetario de comidas típicas de Cocentaina que ha confeccionado la Garbera Cultural El Guaret. En este recetario hemos querido buscar comidas y bebidas de siempre, de fácil elaboración y de Cocentaina o de sus alrededores y que a causa de los nuevos modos de vida, como el de la cocina rápida, la de recetarios diatópicos o, en definitiva, de la moda de las comidas foráneas, poco a poco van perdiéndose en las casas donde ya no entra la abuela cargada de pucheros, conservas caseras y con mucho tiempo para hacer de nuestra cocina un arte tan grande como el de la cocina francesa, que no es otra cosa que la difusión internacional de su cocina propia.

Nuestro recetario, aunque ha confrontado todas las recetas con diferentes variantes, no podía recogerlas todas y, por lo tanto, ofrecemos la que consideramos que es más pura, o bien hacemos una receta estándar de todas las variantes. Por lo tanto, si alguien cree que tiene una receta, transmitida por sus mayores, mejor elaborada, que no lo dude, que la use y deje de lado la nuestra. Las recetas de este recetario son un intento de salvar la tradición gastronómica de nuestros pueblos.

Las comidas, aunque no tienen marcada de una forma explícita el momento del año de su preparación, sí que lo dejan entrever por los ingredientes que necesitan y están recogidos dentro del mismo texto de la receta, ya que nos percatamos que cuando nos transmitían una receta nunca hacían primero una lista de ingredientes, sino que sobre la marcha iban apareciendo. Ahora bien, nosotros los hemos resaltado con otra grafía para que se puedan ver a un primer golpe de vista. Las cantidades, muchas veces tampoco figuran y las dejamos al gusto de quien prepara la receta o a la necesidad proporcional que viene condicionada por un determinado número de comensales. Eso sí, cuando las dosis son imprescindibles para una buena elaboración, sí que las hemos concretado.

El formato del recetario ha sido muy estudiado y al fin nos hemos percatado que las mujeres cuando recogían recetas de cocina siempre lo hacían en libretas pequeñas, ya que a la hora de usarlas en la cocina era mucho más práctico. Por lo que respecta a la excelente maquetación, hemos combinado sencillez y arte dentro de un ambiente publicitario de otra época más fiel a sus raíces, pero punto de inflexión hacia la uniformidad cultural que nos importan los grandes poderes mundiales y que es el modelo que hoy día triunfa sobre nuestra forma propia de ser.

Esperamos que disfrutéis de vuestra cocina, que la trasmitáis a vuestros descendientes y... buen provecho.

DIRECTORIO "NUESTRA COCINA"

01 LA PICAETA

Tostons
Albóndigas de bacalao
Albóndigas de carne
Sangre con cebolla
Caracoles
Pericana
Espencat
Capellanes asados
Ajos duros
Ensalada

02 PLATOS CALIENTES

Olleta
Casaqueta o Carraqueta
Facedures de dacsa
(pelotas de maiz)
Borreta
Habas sacudidas
Paella de habas
Judias
Judias con cebolla
Mentirons (trigo picado)

03 CASERO CIEN POR CIEN

Butifarra de cebolla
Sobrasada
Butifarra de carne
Potrota
Longaniza
Tomates enristrados
Pimientos enristrados
Salmuera
Aceitunas partidas
Cebollas
Nueces en salmuera
Aceitunas en sosa
Tomates en conserva

04 LICORES y BEBIDAS

Café Licor
Herbero
Salvia
Vino de nueces

05 DULCES, BIZCOCHOS y PANES

Almendras roñosas
Mermelada de tomate
Bizcocho de canónigo
Pan de higos
Pastelillos al aire
Membrillo
Pan
Torta de maíz
Tortitas fritas
Torta de tomate

LA PICAETA

Es una tradición consolidada en Cocentaina empezar cualquier buen comer o cenar con una combinación de sabores distribuidos en pequeños platos que familiarmente se le llama “picaeta”, una auténtica fiesta para el paladar que degusta una mezcla estructurada de carne, pescado, cereales o verduras, todo aliñado y condimentado de una manera original y genuina. Cualquier bar o restaurante de Cocentaina ofrecerá alguno o todos los platos, según la época, que se presentan a continuación. No dejéis de pedir una buena picadeta antes de vuestra comida.

