

# Recetario de La Raya

*Cocina de frontera*

# Receitas da Raia

*Cozinha de fronteira*



**Interreg**  
España - Portugal

Fondo Europeo de Desarrollo Regional  
Fundo Europeu de Desenvolvemento Regional



  
**Junta de  
Castilla y León**

©

Junta de Castilla y León

Cofinanciado por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional FEDER  
a través del Programa Interreg V-A España-Portugal (POCTEP) 2014-2020

# Índice

Presentación / Apresentação	2
Chichos con cachelos	4
Trucha de Sanabria con boletus	6
Borrachos de Alcañices	8
Mollejas de ternera de Aliste asadas	10
Mollejas de ternera de Aliste en salsa	12
Bacalhau dourado	14
Bacalhau à Mirandês	16
Alheira asada	18
Posta de vitela à sendinesa	20
Bacalhau à molineira	22
Bola doce mirandesa-sendinesa	24
Polvo a lagareiro grelhado	26
Ternera sayaguesa escabechada	28
Periquillos de licor café	30
Patatas machicadas	32
Cordero guisado con almendras	34
Patatas rebozadas	36
Rabo de toro de Morucha	38
Ovos mexidos de alheira e espargos	40
Bacalhau do labrador	42
Flan de almêndoas	44
Caldo verde	46
Borrego da Marofa	48
Bacalhau grelhado	50
Farinato con huevos	52
Perdiz escabechada	54

## Presentación

Las regiones Norte y Centro de Portugal junto con Castilla y León conforman un extenso territorio, una macroregión sin igual en toda Europa, pero llena a su vez de pequeños espacios singulares como el de las poblaciones y entornos de La Raya a ambos lados de la frontera, donde todavía nos queda mucho por descubrir, empezando por sus espectaculares paisajes, diseccionados por el Duero-Douro, por sus variados vinos y rica gastronomía. Donde existen pueblos poco conocidos desde un punto de vista turístico, con calles, plazas y rincones en los que a veces parece haberse detenido el tiempo y donde afortunadamente todavía el paisaje es más frecuente que el visitante.

La Raya hispano-lusa con más de ocho siglos de existencia es la más antigua y larga de Europa, pero hay que entenderla, no solo como sinónimo de frontera, sino como un espacio común, donde sus pobladores han compartido y chocado en el devenir histórico, conformando culturas y costumbres con muchos elementos comunes. En Castilla y León, en las provincias de Zamora y Salamanca este espacio rayano en linde directa con la frontera tiene 349 kilómetros de largo y acoge a 37 términos municipales. Igualmente en Portugal, en la mismísima línea divisoria los distritos de Braganza y Guarda lo hacen con 54 "freguesias". Pero además la influencia de La Raya se expande en Castilla y León por las comarcas contiguas de Sanabria, Alba y Aliste, Sayago, Campo de Vitigudino, Ledesma y Ciudad Rodrigo, y al otro lado por la mayor parte de Tras Os Montes y Beira Interior. Sin embargo, pese a su potencial riqueza (recursos naturales, agroganaderos, medioambientales, culturales o patrimoniales) en contraste con otros espacios fronterizos europeos desarrollados y prósperos, nuestra Raya es una de las áreas más despobladas y subdesarrolladas, al menos de la península ibérica.

Para el desenvolvimiento actual y futuro de La Raya el turismo puede y es una gran oportunidad por los recursos ya mencionados, pero también muy especialmente por la calidad de sus productos agroalimentarios, unos propios y otros como consecuencia del intenso y secular comercio entre ambos territorios, que han dado lugar a través de los años a unos fabulosos recetarios de cocina, que precisamente a través de esta publicación con una muestra de 26 recetas queremos poner nuevamente en valor, dando continuidad al primer recetario de La Raya editado en 2008 y que no ha dejado de ser demandado a lo largo de todo este tiempo.

En ambos recetarios con un total de 74 enunciados de cocina tradicional podemos ver, poner en práctica y disfrutar de la sencillez y a la vez de la gran riqueza de esta cocina de frontera, que aunque es de origen popular puede ser degustada en los restaurantes del territorio que desinteresadamente han colaborado con su aportación en la elaboración de estas recetas, que tendrán continuidad en próximas publicaciones abarcando todo el conjunto de la restauración de la zona.

Es bueno que en estos tiempos, de instantánea comunicación a nivel planetario, donde se ha logrado que casi todos sepamos un poco de las grandes y vanguardistas cocinas del mundo e incluso de sus técnicas, sin embargo, podamos preguntarnos ¿que conocemos de nuestra cocina de proximidad más ancestral, más étnica?, pues he aquí una oportunidad para iniciarse y disfrutar de esta cocina de frontera a través de este nuevo recetario, con platos de carne, pescado, verdura y dulce.

Por lo que, cocinando pero mejor viajando podrás descubrir que pese a la cercanía hay notables diferencias en las formas de cocinar de La Raya, pero igualmente muchos aspectos en común, lo que hace precisamente de este itinerario gastronómico algo sumamente atrayente. Así pues, con este RECETARIO DE LA RAYA les invitamos a descubrir lo que se cuece, se guisa, se asa o se fríe en las cocinas de los restaurantes de La Raya.

## Apresentação

As regiões de Norte e Centro de Portugal em conjunto com Castela e Leão constituem um extenso território, uma euro-região sem equivalente em toda a Europa, mas também cheia de pequenos espaços singulares como as cidades e ambientes da Raia de ambos os lados da fronteira, onde ainda temos muito a descobrir, a começar pelas suas paisagens deslumbrantes, dissecadas pelo rio Duero-Douro, os seus vinhos variados e a sua rica gastronomia. Onde há aldeias pouco conhecidas do ponto de vista turístico, com ruas, praças e esquinas em que o tempo por vezes parece ter parado e onde, felizmente, os habitantes locais ainda são mais frequentes do que os visitantes.

A Raia luso-espanhola, com mais de oito séculos de existência, é a mais antiga e extensa da Europa, e deverá ser entendida, não como sinónimo de fronteira, mas como um espaço comum, que os seus habitantes partilharam e onde também se confrontaram ao longo da história, moldando culturas e costumes com muitos elementos comuns. Em Castela e Leão, nas províncias de Zamora e Salamanca, este espaço da linha de fronteira tem 349 quilómetros de comprimento e inclui 37 municípios. Do mesmo modo, em Portugal, na própria fronteira, os distritos de Bragança e Guarda albergam 54 freguesias. Mas a influência da Raia estende-se também em Castela e Leão aos distritos vizinhos de Sanabria, Alba e Aliste, Sayago, Campo de Vitigudino, Ledesma e Ciudad Rodrigo, e do outro lado à maior parte das Trás-os-Montes e Beira Interior. No entanto, apesar da sua riqueza potencial (natural, agrícola, pecuária, ambiental, cultural ou patrimonial) em contraste com outras zonas fronteiriças europeias desenvolvidas e prósperas, a nossa Raia é uma das zonas mais despovoadas e subdesenvolvidas, pelo menos na Península Ibérica.

Para o desenvolvimento atual e futuro da Raia, o turismo pode ser, e é uma grande oportunidade devido aos recursos acima mencionados, mas também, e em particular devido à qualidade dos seus produtos agroalimentares, uns que são específicos e outros resultam do intenso e secular comércio entre ambos os territórios, e que deram origem, ao longo dos anos, a um excelente receituário tradicional. Gostaríamos de destacar mais uma vez esta riqueza através desta publicação com uma amostra de 26 receitas, dando continuidade ao primeiro livro de receitas raianas publicado em 2008 e que continuou a ser procurado ao longo de todo este tempo.

Em ambos os livros de receitas, com um total de 74 receitas de cozinha tradicional, podemos ver, pôr em prática e apreciar a simplicidade e, ao mesmo tempo, a grande riqueza desta cozinha de fronteira, que embora de origem popular pode ser provada nos restaurantes do território que colaboraram desinteressadamente na preparação destas receitas, e que serão continuadas em futuras publicações que cobrirão toda a restauração deste território.

É bom que nestes tempos de comunicação instantânea a nível planetário, onde quase todos conhecem um pouco sobre as grandes e vanguardistas cozinhas do mundo e mesmo as suas técnicas, possamos perguntar-nos, no entanto, o que sabemos sobre a nossa cozinha local mais ancestral, mais étnica? Bem, aqui está uma oportunidade para começar e apreciar esta cozinha de fronteira através deste novo livro de receitas, com pratos de carne, peixe, vegetais e doces.

Assim, cozinhando, ou melhor ainda, viajando, descobrirá que apesar da proximidade existem diferenças notáveis nas formas de cozinhar na Raia, mas também muitos aspectos em comum, o que torna este itinerário gastronómico extraordinariamente atrativo. Assim, com estas RECEITAS DA RAIÁ convidamo-lo a descobrir o que é cozinhado, cozido, assado ou frito nas cozinhas dos restaurantes raianos.

# Chichos con cachelos

LAS MISAS - PUEBLA DE SANABRIA (ZAMORA) - [www.posadadelasmisas.es](http://www.posadadelasmisas.es)

Los chichos, cuando se cocinan son toda una explosión de aroma y sabor que según las zonas pueden denominarse también chichas, jijas o sencillamente picadillo, que es lo que realmente es. Su uso culinario como plato muy especial estaba vinculado a las temporadas de las matanzas del cerdo, que era todo un acontecimiento y una fiesta familiar. De tal manera que como resultado de picar la carne del cerdo, con su parte de grasa y adobarla con el pimentón, el ajo, las especias y la sal para ser embutida se obtenían los apreciados chorizos, que eran disfrutados una vez curados, pero como anticipo se preparaba una prueba, cocinando los chichos en una sartén tras el adobo y su reposo.

