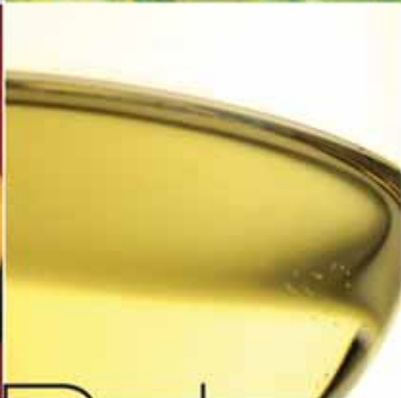
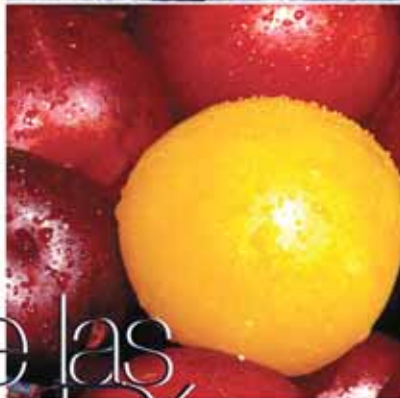
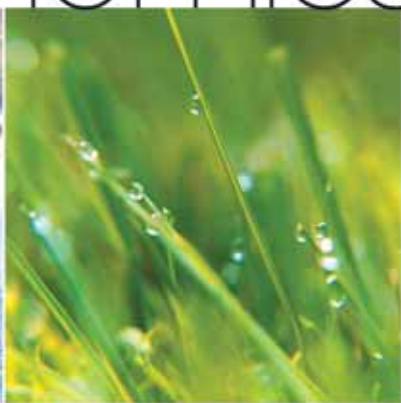


Guía gastronómica



de las

Rías Baixas



Rías
Turismo Baixas

RECETAS

Almejas a la marinera

INGREDIENTES (4 PERSONAS)

250ml. de aceite

1 hoja de laurel

1 cebolla grande

1 cucharada de harina

1 vaso de vino blanco

1 rama de perejil

1,2kg. de almejas

1/2 cucharada de pimentón dulce

una pizca de pimentón picante

PREPARACIÓN

Se dejan las almejas unas horas en un recipiente con agua y sal para que suelten bien las arenas. En una sartén con aceite bien caliente se rehoga la cebolla previamente picada. A continuación se añaden las almejas. Cuando empiecen a abrir, se agrega el vino blanco, el pimentón, el laurel, el perejil picado y finalmente la harina.

Se deja hervir un rato moviéndolas continuamente para que no se peguen. Cuando la salsa espese, ya están listas para servir.



almejas
a la
marinera

RECETAS

Rape a la gallega

INGREDIENTES (4 PERSONAS)

sal

250ml. de aceite para la ajada

1 hoja para la ajada

¼ cebolla para la ajada

800gr. de patatas

vinagre

2 dientes de ajo para la ajada

1kg. de cola de rape

PREPARACIÓN

Una vez quitada la piel al rape, se corta en rodajas y se sazona con sal, se le añaden unas rodajas de cebolla y laurel. En una cazuela, se ponen a cocer las patatas. Un poco antes de que estén cocidas, se les agrega el rape con el laurel y la cebolla, y se deja hervir durante 5 minutos. Transcurrido ese tiempo, se le echa un chorrito de vinagre y se retira del fuego. Se le escurre el agua y se le echa la ajada.

AJADA

Se ponen los ajos picados, la cebolla y el laurel a dorar en el aceite. Cuando esté todo dorado, se retira, se deja enfriar un poco y se le agrega un poco de pimentón dulce, (½ cucharada), con una pizca de pimentón picante y un chorrito de vinagre.



rape a
la gallega

RECETAS

Carne ao caldeiro

INGREDIENTES (8 PERSONAS)

Sal gorda
800gr.de patatas
100gr. de unto
2kg. de vacía y costilla de ternera gallega
pimentón picante

PREPARACIÓN

Se corta la carne en trozos aproximadamente de 200 grs. Se corta el unto en rodajas finas que se colocan encima de la carne. Se cubre con agua y se cuece lentamente. Cuando se pinche la carne, se le agregan las patatas troceadas y se dejan hervir hasta que estén cocidas y el agua se convierta en jugo gelatinoso. Se sirve espolvoreado con pimentón picante y unas arenas de sal.



carne ao
caldeiro

RECETAS

Angulas al ajillo

INGREDIENTES (2 PERSONAS)

200 gr.de angulas
4 unidades de dientes de ajo
Guindilla
Aceite de oliva

PREPARACIÓN

Se cubre con aceite el fondo de una cazuela de barro y se pone al fuego. Se filetean los ajos y, cuando el aceite esté caliente, se añaden a la cazuela. Cuando los ajos comiencen a coger un color dorado, se añade la guindilla e, inmediatamente, las angulas, removiendo continuamente para que se impregnen bien del sabor del aceite.

Se mantienen al fuego el tiempo imprescindible para que se calienten bien, ya que se pasan rápidamente y, con el calor que acumula el barro, continuarán haciéndose una vez retiradas del fuego. Se sirven inmediatamente en la misma cazuela.



angulas
al ajillo

POSTRES Y RECETAS

POSTRES

Filloas

Las filloas son un postre típico de Carnaval, aunque pueden encontrarse con frecuencia en cualquier época del año. Tradicionalmente se hacen con sangre de cerdo y sobre una piedra caliente, pero también se pueden hacer con harina, huevos y leche y rellenas con productos dulces o salados.