Tostons
Albóndigas de bacalao
Albóndigas de carne
Sangre con cebolla
Caracoles
Pericana
Espencat
Capellanes asados
Ajos duros
Ensalada

Tostons
Primero debes pelar la espiga de maíz y después la desgranas haciendo palanca con un cuchillo sobre las hileras de granos. A continuación, calientas un dedito de aceite en una sartén antiadherente. Cuando el aceite esté caliente, viertes el maíz a tu punto de sal. Vas removiéndolo hasta que esté dorado. Lo sacas y lo sirves caliente.

Albóndigas de bacalao
Pones 400 g de bacalao en remojo durante una noche para que suelte la sal. Al día siguiente, hierves 600 g de patata durante media hora. Aplastas la patata hervida y desmenuzas el bacalao. Mezclas el bacalao y la patata, para amasarlo todo con perejil picado y dos huevos. Después haces las albóndigas (puedes ayudarte de dos cucharas) y las pasas por huevo batido. Finalmente, las fríes en aceite muy caliente hasta que estén bien doradas y las sacas en seguida para que no se queden aceitosas.

Albóndigas de carne
Amasas 1 kg de carne picada (magro, tocino entreverado y ternera) con piñones, sal y canela. Con esta pasta, elabora las albóndigas.
Después, las pasas por harina y las fríes en una sartén con mucho aceite.
Si quieres, puedes acompañarlas de un sofrito de tomate con cebolla aderezado con sal y hojas de laurel.

Sangre con cebolla
Sofríes 200 g de cebolla y le añades medio kilo de tomates triturados. Cuando el tomate rompa a hervir, le viertes unos 300 g de sangre troceada (de cerdo o de cordero) y una pizca de sal. Pones el fogón al mínimo hasta que se consuma el caldo. Puedes servirlo con una picada de ajo y perejil que puedes hacer con tres ajos, unas ramitas de perejil y un pellizco de sal, todo picado en el mortero.

Caracoles
Los caracoles se deben hacer después de las tormentas de verano. Viudas y moros se encuentran en los agujeros de los márgenes, los caracoles chicos (Theba pisana) en el maíz y las "xonetes" (Eobania vermiculata) en la sierra. Solo se deben coger caracoles con los cuernos fuera. No son buenos los caracoles de caparazón blanco y cuernos negros. Dejas los caracoles en un recipiente aireado durante dos días. Transcurrido este tiempo, los limpias con sal para que suelten el moco. Una vez limpios y bien lavados con agua clara, los engañas poniéndolos al sol dentro de un puchero con agua untándole el borde con sal gorda para que los caracoles no se escapen. Cuando han muerto con los cuernos fuera, ya los puedes guisar. Pones los caracoles a hervir. Una vez hervidos, se tira el agua y se lavan bien. Vuelves a poner los caracoles al fuego con agua, cuando rompa a hervir añades tomate y cebolla triturada, un trocito de chorizo picante, hierbabuena, sal y un chorrito de aceite. Lo dejas cocer todo a fuego lento alrededor de una hora y media y ya los puedes servir muy calientes.

Pericana
Asas a la llama o fríes tres o cuatro pimientos de enristrar (y si te gusta picante, también una guindilla. Véase el apartado "enristremos"). Después, asas un capellán o bien bacalao. Lo desmigajas junto al pimiento. Lo mezclas todo en una fuente y le añades dos ajos troceados. Después, lo cubres con aceite de oliva y ya tienes una suculenta pericana para mojar pan.
También puedes tostar una cebolla (al horno) y antes de ponerle el aceite a la pericana de la receta de antes, lo pones todo junto a hervir con un poco de agua. Cuando esté la pericana fría y a punto de comértela, le pones un chorrito de aceite de oliva crudo.

Ajos duros
Pelas cinco ajos y los desmenuzas dentro del mortero. Añades un poco de sal para que se piquen mejor y los debes deshacer hasta que se conviertan en una pasta. Coge fuerza, busca un buen compañero o compañera que te vierta el aceite de oliva y prepárate a remover siempre en el mismo sentido y circularmente sin parar hasta que los ajos duros estén acabados. El aceite debe chorrear de forma continuada y de manera muy fina cuando lo solicite quien está removiendo. Los ajos duros te dirán cuando admiten aceite, ya que verás como se te agarran al majador para que los rocíes. Cuando creas que ya tienes suficiente volumen y veas a que se sueltan del mortero, ya están listos. Si están muy caldosos, no te esfuerces más: se han cortado. Puedes ligarlos un poco si añades un trozo de patata hervida o unas migas de pan húmedo. De todas formas, si no estás seguro de si podrás ligarlos, añade a la pasta de ajo una yema de huevo y forma también una pasta homogénea antes de empezar a verter aceite.