*Os chichos, quando cozinhados, são uma explosão de aroma e sabor que, dependendo da área, também podem ser chamados chichas, jijas ou simplesmente picadillo, que é o que realmente é. A sua utilização culinária como prato muito especial estava ligada às estações do abate do porco, que era um evento e uma celebração familiar. De tal forma que, como resultado da picagem da carne do porco, com a sua parte de gordura e marinar com pimentão, alho, especiarias e sal a rechear, foram obtidos os apreciados chouriços, que foram apreciados uma vez curados, mas como antecipação foi preparado um teste, cozinhando os chouriços numa frigideira após a marinada e o seu repouso*

## Ingredientes

- Chichos (Carne magra y tocino de cerdo adobados)
- Patatas
- Sal
- Chichos (carne magra marinada e toucinho de porco)
- Batatas
- Sal



## **Elaboración**

Lavamos y pelamos las patatas, las troceamos y ponemos a hervir con bastante agua y un poquito de sal.

En una sartén ponemos los chichos, removiendo para que se cocine todo bien.

Cuando la patata esté cocida les escurrimos el agua y listas para servir acompañando nuestros chichos.

## **Elaboração**

*Lavar e descascar as batatas, cortá-las e fervê-las com bastante água e um pouco de sal.*

*Numa frigideira, colocar as ervilhas, mexendo para cozinhar tudo bem.*

*Quando as batatas estão cozinhadas, drenar a água e estão prontas para servir com os nossos chichos.*



# Trucha de Sanabria con boletus

LA CARTERÍA - PUEBLA DE SANABRIA (ZAMORA) - [www.lacarteria.com](http://www.lacarteria.com)

La trucha es consustancial al territorio sanabrés. Sus ríos se la han ofrecido a sus habitantes, que las tienen incorporadas a su tradición gastronómica. Aquí presentamos una de sus principales formas de cocinado, en escabeche, pero enriquecida con otra de las excelencias que nos ofrece la zona. En este caso relacionada con su abundancia micológica, para más concreción su apreciados boletus, que le dan un toque especial a la receta.

*A truta é consubstancial ao territorio de Sanabria. Os seus ríos ofereceram-no aos seus habitantes, que o incorporaram na sua tradição gastronómica. Apresentamos aqui uma das suas principais formas de cozinhar, em pickles, mas enriquecida com outra das excelências que a zona nos oferece. Neste caso relacionado com a sua abundância de micologia, por mais concretamente o seu apreciado boletus, que dão um toque especial à receita.*

## Ingredientes

- 4 Truchas
- 2 Boletus
- Harina
- Aceite de oliva
- Pimienta negra
- 2 hojas de laurel
- Perejil
- 1/2 vaso vinagre
- 1 chorrito de vino blanco
- 4 ajos
- Sal
- 4 Truta
- 2 Boletus
- Farinha
- Azeite de oliva
- Pimenta preta
- 2 folhas de louro
- Salsa
- 1/2 vinagre de vidro
- 1 borriño de vinho branco
- 4 alho
- Sal





## Elaboración

Limpiamos las truchas, salpimentamos, pasamos por harina y seguidamente las freímos en una sartén. Una vez doradas las vamos sacando para un recipiente y las reservamos. Freímos los boletus troceados y añadimos a las truchas.

En ese mismo aceite freímos los ajos, la pimienta, el perejil y el laurel, lo retiramos del fuego y añadimos el vinagre y vino blanco. Volvemos a llevar a ebullición durante 5 minutos y se lo añadimos a las truchas y los boletus.

Conservamos en un sitio fresco. Después de un día es el momento de disfrutarlas.

## Elaboração

*Limpar as trutas, temperar com sal e pimenta, mergulhá-las em farinha e depois fritá-las numa frigideira. Uma vez dourados, retirá-los para uma tigela e pô-los de lado. Fritar o boletus picado e adicioná-los à truta.*

*Fritar o alho, pimenta, salsa e folha de louro no mesmo óleo, retirar do lume e adicionar o vinagre e o vinho branco. Voltar a ferver durante 5 minutos e adicioná-lo à truta e ao boletus.*

*Mantenha-se num local fresco. Ao fim de um dia é tempo de os desfrutar.*



# Borrachos de Alcañices

CONFITERÍA ISABEL - ALCAÑICES (ZAMORA)

La repostería de La Raya tiene también su lado más profesional como en la confitería de Isabel García Vaz en Alcañices con su postre estrella, los Borrachos, de los que nuestra repostera guarda con celo algunos secretos de la receta que cuidadosamente ha ido pasando de generación en generación. Así pues, las cantidades quedaran a nuestra interpretación cuando nos pongamos manos a la masa, lo importante es conseguir un buen bizcocho y un licor que podremos sustituir por otro de nuestra elección, como por ejemplo, una combinación de brandy y almíbar de azúcar. Otra de las claves es su centenario horno de leña. En todo caso, lo mejor es hacer una parada en Alcañices y degustar los borrachos para ver cuánto nos hemos podido aproximar a su maestría.

*A confeitaria de La Raya também tem o seu lado mais profissional como na confeitaria de Isabel García Vaz em Alcañices com a sua sobremesa estrela, os Borrachos, dos quais a nossa confeitadeira guarda com zelo alguns segredos da receita que tem sido cuidadosamente passada de geração em geração. Assim, as quantidades serão deixadas à nossa interpretação quando começarmos a trabalhar, o importante é obter um bom pão-de-ló e um licor que possamos substituir por outro da nossa escolha, tal como uma combinação de aguardente e xarope de açúcar. Outra chave é o seu forno centenário a lenha. Em qualquer caso, a melhor coisa a fazer é fazer uma paragem em Alcañices e provar os borrachos para ver o quão perto chegámos do seu domínio.*

## Ingredientes

- Azúcar
- Harina
- Açúcar
- Farinha
- Huevos
- Licor
- Ovos
- Licor



## Elaboración

En un recipiente mezclamos el azúcar con los huevos y batimos hasta conseguir una masa homogénea y suave, dejando el tiempo suficiente para que los huevos suban.

Una vez que los huevos han subido, se le añade la harina a la masa dejando que vuelva a ser homogénea. Seguidamente la vertemos en el molde y la llevamos al horno durante unos 30 minutos hasta conseguir un bizcocho esponjoso pero compacto.

Desmoldamos y dejamos reposar.

Para emborrachar el bizcocho usaremos un almíbar de agua, azúcar y licor. Finalmente se sumergen y se espolvorean con canela.

## Elaboração

*Numa tigela misturar o açúcar com os ovos e bater até obter uma massa lisa e homogénea, deixando tempo suficiente para que os ovos se levantem.*

*Assim que os ovos tiverem crescido, adicionar a farinha à massa e deixar que esta se torne novamente homogénea. Depois deitar no molde e cozer no forno durante cerca de 30 minutos até o bolo estar fofo mas compacto.*

*Retirar do molde e deixar descansar.*

*Para embebedar o pão-de-ló vamos utilizar um xarope de água, açúcar e licor. Finalmente são mergulhados e polvilhados com canela.*



# Mollejas de ternera de Aliste asadas

HERMANOS MATELLÁN - RABANALES (ZAMORA)

Las mollejas de ternera son unas glándulas de grandes posibilidades culinarias por su textura y sabor. Se pueden cocinar en forma de guiso, pero sencillamente a la parrilla sobre unas brasas son un succulento manjar, fácil de preparar y que no defraudará a ningún comensal. Bien como aperitivo, entrante o directamente como plato principal, se pueden combinar con verduras salteadas, a lo que podemos añadir también un sencillo arroz blanco arreglado con el riego de un buen chorrito de aceite de oliva virgen extra de cualquiera de las zonas productoras del entorno de La Raya: Tras os Montes, Arribes del Duero o Sierra de Salamanca.

*Os pães doces de vitela são glândulas com grandes possibilidades culinárias, devido à sua textura e sabor. Podem ser cozinhados como um guisado, mas simplesmente grelhados sobre algumas brasas são uma iguaria succulenta, fácil de preparar e que não decepcionará nenhum comensal. Quer como aperitivo, entrada ou directamente como prato principal, pode ser combinado com legumes salteados, aos quais podemos também adicionar um simples arroz branco arranjado com uma boa salpicadura de azeite extra virgem de qualquer das zonas produtoras do ambiente de La Raya: Tras os Montes, Arribes del Duero ou Sierra de Salamanca.*

## Ingredientes

- 3-4 mollejas de ternera
- Sal gorda
- Ajo
- Pimiento dulce o picante
- Aceite de oliva virgen extra
- 3-4 pães doces de vitela
- Sal grosso
- Alho
- Pimenta doce ou picante
- Azeite virgem extra



## Elaboración

Abrir las mollejas en forma de libro de un grosor aproximado de 1 cm. Ponerlas sobre la parrilla y añadir sal. Las mollejas deben quedar bien tostadas por ambos lados, cuando estén listas disponer en un plato.

Aparte hacemos un majado con el ajo, un poquito de sal, el aceite y el pimentón.

Añadimos por encima de las mollejas.

## Elaboração

*Abrir os pães doces na forma de um livro, com cerca de 1 cm de espessura. Colocá-los na grelha e adicionar sal. Os pães doces devem ser bem tostados de ambos os lados, quando estiverem prontos a arranjar num prato.*

*Além disso, fazemos uma pasta com o alho, um pouco de sal, óleo e páprica.*

*Acrescentar em cima dos pães doces.*



# Mollejas de ternera de Aliste en salsa

HERMANOS MATELLÁN - RABANALES (ZAMORA)

Los productos de la ternera de Aliste son de gran calidad procedente de ganado vacuno joven, adaptado a la zona, producida en base a una alimentación y manejo tradicional. La molleja es una pieza de casquería, y la de la ternera tradicionalmente ha sido de las más apreciadas, formando parte de un recetario común con infinidad de matices, aquí presentamos la de la abuela María transmitida de generación en generación dentro de esta familia de hosteleros.

