

Un libro para leer

El recetario de La Raya

Autora:

M.ª Cristina Rodríguez Caldero. Directora de Comunidad

Para contactar:

M.ª Cristina Rodríguez Caldero
rodriguezcaldero.cristina@gmail.com

Te presento un estupendo libro de cocina elaborado por cocineros de Portugal y de Castilla y León. Las recetas son de las zonas limítrofes de las regiones norte y centro de Portugal y las provincias de León, Salamanca y Zamora, de ahí el nombre. De inmediato el recetario te atrapa, y además resulta sorprendente que productos similares, al ser preparados de formas diferentes, den lugar a comidas muy distintas, pero igualmente exquisitas.

En el *Recetario de La Raya* podemos encontrar desde las humildes sopas de ajo, a los potajes con garbanzos de Fuentesauco, y muchas formas de cocinar el pulpo y el bacalao. Entre los acompañamientos, destacan las patatas, que van bien tanto con la carne como con el pescado, las cebollas y el pimentón y, ¡cómo no!, los guisos que preparaban nuestras abuelas con callos, patas o morro. Entre las carnes, destacan el lechazo asado en horno de leña, el tostón y los pichones al estilo de Tierra de Campos, pero también el rabo de toro y la ternera, así como numerosas recetas que se preparan con la carne de cerdo y los embutidos. Los postres son el remate de estas exclusivas comidas y van desde las cañas zamoranas rellenas de crema, hasta el arroz con leche, las peras al vino tinto de Toro, los pasteles de Belém y otros dulces rellenos de nata y cabello de ángel.

La gastronomía de una tierra es una parte importante de su cultura y el sello de identidad de sus gentes. Las recetas de este libro retratan el carácter recio y austero de las personas que viven en esta región de La Raya y nos hablan del trabajo duro que necesita de una alimentación consistente. También nos cuentan historias de hombres y mujeres que viven en países diferentes, pero que se hermanan al preparar el sustento diario a fuego lento y con amor.

Este libro de cocina ofrece platos sencillos, pero muy nutritivos y sanos, elaborados

con productos cotidianos, que son fáciles de encontrar en cualquier mercado, a la vez que son asequibles a cualquier bolsillo; comidas espléndidas que nos recuerdan la infancia, las celebraciones familiares en casa de los abuelos, aquella sensación de pertenencia...

Cualquier persona que quiera descargarse el recetario puede hacerlo en:

http://www.verasmundo.com/feriaturis-cyl/sites/default/files/recetario_raya.pdf



Natillas de casa

Ingredientes:

- 1 litro de leche entera (mejor si es fresca del día).
- 4 huevos.
- 13 cucharadas rasas de azúcar, más otras 2 de postre.

Elaboración:

Se pone a calentar la leche con las 13 cucharadas de azúcar.

Se baten los 4 huevos y las 2 cucharaditas de azúcar en la batidora hasta que la mezcla tenga espuma.

Cuando la leche esté muy caliente, pero sin hervir, se echan de golpe los huevos batidos.

Se da vueltas rápidamente con una cuchara de madera, y cuando esta quede cubierta con las natillas, es que ya están hechas.

Poner en una fuente y espolvorear canela por encima. También se pueden poner galletas si te gustan.