Melindres

Reciben este nombre las rosquillas muy pequeñas a las que se les da brillo y glaseado y aumentan su sabor dulce con almíbar. Se elaboran a base de almendras, harina, leche, con huevos o sin ellos, anís etc. Los de Ponteareas tienen la particularidad de mezclar la harina con un poco de almendra partida, por el contrario, en Silleda le añaden miel.



filloas

RECETAS

Mousse de castañas, filloa crocanti y sorbete de mirabeles

INGREDIENTES

3huevos
50gr. de agua
3/4 litro de leche
50gr. de harina
250cl. de nata líquida
300gr. de castaña
100ml. de vinagre de miel
50gr. de miel de eucalipto
50gr. de cobertura blanca
200gr. de mirabeles
200gr. de azúcar
ralladura de naranja
75gr.de matequilla fundida

PREPARACIÓN

Mousse de castañas

Cocemos las castañas peladas, pasamos por el chino, añadimos el 1/2 dl. de leche y trituramos en el túrmix, añadimos la cobertura fundida y amalgamos con la nata montada con 100 g. de azúcar; reservamos en frío.

FILLOAS CROCANTIS

Preparamos la masa por este orden, los huevos, la nata (batimos), la harina, el azúcar, las ralladuras, la leche templada y la mantequilla. En una sartén hacemos las filloas tan finas como sea posible, cortamos en forma de rectángulo y secamos al horno a 120 grados en forma de rulo hasta que estén crujientes.



mousse
de
castañas

SORBETE DE MIRABELES

Hacemos un almíbar con 50 g. de agua y 50 de azúcar, añadimos a la pulpa de los mirabeles y trituramos todo. Colamos y montamos en sorbetero.

Reducción de vinagre y miel.

Reducimos ambos ingredientes hasta que tomen textura de salsa.

OBSERVACIONES

Disponemos en el centro del plato un montón de mousse, en un costado la filloa y dentro de ésta el sorbete; decoramos con caramelo y la salsa de miel.



mouse
de
castañas

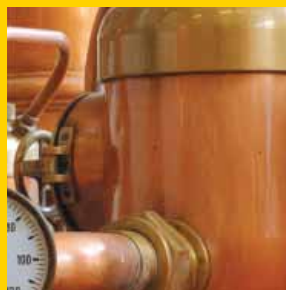
AGUARDIENTE, VINO FIESTAS Y RECETAS

AGUARDIENTE

Se obtiene de los restos que no se aprovechan para la elaboración del vino. A pesar de haber estado prohibida la destilación de bagazo para la obtención del aguardiente, se trata de una bebida tan arraigada en la tradición popular gallega que ha llegado a que la administración establezca líneas de acción para la protección y reglamentación del producto, creando la denominación de origen “orujo de Galicia”.

La queimada es una bebida típica que aparece en la tradición gallega como brebaje para alejar a los malos espíritus y meigas. Acompaña el ritual la pronunciación del conxuro mientras se van consumiendo las llamas del fuego:

“ Mouchos, curuxas, sapos e bruxas. Demos, trasnos e diaños, espritos das nevoadas veigas. Corvos, píntegas e meigas, feitizos das menciñeiras. Pobres cañotas furadas, fogar dos vermes e alimañas. Lume das Santas Compañías, mal de ollo, negros meigallos, cheiro dos mortos, tronos e raios. Ouveo do can, pregón da morte, fouchiño do sátiro e pé do coello. Pecadora lingua da mala muller casada cun home vello. Averno de Satán e Belcebú, lume dos cadáveres ardentes, corpos mutilados dos indecentes, peidos dos infernais cus, muxido da mar embravescida. Barriga inútil da muller solteira, falar dos gatos que andan á xaneira, guedella porra da cabra mal parida. Con este fol levantarei as chamas deste lume que asemella ao do inferno, e fuxirán as bruxas dacabalo das súas escobas, índose bañar na praia das areas gordas. ¡Oíde, oíde os ruxidos que dan as que non poden deixar de queimarse no aguardente, quedando así purificadas. E cando esta beberaxe baixe polas nosas gorxas, quedaremos libres dos males da nosa ialma e de todo embruxamento. Forzas do ar, terra, mar e lume, a vós fago esta chamada: se e verdade que tendes máis poder que a humana xente, eiquí e agora, facede cos epritos dos amigos que están fora, participen con nós desta queimada...”



aguardiente

RECETAS

Queimada

INGREDIENTES

1 litro de aguardiente
150 gramos de azúcar
1 cáscara de limón
Varios granos de café

PREPARACIÓN

Colocar en un recipiente de barro o tartera de porcelana el azúcar y el aguardiente. Se añaden las cortezas del limón y algunos granos de café.

Se reservan dos cucharadas de azúcar, al igual que un poquito de aguardiente para ponerlos en el cucharón. Se prende fuego a este, incorporándolo ardiendo al resto de la queimada.

Revolver con cuidado. Dejar que se queme el tiempo que se quiera, dependiendo del gusto. Cuanto menos se queme más fuerte será. Se apaga soplando fuerte o tapando el recipiente.



queimada