*Os produtos da vitela de Aliste são de grande qualidade provenientes de bovinos jovens, adaptados à zona, produzidos com base na alimentação e manipulação tradicionais. A moela é um pedaço de miudezas, e a vitela tem sido tradicionalmente uma das mais apreciadas, fazendo parte de um livro de receitas comum com muitas nuances, aqui apresentamos a avó Maria transmitida de geração em geração dentro desta família de restauradores.*

## Ingredientes

- 500g. mollejas de ternera (trozos de 3 cm)
- Aceite de oliva
- Ajo
- Guindilla/Cayena
- Agua
- Sal
- 500g. moelas de vitela (pedaços de 3 cm)
- Azeite de oliva
- Alho
- Pimenta de Caiena
- Água
- Sal



## Elaboración

En una sartén añadir el aceite, cuando esté bien caliente añadir las mollejas y rehogar bien.

Hacer un majado con 6-7 dientes de ajo, 1 o 2 cayenas (depende del gusto por el picante), sal y agua.

Cuando esté bien majado añadir a las mollejas. Seguir rehogando por 10 minutos.

Pasado este tiempo añadimos 300 ml de agua y dejamos cocer a fuego mínimo por otros 30 minutos.

Finalmente rectificamos con sal al gusto.

## Elaboração

*Numa frigideira adicionar o óleo, quando estiver muito quente adicionar as moelas e fritar bem.*

*Fazer uma pasta com 6-7 dentes de alho, 1 ou 2 pimentos de caiena (dependendo do seu sabor a especiarias), sal e água.*

*Quando está bem amassado, adicionar aos pães doces. Continuar cozinhando durante 10 minutos.*

*Depois deste tempo adicionar 300 ml de água e deixar cozinhar em lume mínimo por mais 30 minutos.*

*Finalmente, adicionar sal a gosto.*



# Bacalhau dourado

O MIRANDÊS - MIRANDA DO DOURO (BRAGANZA) - [www.omirandes.net](http://www.omirandes.net)

O peixe por excelência de toda a cozinha portuguesa é o bacalhau. Com inúmeras receitas, e em La Raya não poderia ser menos, de modo que algumas destas receitas ou são nativas desta área ou são assumidas como suas pelas grandes raízes que têm. Bacalhau Dourado tem vários nomes, mas o segundo nome mais conhecido é Bacalhau a Braz, pois parece que o seu autor tinha este apelido. A receita é simples em todos os seus aspectos, na composição dos seus ingredientes e na confecção do prato, no entanto o resultado é surpreendente, tanto na aparência como no sabor.

*El pescado por excelencia de toda la cocina portuguesa es el bacalao. Con infinidad de recetas, y en La Raya no podía ser menos, de manera que algunas de estas recetas o son originarias de esta zona o se asumen como propias por el gran arraigo que tienen. El Bacalhau Dourado tiene varios nombres, pero la segunda denominación más conocida es Bacalhau a Braz, ya que al parecer su autor tenía este apellido. La receta es sencilla en todos sus aspectos, en la composición de sus ingredientes y en el cocinado del plato, sin embargo el resultado es sorprendente, tanto de aspecto como de sabor.*

## Ingredientes

- Bacalhau demolido
- Cebola em meia lua
- Azeite
- Vinho branco
- Batata palha
- Pasta de alho
- Pimenta
- Sal
- Ovo
- Salsa picada
- Bacalao desalado
- Cebolla en media luna
- Aceite de oliva
- Vino blanco
- Patata paja
- Pasta de ajo
- Pimienta
- Sal
- Huevo
- Perejil picado





## Elaboração

Numa panela colocar o azeite e deixar aquecer, desseguida colocar a cebola em meia lua e deixar alourar.

Depois colocar o bacalhau e um pouco de vinho branco, deixar refogar.

Colocar a batata palha e temperar com sal, pimenta, past de alho e colocar um pouco de salsa picada.

Quando tiver a batata bem amolecida colocar o ovo batido e mexer ate ganhar uma consistência húmida.

Por fim empratar e servir bem quente.

## Elaboración

*En una sartén ponemos el aceite de oliva y dejamos que se caliente, después ponemos la cebolla en media luna y dejamos que se dore.*

*Luego se pone el bacalao y un poco de vino blanco, se deja cocer a fuego lento.*

*Añadir la patata paja y sazonar con sal, pimienta, pasta de ajo. Añadir un poco de perejil picado.*

*Quando la patata esté blanda, añadir el huevo batido y remover hasta que adquiera una consistencia húmeda.*

*Por último, emplatar caliente y servir.*



# Bacalhau à Mirandês

O MIRANDÊS - MIRANDA DO DOURO (BRAGANZA) - [www.omirandes.net](http://www.omirandes.net)

A cozinha dos restaurantes de La Raya sempre combinou a tradição com a criatividade, para ligar os produtos do mar e da terra. É o caso desta receita de Bacalhau à Mirandês, onde o bacalhau adquire um toque especial ao ter entre os seus ingredientes a contribuição de sabor, contraste, suavidade e cremosidade que dão o resultado final do prato, as fatias de presunto. Uma combinação que em diferentes formulações é praticada nas cozinhas de alguns restaurantes famosos, com receitas que por exemplo harmonizam o focinho, ou trotadores de porco com lombos de bacalhau.

*Desde siempre la cocina de las casas de comida de La Raya ha combinado tradición con creatividad, para enlazar los productos de mar y tierra. Es el caso de esta receta de Bacalhau à Mirandês, donde el bacalao adquiere un toque especial al contar entre sus ingredientes con los aportes de sabor, contraste, untuosidad y cremosidad que le dan al resultado final del plato, las láminas de jamón. Una combinación que en diferentes formulaciones se practica en las cocinas de algunos afamados restaurantes, con recetas que por ejemplo armonizan el morro, o las manitas de cerdo con los lomos de bacalao.*

## Ingredientes

- Posta de bacalhau demolhada
- Presunto
- Cebola
- Pimentos
- Batata as rodelas
- Azeite
- Pimenta
- Farinha
- Maionese
- Salsa picada
- Lomo de bacalao desalado
- Jamón
- Cebolla
- Pimientos
- Patata en rodajas
- Aceite de oliva
- Pimienta
- Harina
- Mayonesa
- Perejil picado



## Elaboração

Cortar a cebola e o pimento em juliana e colocar num sote com azeite e refogar.

Cortar uma posta de bacalhau pelo centro e colocar uma fatia de presunto, segurar com um palito e temperar com pimenta. De seguida passar a posta por farinha e fritar em óleo bem quente, quando estiver bem dourada retirar e cobrir com maionese.

Colocar o refogado da cebola e do pimento numa caçarola, colocar a posta de bacalhau por cima e levar ao forno ate gratinar a maionese.

Fritar batatas as rodelas.

Retirar a caçarola do forno e colocar as batatas em redor ao bacalhau, polvilhar com salsa picada e servir bem quente.

## Elaboración

*Cortar la cebolla y los pimientos en juliana y ponerlos en una olla con aceite de oliva y saltearlos.*

*Cortar un lomo de bacalao en el centro y colocar una loncha de jamón, sujetar con un palillo y sazonar con pimienta. Luego se pasa el lomo por harina y se fríe en aceite muy caliente, cuando esté dorado se retira y se cubre con mayonesa.*

*Poner la cebolla y los pimientos salteados en una cazuela, colocar el filete de bacalao encima y hornear hasta que la mayonesa se haya dorado.*

*Freír las patatas en rodajas.*

*Sacar la cazuela del horno y colocar las patatas alrededor del bacalao, espolvorear con perejil picado y servir caliente.*



# Alheira asada

TABERNA A MOAGEM - SENDIM (BRAGANZA) - [www.amoagem.pt](http://www.amoagem.pt)

Alheira é uma salsicha portuguesa muito popular. Quanto à sua origem, tem várias versões, a mais difundida das quais a coloca como uma receita de engenho dos judeus-convertidos de Portugal que continuaram a praticar a sua religião original. Isto não permitia o consumo de produtos suínos, pelo que utilizavam carne de aves, com pão, óleo, alho e páprica. O prato tem hoje uma presença quase generalizada em todos os restaurantes de La Raya na parte de Portugal, embora os seus ingredientes tenham sido expandidos, incluindo carne de porco e de vaca em alguns casos. Assadas na grelha ou no forno são uma delícia, assim como cortados em fatias grossas e salteados na frigideira para acompanhar um número infinito de pratos.

*La alheira es un embutido portugués muy popular. En relación a su origen tiene varias versiones, la más difundida la sitúa como receta de ingenio de los judeo-conversos de Portugal que seguían practicando su religión original. Esta no permite el consumo de productos del cerdo, por lo que utilizaban la carne de ave, con pan, aceite, ajo y pimentón. El plato en la actualidad tiene una presencia casi generaliza en todos los restaurantes de La Raya en la parte de Portugal, aunque sus ingredientes se han ampliado, incluyendo las carnes de porcino y vacuno en algunos casos. Asadas a la brasa o al horno son una delicia, al igual que cortadas en rodajas gruesas y salteadas en la sartén para acompañar a infinidad de platos.*

## Ingredientes

- Pão
- Carne de porco cozida
- Carne de aves cozida
- Alho
- Água da cozedura das carnes
- Salsa
- Colorau
- Tripas do porco
- Pan
- Cerdo cocido
- Aves de corral cocidas
- Ajo
- Caldo de la cocción
- Perejil
- Pimentón
- Tripas de cerdo



## Elaboração

Primeiro pomos a carne a ferver e desfiamo-la quando está pronta. Reservar o caldo de cozinha.

Cortar o pão em fatias finas e misturá-las com o alho picado e a água de cozedura para as amaciar. Acrescentar a carne desfiada e a páprica a esta mistura. Verter o resto do caldo de cozinha e deixá-lo descansar.

