

Libreta: Pastas
Creado: 25/03/2018 19:41
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/gachas.html>

Gachas

INGREDIENTES

1/2 kg. de pan moreno,
200 gr. de harina candeal,
1/4 l. de aceite,
100 gr. de matalahúga,
100 gr. de miel de caña,
Sal.

PREPARACIÓN

Se fríe en aceite el pan moreno cortado en dados y se retira.

En el mismo aceite se echa un puñado de matalahúga y se aparta del fuego rápidamente.

En una cacerola se pone a hervir agua, a la que se añade el aceite con la matalahúga. Después, se deja que se enfríe completamente.

En un cacharro aparte se desleirá la harina con un poco de agua fría y sal. Se une esta masa al agua con el aceite y la matalahúga y se pone a fuego lento, sin dejar de remover durante quince o veinte minutos.

Se sirve en sopera. A los platos individuales se les añaden los dados de pan frito y se rocían con miel de caña.

Nota:

Esta receta pertenece a la poetisa malagueña María Victoria Atencia, quien considera que el plato sirve también como postre.

Las gachas pueden hacerse –siempre con harina– con leche o con caldo de cocido y, según el lugar, reciben los nombres de farinetas, farrepas, formigas, paleadas, pulientas o puches. Se dice que los egipcios comían gachas de mijo, de cebada y de trigo; mientras que los griegos las mezclaban con aceite.

Parecidas a las gachas malagueñas son las que se hacen en Murcia con leche y con arrope, siendo costumbre comerlas en la festividad de Todos los Santos. En algunos pueblos de Granada se preparan con mosto, siendo la proporción de 90 gramos de harina por cada litro de mosto.

Las gachas popularmente se relacionan con la Nochebuena. Así se deduce del texto de muchos villancicos, como vemos en estos dos ejemplos:

*En el portal de Belén
hay un viejo haciendo gachas
con la paleta en la mano
invitando a las muchachas.
Un pastor comiendo gachas
en el cielo divisó
un letrero que decía:
Ha nacido el Redentor.*