Espencat (asado)
Asas en el horno tres pimientos rojos, tres berenjenas y tres tomates maduros. Cuando esté asado, lo pelas y lo desgajas (haciendo la miga a trozos longitudinales). Deshaces migas de bacalao y cortas dos ajos secos. Mezclas todos los ingredientes con una pizca de sal y lo rocías todo con aceite de oliva. Hay que servirlo a temperatura ambiente.

Capellanes asados
Asas a la llama dos capellanes. Cuando estén dorados, los retiras del fuego y esperas a que se enfríen un poco. A continuación, desgajas el capellán a migas en un plato y lo riegas con abundante aceite.

Ensalada
Necesitas media lechuga verde, dos tomates, un pepino, una cebolla y aceitunas partidas. Enjuagas y haces a trocitos la verdura. Mezclas todos los ingredientes en una fuente y lo aliñas con sal, vinagre y aceite de oliva al gusto de cada uno.

PLATOS CALIENTES

Después de la “picadeta” llega el plato fuerte. En Cocentaina, los platos calientes son contundentes y nutritivos, propios de una cocina de montaña, guisados sin prisa y con amor. Es una manera de cocinar elaborada y, al mismo tiempo, sencilla, con ingredientes modestos y simples, una cocina, en definitiva, que tiene detrás cientos de años de sabiduría y que se ha transmitido de generación en generación.

Olleta
Casaqueta o Carraqueta
Borreta
Facedures de dacsa (pelotas de maiz)
Habas sacudidas
Paella de habas
Judias
Judias con cebolla
Mentirons (trigo picado)

L'Olleta
Pones las judías en remojo la noche anterior. A la mañana siguiente, pones las judías, una asadura (corazón, hígado, pulmón de cordero, costillas de cerdo o de conejo), una butifarra de carne, pencas, nabo, chirivía y un poquito de sal, y lo dejas en el fuego hasta que hierva. Entonces, cuando empiece a hervir, le ponemos una medida de aceite crudo o bien del que guardamos cuando freímos carne y lo dejas a fuego muy lento, pero manteniendo el hervor hasta que todo esté bien cocido. Ahora pones el arroz y cuando esté bueno lo sirves bien caliente.

Casaqueta o Carraqueta
Rompes 1 kg de habas tiernas con piel, sin olvidarte de quitarles los hilos de la vaina. Las escaldas con dos manojos de ajos tiernos dentro de un puchero con poca agua. Cuando empieze a hervir, pones una medida de aceite y la sal.

Borreta
Para cuatro personas: limpias medio kilo de espinacas y las pones a hervir con dos patatas cortadas en tacos, un pimiento rojo (en invierno se puede poner seco), una cabeza de ajos, 100 g de agallas de bacalao a trocitos y media cebolla. Cuando empiece a hervir, viertes una medida de aceite de oliva y sal. Lo cueces a fuego lento. Si quieres, antes de sacarlo del fuego, puedes añadir cuatro huevos y dejarlos hasta que cuajen.

Facedures de dacsa (pelotas de maiz)
Pones un cuarto de harina de maíz en un recipiente. Le añades media barrita de pan, previamente remojada en agua y escurrida; perejil a trozos pequeños, tocino de cerdo que ya esté cocido en el puchero, una pizca de sal y pimentón; una medida de aceite muy caliente y por último un huevo. Amasas con cuidado todos estos ingredientes. Si necesitas caldo para amasar, lo añades de la olla o del puchero donde has cocido el tocino. Una vez amasadas las pelotas, les das forma redonda o bien ovalada y las viertes dentro de la olla donde estamos haciendo la olleta. También puedes verter la pelota envuelta con una hoja de col formando paquetes anudados con un cordel de algodón.

Habas sacudidas
Sofríes la cebolla, después las habas y en tercer lugar las longanizas blancas troceadas (secas o tiernas). Lo ahogas con un poquito de agua. Cuando ya están las habas cocidas, pones una pizca de sal y pimentón para dar sabor. Las sacudes de vez en cuando para que no se peguen. Añade los huevos al hervor y cuando se han espumado, las habas están a punto.