Encher as tripas de porco e deixar secar durante 2 dias antes de comer.

## Elaboración

*En primer lugar ponemos la carne a hervir y la desmenuzamos cuando esté lista. Reservamos el caldo de la cocción.*

*Cortamos el pan en rodajas finas y los mezclamos con el ajo picado y agua de cocción para que se ablande. A esta masa le añadimos las carnes desmenuzadas y el pimentón. Vertemos el resto de caldo de cocción y dejamos reposar.*

*Rellenamos las tripas de cerdo y dejamos secar durante 2 días para su consumición.*



# Posta de vitela à sendinesa

TABERNA A MOAGEM - SENDIM (BRAGANZA) - [www.amoagem.pt](http://www.amoagem.pt)

A posta a mirandesa, também pode ser chamada sendinesa, pois nasceu de acordo com as barracas de carne de Sendim nas feiras de Tras Os Montes, onde serviram tacos ou pedaços grossos de carne de vaca grelhada, com a singularidade do seu molho ou molho. Das feiras passou para os restaurantes e de lá para a sua popularidade actual em toda esta parte de La Raya. A origem da carne é a outra parte fundamental deste prato, que provém dos bezerros da raça Mirandesa de gado que pastam livremente nos campos. Mas o grande segredo final para o sucesso da receita é como fazer o molho ou mojo que acompanha a carne.

*La posta a mirandesa, también puede ser llamada sendinesa ya que nació según relatan en los puestos de venta de carne de Sendim por las ferias de Tras Os Montes, en las que se servían tacos o piezas gruesas de carne de ternera a la brasa, con la singularidad de su salsa o molho. De las ferias paso a los restaurantes y de ahí a su actual popularidad en toda esta parte de La Raya. El origen de la carne es la otra parte fundamental de este plato, que proviene de las terneras de vacuno de la raza mirandesa que pasta en libertad por sus campos. Pero el gran secreto final del éxito de la receta es cómo hacer la salsa o mojo que acompaña a la carne.*

## Ingredientes

- Carne de vitela com espessura de 3 cm.
  - 25 g de pimentão doce
  - Carne de ternera de 3 cm de grosor.
  - 1 hoja de laurel
- Molho:**
- 1,5 dl de vinagre (pode ser branco ou vermelho)
  - 1 folha de louro
  - 1 malagueta
  - 1 dl de azeite
  - 1 dentes de alho
- Salsa:**
- 1,5 dl de vinagre (blanco o rojo)
  - 25 g de pimentón dulce
  - 1 guindilla
  - 1 dl de aceite de oliva
  - 1 diente de ajo



## Elaboração

Para o molho, esmagar o alho com o sal, a folha de louro, o colorau doce e uma pitada de piri-piri (quantidade a gosto). Adicione o azeite e o vinagre, e mexa tudo para que o molho integre todos os ingredientes. Finalmente adicionar um pouco do molho de assar a carne que foi drenada para a bandeja.

Colocar os pedaços ou cubos de carne numa grelha a cerca de 10 centímetros de carvões poderosos de madeira grossa (carvalho, azinheira, árvores de fruto, oliveira, etc.), deixar no primeiro lado durante 5-6 minutos e depois virá-la do outro lado durante mais 5 minutos. Aqui também se toca o sabor do restaurante, que pode querer mais ou menos que seja feito. Acrescentar sal a gosto.

Para servir, basta servir a vitela com o molho que fizemos.

## Elaboración

*Para la salsa, se machaca el ajo con la sal, el laurel, el pimentón dulce y una picada de guindilla (cantidad al gusto). Se le pone el aceite de oliva y el vinagre, y se remueve todo para que la salsa vaya integrando todos los ingredientes. Finalmente se le añade un poco de la salsa de asar la carne que ha escurrido en la bandeja.*

*Colocamos las piezas o tacos de carne en una parrilla a unos 10 centímetros de unas brasas potentes de leña gruesa (roble, encina, frutales, olivo, etc), dejamos por el primer lado 5-6 minutos y a continuación le damos la vuelta por la otra cara otros 5 minutos. Aquí también juega el gusto del comensal, que puede desearla más o menos hecha. Echamos sal al gusto.*

*Para servir, simplemente acompañamos la carne de ternera con la salsa que hemos hecho.*



# Bacalhau à molineira

TABERNA A MOAGEM - SENDIM (BRAGANZA) - [www.amoagem.pt](http://www.amoagem.pt)

A simplicidade das receitas é uma das constantes culinárias da cozinha do bacalhau dos dois lados da La Raya, onde uma simples fritura, aliada à intensidade dos sabores dos ingredientes, garante sucesso e rapidez no preparo do prato. De tal forma que a qualidade do elemento principal, bacalhau salgado (não aquele que se vendem já preparado), com um bom processo de dessalinização, um azeite intenso com aromas e sabores contribui já com quase tudo para o prato, e como complemento o doce contraste da cebola e da pimenta, que tem o seu contraponto no toque crocante das batatas, também fritas no azeite.

*La sencillez de las recetas es una de las constantes culinarias de la cocina del bacalao a ambos lados de La Raya, donde una sencilla fritura, unida a la intensidad de los sabores de los ingredientes garantiza el éxito y la rapidez en la realización del plato. De tal manera que la calidad del elemento principal, el bacalao en salazón (no el que venden ya preparado), con un buen proceso de desalado, un aceite de oliva intenso de aromas y sabor ya le aportan al plato casi todo, y como complemento el contraste dulzón de la cebolla y el pimiento, que tienen su contrapunto en el toque crujiente de las patatas, igualmente fritas en aceite de oliva.*

## Ingredientes

- 400 gr de filetes de bacalhau
- 1 cebola média
- 1 pimentão vermelho
- Azeite virgem extra de Tras Os Montes para fritar
- 3 batatas médias
- 400 gr de lomos de bacalao
- 1 cebolla mediana
- 1 pimiento rojo
- Aceite de oliva virgen extra de Tras Os Montes para freír
- 3 patatas medianas





## Elaboração

Fritar o lombo de bacalhau no azeite de oliva. Uma vez frito, retirar o bacalhau da frigideira e reservar. No mesmo óleo que utilizámos, adicionar a cebola e os pimentos previamente picados.

Cozinhar as batatas noutra frigideira e retirá-las depois de fritas e estaladiças.

Para servir, colocar o lombo de bacalhau numa travessa e adicionar a cebola, os pimentos e as batatas fritas.

## Elaboración

*Freímos el lomo de bacalao en el aceite de oliva. Una vez frito, retiramos el bacalao de la sartén y reservamos. En el propio aceite que hemos usado, añadimos la cebolla y los pimientos previamente troceados.*

*Hacemos las patatas en otra sartén y retiramos una vez estén fritas y crujientes.*

*Para servir, emplatamos el lomo de bacalao en una bandeja y agregamos la cebolla, los pimientos y las patatas fritas.*



# Bola doce mirandesa-sendinesa

TABERNA A MOAGEM - SENDIM (BRAGANZA) - [www.amoagem.pt](http://www.amoagem.pt)

Muito popular em La Raia, o Bola Doce é um bolo feito com uma massa como o pão e enriquecido com ovos, manteiga e azeite (o que garante uma maior durabilidade), que é depois colocado açúcar e canela. Este bolo é muito popular em feiras e mercados. O bolo é construído em sete camadas, um número com significado mágico para alguns. Anteriormente só era feito na Páscoa e no Natal, depois era feito para vender em feiras e dias de mercado, hoje em dia está no menu de sobremesas de muitos restaurantes (a propósito, combina muito bem com gelado de limão e morangos).

*Muy apreciada en La Raya, la bola canela es un pastel elaborado con una masa similar al pan y enriquecida con huevos, mantequilla y aceite de oliva (lo que garantiza una mayor durabilidad), a la que después se le pone azúcar y canela. Este pastel es muy popular en las ferias y mercados y se construye en siete capas, un número con significado mágico para algunos. Antiguamente solo se elaboraba en Semana Santa y Navidad, posteriormente se hacía para vender en ferias y días de mercado, actualmente está en la carta de postres de muchos restaurantes (por cierto, combina muy bien con helado de limón y fresas).*

## Ingredientes

- 4 ovos
- 125 gr de manteiga derretida
- 1 dl de azeite virgem extra de Tras Os Montes
- 1,25 kg de farinha
- 1/2 litro de água
- 30 gr de levedura de padeiro
- 700 gr de açúcar de cana
- Canela moída
- 4 huevos
- 125 gr de mantequilla derretida
- 1 dl de aceite de oliva
- 1,25 kg de harina
- 1/2 litro de agua
- 30 gr de levadura de panadería
- 700 gr de azúcar de caña
- Canela



## Elaboração

Colocar a farinha na amassadeira e fazer um buraco no centro.

Misturar a água quente com a levedura triturada e uma pitada de sal, e amassar e adicionar a manteiga derretida com o azeite e os ovos batidos.

Trabalhamos a massa como se fosse pão, deixando-a um pouco mole e deixando-a descansar para que ela se levante. Quando tiver duplicado o seu tamanho original, está pronto.

Unte a tigela com manteiga e divida a massa em sete porções.

Esticar cada porção até ao tamanho da frigideira. A primeira camada deve ser mais espessa que as outras para a tornar mais resistente e com as bordas para cima, para que o açúcar não saia. As camadas são esticadas à mão mas também podem ser suavemente enroladas com um rolo.

Desde a primeira camada de massa, colocar o açúcar com a canela e assim por diante até à sexta camada. A última camada só terá açúcar, de modo a brindar sem se queimar.

Na bandeja, as bordas da massa da primeira camada são unidas com a última.

Picá-la com um palito e pô-la no forno a 200 graus durante uma hora.

## Elaboración

*Ponemos la harina en el recipiente para amasar y hacemos un hueco en el centro.*

*Mezclamos el agua tibia con la levadura desmenuzada y una pizca de sal, y vamos amasando y añadiendo la mantequilla derretida con el aceite de oliva y los huevos batidos.*

*La masa la trabajamos como el pan, dejándola un poco blanda y dejando reposar para que suba. Cuando alcanza el doble del tamaño original se puede decir que está en su punto.*

*Engrasamos el recipiente con mantequilla y dividimos la masa en siete porciones*

*Se estira cada porción hasta tener el tamaño de la bandeja. La primera capa debe ser más gruesa que las otras para que sea más resistente y con los bordes hacia arriba para que el azúcar no se salga. Las capas se estiran a mano pero también se pueden estirar suavemente con un rodillo.*

*Desde la primera capa de masa se pone el azúcar con la canela y así hasta la sexta. La última capa solo llevará azúcar para que se tueste sin llegar a quemarse.*

*En la bandeja los bordes de la masa de la primera capa se unen con la última.*

*Se pincha con un palillo y se mete al horno a 200 grados durante una hora.*



# Polvo a lagareiro grelhado

A TASQUINHA - MOGADOURO (BRAGANZA)

Apesar do afastamento de A Raia do mar, o polvo está muito enraizado na sua cultura culinária. No passado, era um produto muito barato, que era vendido seco e fazia parte da dieta diária das casas e o polvo fresco era a estrela das feiras com as pulpeiras. A receita grelhada está directamente relacionada com a importância do fogo de lenha como elemento comum para a cozinha.

*Aunque La Raya está bastante alejada del mar, el pulpo está profundamente arraigado en su cultura culinaria. Antiguamente era un producto muy económico, que se comercializaba en seco y formaba parte de la dieta cotidiana de las casas y en fresco era la estrella de las ferias con las pulperas. La receta a la brasa está directamente relacionada con la importancia del fuego de leña como elemento habitual para cocinar.*

## Ingredientes

- 1 polvo medio 1 kg
- Batatas pequenas descascadas com ou sem casca
- Alho
- Pimento
- Pimentos Doces
- Cebolas
- 1 Ovo
- Azeite Quente
- Pão Torrado ou Centeio
- Salsa a gosto
- 1 pulpo promedio 1 kg
- Patatas pequeñas peladas con o sin piel
- Ajo
- Pimentón
- Pimientos dulces
- Cebollas
- 1 huevo
- Aceite de oliva
- Pan tostado o de centeno
- Perejil al gusto



## Elaboração

Quando a água estiver a ferver na panela, introduzir o polvo e deixá-lo cozinhar durante 18 a 20 minutos e picá-lo com um garfo para verificar se está tenro.

Põe se o polvo na brasa.

Aloura se as batatas.

Põe se azeite quente.

Põe se o pão na travessa de barro.

Põe se o polvo por cima e as batatas ao lado.

Pica se o alho e as cebolas as rodelas por cima e o pimento e a salsa e polvilha se com o pimento depois rega se com bastante azeite bem quente .

Que fique bem quente.

## Elaboración

*Cuando el agua esté hirviendo en la olla se introduce el pulpo y se deja cocer unos 18 minutos a 20 minutos y pinchar con un tenedor para comprobar que esta tierno.*

*Seguidamente poner el pulpo a la parrilla sobre las brasas. Dorar las patatas. Calentar el aceite de oliva en la sartén. Tostar el pan y colocar en el plato de barro. Poner el pulpo encima y las patatas al lado.*

*Picar los ajos, cortar en aros las cebollas y los pimientos para poner por encima junto con el perejil, a continuación se espolvorea el pimentón y después se riega con el aceite de oliva muy caliente.*



# Ternera sayaguesa escabechada

LA ENOTECA DEL MARQUÉS - FERMOSELLE (ZAMORA) - [www.laenotecadelmarques.com](http://www.laenotecadelmarques.com)

La ternera de raza autóctona sayaguesa es un bóvido emblemático de la cultura del territorio. Se trata del bos taurus primigenius, es decir el uro con más similitudes con las pinturas en cuevas y grabados prehistóricos. Este animal es austero en su alimentación y se cría en libertad en los campos y montes. La receta que presentamos nos muestra una de sus posibilidades culinarias adaptada a la tradición de la cocina de La Raya como es el escabechado y su utilidad como método de conservación en otros tiempos.

*A raça nativa Sayaguesa é um emblema bovino da cultura do território. É o bos taurus primigenius, ou seja, a auroque com mais semelhanças com as pinturas em cavernas e gravuras pré-históricas. Este animal é austero na sua dieta e é criado na natureza, nos campos e os montes. A receita que apresentamos mostra-nos uma das suas possibilidades culinárias adaptadas à tradição da cozinha de La Raia como é a marinada e a sua utilidade como método de conservação no passado.*

## Ingredientes

- 2 kg de ternera sayaguesa
- 1 l. de aceite de oliva virgen extra de Fermoselle
- 1/2 l. de vino blanco de malvasía
- 1/4 l. de vinagre
- Laurel
- Ajos
- Tomillo
- Pimienta
- Agua
- Sal
- 2 kg de vitela sayaguesa
- 1 l. de azeite virgem extra da Fermoselle
- 1/2 l. vinho branco malvasia
- 1/4 l. Vinagre
- Folha de louro
- Alho
- Tomilho
- Pimenta
- Água
- Sal



## Elaboración

Salpimentamos la carne y la doramos en el aceite, incorporamos los ajos laminados, el laurel y el tomillo.

Retiramos del fuego e incorporamos los demás ingredientes, volvemos a poner al fuego y dejamos cocer hasta que la carne esté tierna. Si reduce el líquido añadimos agua.

## Elaboração

*Tempere a carne e doure-a no azeite, junte o alho cortado, o louro e o tomillo.*

*Retire do fogo e acrescente os demais ingredientes, volte ao fogo e cozinhe até a carne ficar macia. Se você reduzir o líquido, adicionamos água.*



# Periquillos de licor café

LA ENOTECA DEL MARQUÉS - FERMOSELLE (ZAMORA) - [www.laenotecadelmarques.com](http://www.laenotecadelmarques.com)

La repostería es principalmente una tradición relacionada con las festividades y las ocasiones especiales en La Raya, y los periquillos son una buena muestra de ello durante los días de Carnaval. La receta que presentamos tiene la originalidad de incorporar entre sus ingredientes, en lugar de aguardiente blanco, licor de café. Esta bebida es de ofrecimiento y amenización para las visitas más difundidas por toda La Raya. El toque de licor de café le aporta un matiz especial a los periquillos, adquiriendo suavidad y tonos de café y especiados en función del estilo y tipo de licor de café.

*A confeitaria é principalmente uma tradição relacionada com festividades e ocasiões especiais em La Raya, e os periquillos são um bom exemplo disso durante o Carnaval. A receita que apresentamos tem a originalidade de incorporar entre os seus ingredientes, em vez do brandy branco, licor de café. Esta bebida é oferecida e entretida para as visitas mais generalizadas em La Raya. O toque do licor de café dá uma nuance especial aos periquillos, adquirindo suavidade e tons de café e especiarias, dependendo do estilo e tipo de licor de café.*

## Ingredientes

- 3 huevos
- 250 gr de azúcar
- 3 cucharadas de manteca de cerdo derretida (o 3 cucharadas de mantequilla)
- 100 ml de licor de café
- Esencia de anís
- 100 ml aceite de oliva de Fermoselle
- Levadura química
- Harina (650 gr, aprox.)
- Aceite para freír
- 3 ovos
- 250 gr de açúcar
- 3 colheres de sopa de banha de porco derretida (ou 3 colheres de sopa de manteiga)
- 100 ml de licor de café
- Essência do anis
- 100 ml de azeite Fermoselle
- Levedura química
- Farinha (650 gr, aprox.)
- Azeite para fritar





## Elaboración

Poner los huevos y el azúcar y batir. Añadir la manteca (o mantequilla) y el vasito de licor de café y seguir batiendo hasta que se integre todo el azúcar.

A continuación, añadimos la harina y la levadura y seguimos amasando hasta que la masa no se quede pegada en los dedos. Dejar reposar 3 horas, para seguidamente hacer bolitas más o menos del tamaño de una nuez.

Preparar una sartén honda con abundante aceite para freír las bolitas de masa sin dejar que el aceite se caliente en exceso para que se hagan bien por dentro y no se quemem por fuera.

## Elaboração

*Adicionar os ovos e o açúcar e bater. Acrescentar a banha (ou manteiga) e o pequeno copo de licor de café e continuar a bater até que todo o açúcar esteja integrado.*

*Em seguida, adicionar a farinha e o fermento e continuar a amassar até a massa não se colar aos dedos. Deixar repousar durante 3 horas, depois fazer pequenas bolas do tamanho de nozes.*

*Preparar uma frigideira profunda com bastante óleo para fritar as bolas de massa sem deixar o óleo sobreaquecer, para que sejam bem feitas no interior e não queimem no exterior.*



# Patatas machicadas

EL ZEBADERO - MASUECO (SALAMANCA) - [www.mesonelzebadero.blogspot.com](http://www.mesonelzebadero.blogspot.com)

Las patatas machicadas también conocidas como patatas meneadas, revolconas, revueltas o removidas es una preparación culinaria frecuente en las provincias de Salamanca, Zamora, Ávila y también en Cáceres. En La Raya son un plato popular de gran vigencia, de cocinado muy frecuente en los meses de invierno. Esta formulación gastronómica hace que la conjunción de ingredientes sencillos y económicos den lugar a un plato de sabores contrastados y espectaculares.