Paella de habas
Sofríes conejo y pollo hasta que la carne esté bien dorada, a continuación añades en el sofrito alcachofas y habas, y cuando está casi a punto, tomate. Debes medir el doble de volumen de agua que de arroz. Primero viertes el agua y, cuando rompa a hervir, la sal, el azafrán y, unos minutos después, el arroz. Lo dejas cocer hasta que se evapore el agua. Lo dejas reposar con la paella tapada unos minutos para que los granos de arroz de arriba también se cuezan.

Judias
Cueces judías con poca agua y, cuando se abran, añades la sal. Las sirves escurridas y con un chorrito de aceite de oliva crudo.

Judias con cebolla
La víspera se ponen las judías secas en remojo (dos puñados por persona). Pones a hervir las judías y cuando se abran les añades o bien 150 g de pimiento ancho o bien de pencas. Después, troceas una cebolla y dos patatas, lo pones en el fuego con un litro de agua. Cuando hierva, viertes una medida de aceite y sal. Finalmente, momentos antes de apagar el fuego, pones un poco de hierbabuena en polvo.

Mentirons (trigo picado)
Un día antes de cocinar los mentirons, pones en remojo el trigo y los garbanzos. Limpias el trigo y le quitas la cáscara. Pones a hervir, con mucha agua, costillas de cordero, menudillo de cerdo y una butifarra de carne. Cuando rompa a hervir, viertes una medida de aceite y lo dejas cocer. Cuando vuelva a hervir, añades pencas, nabos y zanahorias. Cuando estas verduras estén casi buenas y vuelva a hervir, viertes los garbanzos y el trigo. Lo salas a tu gusto y lo dejas hervir hasta que el trigo esté tierno.

CASASERO CIEN POR CIEN

Si lo que queréis es saborear al cien por cien la esencia de las elaboraciones caseras, no dejéis de probar los productos que caracterizan la gastronomía propia de Cocentaina, preparados de la manera más clásica, con ingredientes naturales y una maduración totalmente artesanal. Acompañad cualquier comida del día con estos productos o adquirid algunos para degustarlos en casa. En cualquier caso, podéis estar seguros que siempre os dejarán un agradable recuerdo.

Butifarra de cebolla
Sobrasada
Butifarra de carne
Potrota
Longaniza
Tomates enristrados
Pimientos enristrados
Salmuera
Aceitunas partidas
Cebollas
Nueces en salmuera
Aceitunas en sosa
Tomates en conserva

Butifarra de cebolla
Hierves 5 kg de cebolla y la escurres muy bien. Una vez hervida y escurrida, la trituras. Después, amasas la cebolla con un vaso (de los de vino) lleno de sangre de cerdo, un cuarto de tocino de cerdo, especias (clavel, pimentón...) a tu gusto y dos cucharaditas de sal. Finalmente, lo embutes dentro de un intestino de cerdo y lo atas con cordel de algodón.

Sobrasada
Necesitas 3 kg de cerdo picado (magro, tocino, corazón, asadura...). Mezclas el triturado con las especias (pimentón, orégano...) y una cucharadita de sal. Rellenas el intestino con la mezcla y, según como quieras que sea la sobrasada de grande, le atas los extremos con cordel de algodón y finalmente la cuelgas en un lugar ventilado para que se seque bien.

Potrota
Se elabora igual que la butifarra de carne, pero la atas con un intestino más ancho que le da la forma característica parecida a la de la sobrasada.

Longaniza
Amasas 3 kg de cerdo picado (véase la receta anterior), especias como el pimentón, un poquito de pimienta, clavel..., y una cucharadita de sal. Lo mezclas todo y lo embutes dentro de un intestino de cerdo. Lo atas con un cordel de algodón para darle la forma alargada característica de las longanizas.
Si quieres hacer longanizas rojas, únicamente deberás añadir pimentón.

Butifarra de carne
Amasas 2 kg de cerdo picado (magro, tocino, corazón, asadura...) y un vaso de sangre (también de cerdo) con especies (canela, pero cuidado que con muy poca da mucho gusto, romero, pimentón...) y sal a tu gusto. Con el preparado que te quede rellenas un intestino de cerdo y lo atas bien con cordel de algodón.

Tomates
Parte los tomates por la mitad, pones mucha sal gorda y los dejas al sol, encima de un tablero para que se sequen. Todas las noches los debes entrar en casa así como los días de lluvia para que no se humedezcan y aparezca moho. Una vez muy secos, con cordel de algodón y una aguja gruesa y punzante por el centro, les pasas el hilo de manera que quedan todas formando una ristra.