*Patatas machicadas também conhecidas como patatas meneadas, revolconas, revueltas ou removidas é uma preparação culinária frequente nas províncias de Salamanca, Zamora, Ávila e também em Cáceres. Em La Raya são um prato popular de grande validade, de cozedura muito frequente nos meses de Inverno. Esta formulação gastronómica faz com que a combinação de ingredientes simples e económicos dê origem a um prato de sabores contrastantes e espectaculares.*

## Ingredientes

- Patatas
- Panceta de cerdo adobada
- Cebolla
- Ajo
- Laurel
- Pimentón dulce y picante
- Comino
- Agua
- Sal
- Batatas
- Barriga de porco marinada
- Cebola
- Alho
- Folha de louro
- Pimentão doce e picante
- Cumin
- Água
- Sal



## Elaboración

En primer lugar se pelan las patatas, se lavan y se ponen en una cazuela cubiertas de agua junto con la sal, los ajos, el laurel y la cebolla. Cuando estén cocidas se machacan con unas varillas.

Se espolvorea un poco de comino.

En una sartén se fríen los torreznos de panceta adobada en el propio aceite que van soltando. Con esa grasa se componen con ajos, un poco de pimentón picante, y el resto de pimentón dulce. Finalmente se remueven, y listo.

## Elaboração

*Antes de mais, descascar as batatas, lavá-las e colocá-las numa caçarola coberta com água juntamente com o sal, o alho, a folha de louro e a cebola. Quando estiverem cozidos, triturá-los com alguns paus.*

*Polvilhar um pouco de cominho.*

*Numa frigideira fritar os torreznos de toucinho marinado no óleo que libertam. Com essa gordura são feitos com alho, um pouco de paprica picante, e o resto de paprica doce. Finalmente estão agitados, é tudo.*



# Cordero guisado con almendras

EL ZEBADERO - MASUECO (SALAMANCA) - [www.mesonelzebadero.blogspot.com](http://www.mesonelzebadero.blogspot.com)

Los almendros son uno de los árboles más habituales del paisaje de La Raya y sus frutos forman parte como ingrediente en muchas recetas, tanto dulces como saladas. Las almendras son fuente de calcio y magnesio, pero lo fundamental es su aporte como potenciador del sabor del plato. Su uso en la cocina es muy antiguo, los romanos y los árabes lo usaban y lo tenían en gran valor como base de las salsas de carnes y algunas verduras, en nuestro caso es el fundamento de la salsa del cordero guisado que aquí les presentamos.

*As amendoeirias são uma das árvores mais comuns na paisagem de La Raya e os seus frutos são um ingrediente em muitas receitas, tanto doces como salgadas. As amêndoas são uma fonte de cálcio e magnésio, mas o que é fundamental é a sua contribuição como intensificador de sabor do prato. O seu uso na cozinha é muito antigo, os romanos e os árabes usavam-no e tinham-no em grande valor como base para molhos de carne e alguns vegetais, no nosso caso é a base do molho de borrego guisado que aqui apresentamos.*

## Ingredientes

- Cordero
- Aceite de oliva virgen extra
- Cordeiro
- Pimentão-doce
- Pan
- Vino blanco
- Pão
- Azeite virgem extra
- Ajo
- Sal y pimienta
- Alho
- Vinho branco
- Almendras
- Amêndoas
- Sal e pimenta
- Pimentón dulce



## Elaboración

Se trocea el cordero y se salpimenta, se doran unos ajos enteros y unos trozos de pan en una sartén con aceite de oliva, se reservan, se fríe el cordero a fuego fuerte.

Se machacan los ajos y el pan junto con más ajos crudos, almendras crudas, vino blanco y un poquito de pimentón (yo se lo pongo dulce). Ese majado se añade al cordero junto con un poco de aceite que hemos usado para freírlo anteriormente y se pone a cocer. Con 15 minutos bastaría.

## Elaboração

*Corte o borrego em pedaços e tempere com sal e pimenta, alho inteiro e alguns pedaços de pão numa frigideira com azeite, reserve, frite o borrego em lume forte.*

*Esmagar o alho e o pão juntamente com mais alho cru, amêndoas cruas, vinho branco e um pouco de páprica (ponho-o doce). Esta mistura de puré é adicionada ao borrego juntamente com um pouco do óleo que usámos anteriormente para o fritar e é posta a cozinhar. Quinze minutos seriam suficientes .*



# Patatas rebozadas

LA MESA DEL CONDE - SAN FELICES DE LOS GALLEGOS (SALAMANCA) - [www.mesadelconde.com](http://www.mesadelconde.com)

Plato muy popular y económico por la naturaleza de sus ingredientes fáciles de obtener, pero que permiten que algo tan sencillo como unas patatas puedan finalmente elevarse a la categoría de plato sublime digno de las más exigente mesas al combinar una fritada y un guiso. Este plato también recibe el nombre de Patatas a la Importancia y está muy difundido por toda Castilla y León, donde tiene varias zonas que se atribuyen su autoría, al igual que en otras zonas de España.

*Um prato muito popular e económico devido à natureza dos seus ingredientes fáceis de obter, mas que permitem que algo tão simples como batatas possam finalmente ascender à categoria de um prato sublime digno das mesas mais exigentes, uma combinação de frito e guisado. Este prato é também conhecido como "Patatas a la Importancia" e está amplamente difundido por Castilla y León, varias zonas reclamam a sua autoria, bem como outras regiões de Espanha.*

## Ingredientes

- Patatas nuevas
- Huevos
- Harina
- Aceite de oliva virgen extra de los Arribes
- Caldo de verduras
- Sal
- Ajos
- Almendras
- Pan duro
- Perejil
- Laurel
- Batatas novas
- Ovos
- Farinha
- Arribes azeite virgem extra de Arribes
- Caldo de legumes
- Sal
- Alho
- Amêndoas
- Pão duro
- Salsa
- Laurel



## Elaboración

Primero freímos en aceite de oliva los dientes de ajo, las almendras, el pan y reservamos.

Las patatas las cortamos en rodajas gruesas, se salpimentan, se pasan por harina y por el huevo batido y se fríen.

Se colocan en una cazuela.

Posteriormente se hará un "machado" con el pan, los ajos y las almendras. Le añadimos el perejil y la sal.

Ponemos la cazuela al fuego y le añadimos el machado junto con el caldo de verduras y el laurel.

Tras media hora de cocción a fuego lento ya tendremos lista nuestra receta.

## Elaboração

*Primeiro fritar os dentes de alho, amêndoas e pão em azeite e reservar.*

*Corte as batatas em fatias grossas, tempere com sal e pimenta, mergulhe-as em farinha e ovo batido e frite-as.*

*Coloque-as numa frigideira.*

*Depois faremos um "machado" com o pão, o alho e as amêndoas. Acrescentar a salsa e o sal.*

*Pomos a frigideira ao lume e adicionamos o "machado" juntamente com o caldo de legumes e o louro.*

*Após meia hora de cozedura em lume brando, a nossa receita está pronta.*



# Rabo de toro de Morucha

LA MESA DEL CONDE - SAN FELICES DE LOS GALLEGOS (SALAMANCA) - [www.mesadelconde.com](http://www.mesadelconde.com)

Este plato es conocido desde la época romana (Apicius, De re coquinaria) pero está presente en la cocina española desde el siglo XVI, normalmente ligado a zonas de dehesa donde se cría ganado bovino o de los entornos taurinos. En nuestro caso vinculado al recetario de La Raya y a la existencia de las ganaderías de raza autóctona de vacuno de Morucha con IGP Carne de Salamanca.

*Este prato é conhecido desde a época romana (Apicius, De re coquinaria) mas está presente na cozinha espanhola desde o século XVI, normalmente ligado a áreas de pastagens onde são criados ambientes de criação de gado ou de touros. No nosso caso, está ligada ao livro de receitas de La Raya e à existência da raça bovina Morucha com IGP Carne Salamanca.*

## Ingredientes

- Rabo de Toro de Morucha
- Harina
- Sal
- Cebolla
- Puerros
- Zanahorias
- Pimiento rojo
- Caldo de carne
- Aceite de oliva virgen extra de los Arribes
- Vino Tinto D. O. Arribes
- *Morucha Cauda de Boi*
- *Farinha*
- *Sal*
- *Cebola*
- *Leeks*
- *Cenouras*
- *Pimenta vermelha*
- *Caldo de carne*
- *Azeite virgem extra da região das Arribes*
- *Vinho tinto D. O. Arribes*





## Elaboración

En primer lugar cortamos las verduras y se sofríen en abundante aceite de oliva. Retiramos del fuego y se reservan.

Salpimentamos los trozos de rabo de toro, se pasan por harina y se fríen. Al rato lo ponemos en una cazuela y se le añaden las verduras que teníamos reservadas. Añadimos el vino y se pone al fuego para que se evapore el alcohol.

Una vez evaporado, se le añade el caldo de carne.

Se dejará cocer entorno a las dos horas o dos hora y media a fuego lento, siempre dependiendo del tipo de res que sea. El punto será cuando se suelte la carne del hueso.

## Elaboração

*Primeiro corte os legumes e frite-os em bastante azeite de oliva. Retirar do calor e colocar de lado.*

*Temperar os pedaços de rabo de boi com sal e pimenta, dragar em farinha e fritar. Passado algum tempo, colocamo-lo numa caçarola e acrescentamos os legumes que tínhamos reservado. Adicionar o vinho e colocá-lo ao lume para que o álcool se evapore.*

*Uma vez evaporado o álcool, adicionar o caldo de carne.*

*Deixá-lo cozinhar durante cerca de duas horas ou duas horas e meia em lume brando, sempre dependendo do tipo de carne de vaca. O ponto será quando a carne for libertada do osso.*



# Ovos mexidos de alheira e espargos

CINTA D'OURO - FREIXO DE ESPADA À CINTA (BRAGANZA) - [www.cintadouro.com](http://www.cintadouro.com)

De acordo com a tradição, a alheira era feita e consumida por judeus convertidos para se fazerem passar por novos cristãos. Mas ainda estavam proibidos de comer carne de porco, por isso, para não serem descobertos, fingiram comê-la em salsichas, que realmente encheram com carne de aves. Os ingredientes são pão, alho, páprica, sal e carne picada. O tipo de carne mais utilizado ainda é a galinha, mas também o peru e a carne de vaca.