Pimientos
Cosechas o compras los pimientos de enristrar cuando empiecen a entrar en color. Los enristras igual que hemos hecho con las tomates, pero pasando el cordel por el pedúnculo. Ya las puedes dejar al sol y en un lugar aireado hasta que estén secas.
Una vez enristrados, deja los tomates y los pimientos en un lugar donde no haya humedad para que no aparezca moho.

Salmuera.
Tomates, zanahorias, cebollas, pimientos blancos y uña de gato.
Lo primero que harás será preparar la salmuera: prepara agua suficiente para llenar todos los recipientes que debes utilizar y vas añadiéndole sal y removiendo. Debes añadir sal hasta el momento en que un huevo fresco pueda flotar por encima del agua salada. Ya tienes la salmuera.
Los tomates y los pimientos se deben poner con dos cortes en cruz en la parte de la flor, las zanahorias las pelas y las cortas longitudinalmente en dos o cuatro trozos, según como sean de gruesas y las haces a trozos de unos cuatro centímetros. Por último, la uña de gato se escalda y se pone en matas que no estén en flor ni granadas.
Cuando ya tienes las hortalizas dentro de los recipientes, viertes la salmuera hasta llenar tres cuartas partes del recipiente. Ahora debes poner el vinagre hasta cubrir los tomates, pimientos, zanahorias o la uña de gato. Si ves que algo flota y no queda cubierto, con dos trozos de caña cruzados en la boca del recipiente puedes mantenerlo todo por debajo del nivel del agua.

Aceitunas partidas
Coges las aceitunas y las partes con una piedra teniendo cuidado de no romper el hueso. Después, las dejas en remojo en agua sin cloro durante una semana. Cada día les debes cambiar el agua para que vayan perdiendo el sabor amargo. Pasada la semana, las pones en el recipiente donde las debes sazonar poniendo tandas de aceitunas y de pebrella (si quieres, puedes poner alguna otra hierba aromática como ajedrea, tomillo...). Ahora viertes la salmuera (primera receta de este apartado) con agua sin cloro hasta que estén bien cubiertas.

Cebollas
Las cebollas se hacen igual que las tomates, pero sin poner sal, ya que no la admiten.

Nueces en salmuera
Cosechas las nueces antes del quince de junio, para que no estén ya duras. Haz unos cortes y ponlas en agua. Cambia el agua muchas veces hasta que estén dulces. Para hacerlas negras, las sacas del agua, las esparces sobre un paño, las pones al sol y las mueves de vez en cuando. Cuando estén ya negras, las pones en salmuera (véase la primera receta de este apartado) hasta que estén buenas.

Aceitunas en sosa
Pones 125 g de sosa, por cada 5 kg de aceitunas enteras, en agua durante veinticuatro horas. Después, las enjuagas y durante una semana como mínimo les debes ir cambiando de agua para hacer desaparecer la sosa completamente. Cuando el agua ya está clara y dulce, la tiras por última vez y vas haciendo, en el recipiente donde vas a sazonar las aceitunas, tandas de aceitunas y de trozos de limón, hojas de limonero, pebrella, laurel y dos o tres cabezas de ajos. Finalmente, lo cubres todo con salmuera (primera receta de este apartado).

Tomates en conserva
Debes comprar tomates maduros. Los enjuagas y los pelas (si quieres que la piel salte bien, los frotas con la hoja del cuchillo o los escaldas). Preparas los botes de tapa hermética y los enjuagas. En un recipiente grande vas embutiendo los tomates a trozos hasta que el bote esté muy lleno y se salga el caldo (que recogerás en el recipiente para bebértelo fresco). Tapas los botes y los enjuagas. Con un paño aprietas bien la tapa y vas dejándolos dentro del recipiente donde los hervirás. Los pones a hervir y cuando estén cinco o diez minutos hirviendo, apagas el fuego. Cuando el agua esté fría, sacas los botes y los guardas para el invierno.

LICORES Y BEBIDAS

Tanto durante como después, tenemos la posibilidad de acompañar la comida con licores y bebidas tradicionales que nos ayudarán no sólo a potenciar el sabor de los alimentos, sino también a digerirlos plenamente. Son bebidas elaboradas por destilación, reposadas, algunas espirituosas, que mezclan el café, el alcohol, el azúcar, la canela, el anís o las hierbas autóctonas de uso culinario que crecen de forma esporádica en torno a la sierra de Mariola. Todo un placer para el paladar y para el espíritu.

Café licor
Herbero
Sàlvia
Vino de nueces

Cafè licor
Necesitas 5 l de agua sin cloro que dejarás dentro de un puchero grande. Mueles 200g de café con un molinillo manual o con una botella para que no se haga polvo y que después enturbie el café. Viertes el café al agua, lo remueves y al día siguiente añades un litro de alcohol del bueno para beber. Cada día, lo remueves un par de veces y a la semana próxima ya está listo para colarlo y beberlo.

Herbero
Mezclas azúcar en agua hasta que esta cristalice. Después, mezclas una parte de alcohol por cada dos o dos y media de agua con azúcar. Dentro de una botella, pones una ramita de poleo, una de tomillo, otra de salvia, rabo de gato, manzanilla y un poquito tomillo real. Viertes la mezcla de agua y alcohol, lo dejas reposar unos cuarenta días, cambias el líquido de botella y ya está bueno para beber.
También puedes utilizar la mezcla de anises de la salvia, en lugar de la de alcohol, junto con agua y azúcar

Salvia
Con medio litro de anís seco y medio del dulce y unas ramitas de salvia, todo dentro de una botella, ya tienes la salvia. Lo dejas reposar cuarenta o cincuenta días y ya está buena para beber. Sacas el líquido de la botella y lo pones en otra que esté decorada.

Vino de nueces
Antes de San Juan, cosechas una docena de nueces, las partes y mezclas la corteza y la pulpa con un litro de vino negro y una ramita de canela. Cuando transcurra un mes, lo pasas por un colador de tela y lo dejas en un recipiente un poco más grande, añades un cuarto de azúcar y un cuarto de alcohol, lo mezclas bien mezclado y cuanto más lo dejes reposar, mejor estará.

DULCES, BIZCOCHOS Y PANES

Y nada mejor para terminar que un buen dulce artesanal que nada tiene que ver con las elaboraciones industriales a las que estamos acostumbrados. Huevos, harina, azúcar, almendras y un buen pellizco de paciencia y de saber hacer son los ingredientes secretos de estos postres y recetas caseras.
Buen provecho.

Almendras roñosas
Mermelada de tomate
Bizcocho de canónigo
Pan de higos
Pastelillos al aire
Membrillo
Pan
Torta de maiz
Tortitas fritas
Torta de tomate

Almendras roñosas
Pones un vaso de agua en un cazo al fuego donde disuelves un vaso de azúcar. Una vez que esté bien mezclado todo, viertes dos vasos de almendras. Lo remueves constantemente hasta que el fuego absorba toda el agua y las veas blancas. Continúa removiendo hasta que se caramelicen. Vierte las almendras sobre una bandeja de hojalata untada de aceite y procura que no se peguen entre ellas.

Mermelada de tomate
Pelas y troceas un 1 kg de tomates. Los dejas escurrir para que pierdan el agua. Compruebas el peso del tomate y pones la misma cantidad de azúcar que de tomate (mitad y mitad). Lo pones a fuego lento y lo remueves con frecuencia para que no se pegue el tomate a la cazuela. Cuando saques un poquito con una cuchara y no caiga el dulce, ya está bueno. Viertes la mermelada en un bote de vidrio y, bien tapado, lo pones a hervir unos diez minutos contados a partir del momento en que empiece a hervir. Así podrás conservarlo durante todo el año.

Bizcocho de canónigo
En una palangana mediana, bates seis claras de huevo a punto de nieve. Añades medio kilo de azúcar y lo deshaces muy bien. Después, viertes las yemas, limón rallado, canela, dos vasos de leche, medio kilo de harina, dos medidas de aceite y soda gasificante (ácido tartárico y bicarbonato sódico), sin dejar de remover. Aparte, preparas una bandeja de hojalata con un hoja de papel blanco de cocina y viertes la masa preparada. Pones el bizcocho al horno durante tres cuartos de hora.