*Según la tradición, la alheira era elaborada y consumida por los judíos conversos para hacerse pasar por cristianos nuevos. Pero se mantenían en la prohibición de comer carne de cerdo, por lo que para no ser descubiertos aparentaban consumirla en embutido, que realmente llenaban con carne de ave. Los ingredientes son pan, ajo, pimentón, sal y carne picada. El tipo de carne más utilizado sigue siendo el pollo, pero también el pavo y el vacuno.*

## Ingredientes

- 3 ovos
- Creme
- 100 gr de Alheira
- 4 ou 5 espargos selvagens
- Sal e pimenta
- 3 huevos
- Nata
- 100 gr de Alheira
- 4 o 5 espárragos trigueros
- Sal y pimienta



## Elaboração

Saltear a alheira com um pouco de azeite virgem extra Freixo numa frigideira antiaderente, e depois adicionar os espargos.

Deixar os espargos dourar, depois adicionar os ovos, previamente batidos um pouco, as natas, sal e pimenta.

Embrulhe tudo e sirva com torradas.

## Elaboración

*Salteamos la alheira con un poco de aceite en una sartén antiaderente a continuación los Espárragos.*

*Dejamos que se doren los Espárragos, después echamos los huevos previamente un poco batidos, la nata, sal, pimienta.*

*Envolvemos todo y servimos con tostas de pan.*



# Bacalhau do labrador

CINTA D'OURO - FREIXO DE ESPADA À CINTA (BRAGANZA) - [www.cintadouro.com](http://www.cintadouro.com)

Quando pensamos na cozinha do mar em La Raia, pensamos imediatamente em sardinhas grelhadas, fritas ou marinadas, a raia guisada, o polvo de muitas maneiras diferentes, mas acima de tudo o paraíso da receita reside no bacalhau, o nosso muito amado Gadus Morhua, seja em migalhas, lombos ou filetes. Pode-se dizer que existe quase uma receita baseada neste peixe para cada dia do mês: em guisados, fritos, cozidos, levemente cozidos para saladas, etc. O bacalhau deixou de ser um produto popular porque é barato para se tornar um pilar da hotelaria e restauração e o seu preço também subiu, ao mesmo tempo que assumiu posições muito importantes nos menus dos restaurantes locais, como este interessante e requintado prato de bacalhau com repolho e muito mais que apresentamos nesta simples receita.

*Al pensar en la cocina del mar en La Raya nos vienen enseguida a la mente las sardinas asadas, fritas o escabechadas, la raya guisada, el pulpo de muchas maneras, pero sobretudo el paraíso de la receta recae sobre el bacalao, nuestro apreciado Gadus Morhua, ya sea en migas, lomos o filetes. Podría decirse que casi hay una receta con base en este pez para cada día del mes: en guisos, frituras, horneado, ligeramente hervido para ensalada, etcétera. El bacalao ha pasado de producto popular por económico a elemento principal de la hostelería y su precio también se ha elevado a la vez que adquiere posiciones de gran relevancia en los menús de los restaurantes rayanos, como este interesante y exquisito plato de bacalao con repollo y más que presentamos en esta sencilla receta.*

## Ingredientes

- 4 batatas
- 1/2 repolho
- 1 cenoura
- 400 gr de bacalhau esmigalhado e dessalgado
- 2 ovos
- Azeite virgem extra de Freixo de Espada à Cinta
- 1 cebola
- 2 dentes de alho
- 4 patatas
- 1/2 repollo
- 1 zanahoria
- 400 gr de bacalao desmigado y desalado.
- 2 huevos
- Aceite de oliva virgen extra de Freixo de Espada à Cinta.
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo



## Elaboração

Descascar batatas e cortá-las em fatias para uma tortilha e fritá-las.

Picamos a cebola e o repolho em juliana, a cenoura em tiras finas, para caçarmos na frigideira com azeite juntamente com o alho.

Acrescentar o bacalhau desfiado e dessalgado à frigideira anterior e cozinhar durante cerca de 20 minutos.

Acrescentar os ovos em cima do bacalhau e dos vegetais.

Finalmente na cama de batatas fritas, colocar o bacalhau com os legumes escalfados e decorar com um pouco de salsa picada.

## Elaboración

*Pelamos las patatas y cortamos en rodajas como para una tortilla y freímos.*

*Picamos cebolla y el repollo en juliana, la zanahoria en tiras finas, para poner a pochar en la sartén con aceite de oliva junto con el ajo.*

*Añadimos el bacalao desmigado y desalado al pochado anterior y cocinamos durante 20 minutos aproximadamente. Incorporados los huevos en el cocinado del bacalao.*

*Finalmente sobre la cama de patatas fritas ponemos el bacalao con el pochado de las verduras y decoramos con un poco de perejil picado.*



# Flan de amêndoas

CINTA D'OURO - FREIXO DE ESPADA À CINTA (BRAGANZA) - [www.cintadouro.com](http://www.cintadouro.com)

O flan é uma das sobremesas de origem mais remota, as primeiras referências são séculos antes de Cristo com os Fenícios, Gregos e Romanos, mas ao longo da história evoluiu, mesmo através de versões salgadas e com pimenta como condimento. O facto é que hoje em dia, é uma sobremesa muito popular para terminar uma boa refeição. Ao mesmo tempo, esta receita popular ainda é muito versátil, pois permite muitas singularidades, seja com fruta, chocolate, café, queijo ou nozes, como é o caso do flan que aqui apresentamos, especificamente amêndoas, a frutos de casca rija por excelência de A Raia.

*El flan es uno de los postres de orígenes más remotos, las primeras referencias son de siglos antes de Cristo con los fenicios, griegos y romanos, pero a lo largo de la historia ha ido evolucionando, pasando incluso por versiones saladas y con pimienta como aderezo. El caso es que en la actualidad, es un postre muy socorrido para rematar una buena comida. A la vez esta receta tan popular sigue siendo muy versátil, ya que admite muchas singularidades, bien sea con frutas, chocolate, café, queso o frutos secos, como es el caso del flan que les presentamos aquí, en concreto las almendras, el fruto seco por excelencia de La Raya.*

## Ingredientes

- 500 cl de nata
- 150 cl de leite
- 250 gr de creme de amêndoa
- 2 coalhadas
- 40 gr de açúcar
- Amêndoas laminadas e tostadas
- 500 cl de nata
- 150 cl de leche
- 250 gr de crema de almendra
- 2 cuajadas
- 40 gr de azúcar
- Almendras laminadas y tostadas



## Elaboração

Colocar a nata, o açúcar e o creme de amêndoa a ferver. Quando começar a ferver, adicionar o leite e as coalhadas previamente dissolvidas num pouco de leite.

Continuar a cozinhar durante mais 5 minutos.

Verter tudo num molde previamente caramelizado com açúcar ao lume, juntamente com amêndoas fatiadas e tostadas.

Esperar que arrefeça e depois deixá-lo no frigorífico para o comer frio.

## Elaboración

*Poner a cocer la nata, el azúcar y la crema de almendras. Cuando comience a hervir incorporar la leche y las cuajadas previamente disueltas en un poco de leche.*

*Seguir cocinando 5 minutos más.*

*Verter todo en un molde previamente caramelizado con azúcar en el fuego, junto con almendras laminadas y tostadas.*

*Esperar a que se enfríe y después dejarlo reposar en el frigorífico para tomarlo frío.*



# Caldo verde

O LAGAR DO DOURO SUPERIOR - ESCALHÃO (GUARDA) - [restaurante-o-lagar-restaurant.negocio.site](http://restaurante-o-lagar-restaurant.negocio.site)

O caldo verde é um prato muito popular originário do norte de Portugal, mas está espalhado por todo o país, e em algumas zonas de ambos os lados de La Raia. Este nome deve-se à cor verde do repolho. Na sua preparação é também essencial utilizar a batata juntamente com a couve galega, que normalmente é vendida já cortada. A textura do prato é um pouco espessa devido à batata e enriquecida com a adição de chouriço, o resultado é reconfortante e nutritivo.

*El caldo verde es plato muy popular originario del norte de Portugal pero esta difundido por todo el país, y en algunas zonas a ambos lados de La Raya. Toma este nombre por el color verde que le aporta la berza. En su elaboración es fundamental también el uso de la patata junto con la col denominada couve galega, que se suele vender ya cortada. La textura del plato es algo espesa por la patata y se enriquece con la incorporación de chorizo, el resultado es reconfortante y nutritivo.*

## Ingredientes

- 500 gr. de batatas
- 200 gr. de couve galega
- 1/2 chouriço
- 1 cebola
- 2 dentes de alho
- 1 dl. azeite
- Sal
- 2 lt. de água
- 500 gr. de patatas
- 200 gr. de berza gallega
- 1/2 chorizo
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 dl. de aceite de oliva
- Sal
- 2 l. de agua





## Elaboração

Levar ao lume uma panela com a cebola, os alhos, as batatas descascadas, sal e a água e deixar ferver.

Quando as batatas estiverem cozidas, triturar tudo.

Acrescentar a couve cortada muito fina e deixá-lo cozinhar um pouco mais.

Sirva o caldo verde com uma rodela de chouriço e um pouco de azeite.