Pastelillos al aire
Necesitas un 1 kg de almendruco (almendra pelada y molida), un cuarto de azúcar molido y dos huevos.
Con todo esto, preparas una pasta con la que debes hacer bolitas aproximadamente de la medida de una nuez. Ya tienes así el revestimiento de los pastelillos. Solamente te queda rellenarlos con dulce de boniato o de cabello de ángel. Para ello, aplastas las bolitas, encima les pones el dulce y las cierras con los dedos para darles la forma de media luna. Pones los pastelillos sobre obleas y los dejas que se sequen al aire sobre un tablero.

Pan de higo
Cosechas los higos cuando estén muy maduros. Los pones sobre un tablero y los dejas al sol para que se sequen. No deben pasar la noche al relente, ni tampoco se deben sacar los días de mucha humedad. Cuando ya estén secos, los escaldas para que no se aviven y, ya secos, los pasas por harina y los aplastas. Cuando quieras, abres los higos y los rellenas con frutos secos (almendras y nueces).

Membrillo
Hierves los membrillos (sin quitarles la piel) con poca agua, los escurres, los troceas y les quitas el hueso y la piel. Los aplastas y añades 1 kg de azúcar por cada kilo de membrillos. Lo pones todo dentro de una cazuela al mínimo de fuego. Lo dejas cocer de dos a tres horas removiendo de vez en cuando. Cuando el membrillo esté bueno, lo retiras del fuego y, aún caliente, lo viertes en un recipiente. Lo dejas secar tapado con un paño y en un lugar ventilado.

Pan
En agua tibia deshaces la levadura y añades una medida de aceite. Cuando todo esté bien mezclado, pones medio kilo de harina con un poquito de sal, todo pasado por un colador. Se debe amasar muy bien hasta que la masa no tenga grumos y ya no se pegue a las manos. Si se pega, le añades más harina seca hasta que la pasta se suelte de las manos y del banco.
Hay que dejar reposar la masa tapada con una bayeta hasta que fermente y suba. Cuando ya ha subido, la volvemos a amasar. Después, modelas los panes y los dejes tapados en una bandeja untada de mantequilla hasta que hinchen un poco.
Cuando ya está la pasta buena y antes de poner los panes al horno, haces unos cortes al pan para que estalle por allí. El horno debe estar caliente a unos 200ºC. Presta mucha atención porque se cuecen muy rápidamente, poco más o menos en quince minutos.
Si quieres hacer pan negro, debes emplear harina integral, con más salvado

Torta de maiz
Amasas la harina de maíz con agua tibia. Lo aplastas dentro de una bandeja y le pones sardinas saladas y tomate en salmuera o embutidos. La pones en el horno como las otras tortas.

Tortitas fritas
Haces la misma pasta que para el pan y después de dejarla reposar por primera vez ya tienes la masa preparada para hacer las tortitas. Coges la masa a pellizcos para hacer bolas y después las aplastas más o menos según si nos gustan más tiernas o más secas. Si la masa se pega al banco, hay que untarlo con aceite.
Se fríen en aceite muy caliente y abundante y se sacan del fuego cuando las veas doradas.

Torta de tomate
Pones a calentar medio litro de leche y, cuando esté tibia, disuelves la levadura y, después, añades una medida de aceite y gaseosa. Por último, la harina que acepte la leche pasada por el colador. Cuando la pasta está al punto, igual que en el pan, la dejas reposar tapada con una bayeta hasta que suba.
Mientras fermenta, prepara el sofrito de tomate. Cuando la masa esté a punto, la extiendes por la bandeja que habrás untado con mantequilla, dejando unos bordes más altos que el resto de la masa para que el sofrito no caiga.
La pones en el horno, frío o caliente, durante una media hora a unos 160º 170º C y estará buena cuando la pinches con un tenedor y no se pegue la masa.
Con harina
Prepararas la masa igual que antes, pero cuando esté en la bandeja, ya extendida, untaremos la masa de aceite de oliva y después espolvoreas por encima, en vez del sofrito, harina en polvo ligeramente salada.

Textos:
Garbera Cultural El Guaret

Fotos:
Carlos Cerver. “Fletxa”
Gráficas Agulló

DIPUTACIÓN DE ALICANTE

Costa Blanca ALICANTE

CENTAI CO NA VILA COMTAL

Patronato Provincial de Turismo de la Costa Blanca
Tel. +34 965230160
Fax. +34 965230155
turismo@costablanca.org
www.costablanca.org

Tourist Info Cocentaina
Pl. del Pla, s/nº
Tel. +34 965590159
Fax. +34 965593067
cocentaina@touristinfo.net
www.turismococentaina.com