## Elaboración

*En primer lugar ponemos a hervir en una olla con agua la cebolla, el ajo, las patatas peladas y la sal.*

*Cuando las patatas estén cocidas, trituramos todo.*

*Añadimos la berza o el repollo picado muy fino y dejamos cocer un poco más.*

*Para finalizar, servimos el caldo verde con una rodaja de chorizo y un poco de aceite de oliva.*



# Borrego da Marofa

O LAGAR DO DOURO SUPERIOR - ESCALHÃO (GUARDA) - [restaurante-o-lagar-restaurant.negocio.site](http://restaurante-o-lagar-restaurant.negocio.site)

O borrego da Marofa é um dos sinais de identidade da gastronomia de uma parte de La Raia. É um borrego de leite elevado à categoria de ícone culinário em Figueira de Castelo Rodrigo, onde celebram um atarefado dia gastronómico anual dedicado a esta tenra carne de borrego. O borrego Marofa é preparado estufado, assado em forno a lenha ou grelhado, e é sempre guarnecido com batatas. O Marofa é uma cadeia de montanhas na bacia do Douro, na fronteira com as províncias de Zamora e Salamanca, que se diz ter pastagens especiais para a criação de ovinos.

*El borrego da Marofa es una de las señas de identidad de la gastronomía de una parte de La Raya. Se trata de un cordero lechal elevado a la categoría de icono culinario en Figueira de Castelo Rodrigo, donde se celebran unas concurridas jornadas gastronómicas anuales dedicadas a esta tierna carne de lechazo. El borrego de Marofa se prepara guisado, asado en horno de leña, también a la brasa y siempre lleva como guarnición patatas. La Marofa es una sierra de la cuenca del Douro en La Raya con las provincias de Zamora y Salamanca, de la que se dice que sus pastos son especiales para la cría de ganado ovino.*

## Ingredientes

- Borrego
- 1 kg de batatas
- 1 cebola
- Sal
- 300 ml de vinho branco
- 100 ml de azeite
- Colorau
- 2 folhas de louro
- Ramo de salsa
- 6 dentes alho
- Cordero de Marofa
- 1 kg de patatas
- 1 cebolla
- Sal
- 300 ml de vino blanco
- 100 ml aceite de oliva
- Pimentón
- 2 hojas de laurel
- 1 Ramillete de perejil
- 6 dientes de ajo



## Elaboração

Corte o borrego em pedaços e deixe-o a marinar durante a noite com metade das especiarias.

No dia seguinte, colocar o borrego num tabuleiro com a outra metade das especiarias, o azeite e as batatas cortadas em cunhas.

Assar no forno a 180 graus durante uma hora e finalmente servir com nabos.

## Elaboración

*Cortamos el cordero en trozos y lo dejamos macerando toda la noche con la mitad de las especias.*

*Al día siguiente, colocamos el cordero en una bandeja con la otra mitad de las especias, el aceite de oliva y las patatas cortadas en gajos.*

*Asamos en el horno a 180 grados durante una hora y finalmente servimos con nabos.*



# Bacalhau grelhado

**O CAÇADOR** - LARGO DO OLMO, ALMEIDA (GUARDA)

O peixe salgado teve uma importância transcendental, uma vez que no passado permitiu que estes produtos do mar fossem comercializados em condições de segurança alimentar e chegassem a zonas do interior, como é o caso de La Raya em Espanha e Portugal. Nos livros de receitas históricas mais antigos há referências a estes e outros peixes em diferentes graus de salga. Mas foi sobretudo a partir do século XIX que o bacalhau se generalizou e diferentes receitas começaram a aparecer nos livros de culinária. A isto temos de acrescentar o facto de neste mesmo século a batata ser incorporada na nossa dieta, que juntamente com o azeite, também produzido no próprio território, fazem deste triunvirato uma aliança eterna, à qual se juntarão outros produtos alimentares também da zona local, como é o caso dos lacticínios, e assim chegamos a esta receita de Bacalhau ao Gratinado que aqui apresentamos.

*El pescado en salazón ha tenido una importancia trascendental, ya que permitía en tiempos pasados que estos productos del mar pudieran comercializarse en condiciones de seguridad alimentaria y llegar a las zonas de interior, como es el caso de La Raya de España y Portugal. En los recetarios históricos más antiguos aparecen referencias a estos y a otros peces en distintos grados de salazón. Pero es sobre todo a partir del siglo XIX cuando se generaliza el bacalao y empiezan a surgir las diferentes recetas en los libros de cocina. A esto hay que sumar el hecho de que en esa decimonónica centuria se incorpora a nuestra dieta la patata, lo que junto con el aceite de oliva, también de producción en el propio entorno, hacen de este triunvirato una alianza eterna, a la que se incorporarán otros productos alimentarios igualmente del ámbito autóctono, como es el caso de los lácteos y así llegamos hasta esta receta de bacalao gratinado que presentamos aquí.*

## Ingredientes

- 4 lombos de bacalhau
- 12 camarões
- 2 dentes de alhos
- 1 cebola
- 4 Batatas
- 2 colheres (de sopa) de azeite de oliva virgen extra
- 200 gr de queijo para gratina
- 4 lomos de bacalao
- 12 langostinos
- 2 dientes de ajo
- 1 cebolla
- 4 patatas
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 200 gr de queso para gratinar



## Elaboração

Preparar as batatas e fritá-las em azeite, quando estiverem prontas, retirá-las e pô-las de lado. Na mesma frigideira fritar o bacalhau, primeiro do lado sem pele, retirar e pôr de lado as peças.

Em seguida, retirar um pouco do óleo e adicionar o alho picado e a cebola cortada ao mesmo tempo, deixando-o a escalfar em lume brando e adicionar os camarões para que sejam também cozidos na parte final do processo.

Finalmente colocar a mistura escalfada num tabuleiro com os lombos de bacalhau em cima, as batatas e os camarões para um lado. Adicionar o queijo ralado e cozer no forno até se poder ver o efeito do gratinado.

## Elaboración

*Preparar las patatas y freírlas en aceite de oliva, cuando estén en su punto retirarlas y reservarlas. En la misma sartén freír el bacalao, primero por el lado que no tiene piel, retirar y reservar las piezas.*

*A continuación se quita un poco del aceite y añade a la vez el ajo picado y la cebolla cortada en rodajas, dejando que se poche a fuego más bajo y añadir los langostinos para que también se hagan en la parte final del pochado.*

*Finalmente poner el pochado en una bandeja con los lomos de bacalao encima, las patatas y los langostinos a un lado. Agregar el queso rallado y hornear hasta que se vea el efecto del gratinado.*



# Farinato con huevos

LA CANÓNIGA - CIUDAD RODRIGO (SALAMANCA) - [la-canoniga.negocio.site](http://la-canoniga.negocio.site)

Con huevos de corral, farinato, jamón ibérico y patatas de la huerta se conforma uno de los platos más sencillos y tradicionales de la gastronomía mirobrigense. El farinato, antes conocido como "chorizo del pobre" por sus ingredientes: grasa de cerdo ibérico, pan, harina, pimentón, cebolla, ajo, sal, anises y aguardiente; hoy está considerado como una exquisitez culinaria. Este plato tan sencillo está basado en productos de cercanía y máxima calidad en este entorno de La Raya.

*Com ovos de galinha de campo, farinato, presunto ibérico e batatas da horta, este é um dos pratos mais simples e tradicionais da gastronomia "mirobrigense" (antiga cidade da Lusitânia, hoje Ciudad Rodrigo). O Farinato (farinheira), anteriormente conhecido como "chouriço do pobre" devido aos seus ingredientes: gordura de porco ibérico, pão, farinha, colorau, cebola, alho, sal, anis e aguardente; hoje em dia é considerada uma iguaria culinária. Este prato simples é baseado em produtos locais da mais alta qualidade nesta área de La Raya.*

## Ingredientes

- Aceite de oliva virgen extra de la Sierra de Salamanca
- 2 huevos camperos
- 1/2 sarta de Farinato de Ciudad Rodrigo
- Jamón ibérico de Guijuelo
- Patatas de la huerta
- Sal
- Azeite virgem extra da Serra de Salamanca
- 2 ovos ao ar livre
- 1/2 fio de Farinato de Ciudad Rodrigo
- Presunto ibérico de Guijuelo
- Batatas do jardim
- Sal



## Elaboración

Para la base de patatas fritas, pelamos unas patatas y las cortamos en tiras, para freírlas en una sartén con abundante aceite.

Para freír los huevos camperos, ponemos abundante aceite en una sartén y, cuando se encuentren el punto justo en el que comienza a hacer "puntilla", añadimos una pizca de sal y los colocamos encima de las patatas fritas.

Partimos la sarta de farinato en trozos de 3 cm, y lo ponemos sobre papel de aluminio encima de la plancha (o de una sartén), teniendo mucho cuidado de que no se queme ninguna de las partes. Una vez que vemos que la textura está en el punto óptimo, lo ponemos junto con nuestras patatas y huevos camperos acompañados de la gran estrella de la gastronomía salmantina, el jamón ibérico.

## Elaboração

*Para a base de batata frita, descasque algumas batatas e corte-as em palitos para as fritar numa frigideira com bastante óleo.*

*Para fritar os ovos de campo, colocar bastante óleo numa frigideira e, quando estiverem no ponto certo, ou seja, a pontilhar, adicionar uma pitada de sal e colocá-los em cima das batatas fritas.*

*Corte o farinato (farinheira) em pedaços de 3 cm e coloque-os em folha de alumínio na chapa (ou numa frigideira), tendo muito cuidado para não queimar nenhum dos pedaços. Quando vemos que a textura está no ponto ideal, juntamo-la com as nossas batatas e ovos acompanhados pela grande estrela da gastronomia de Salamanca, o presunto ibérico.*



# Perdiz escabechada

LA CANÓNIGA - CIUDAD RODRIGO (SALAMANCA) - [la-canoniga.negocio.site](http://la-canoniga.negocio.site)

La perdiz en escabeche es un plato de abundantes referencias en los recetarios históricos, pero además en la Raya es una receta compartida a ambos lados, donde la caza de pluma siempre ha sido abundante y los ingredientes fundamentales para cocinar el plato también formaban parte de lo cotidiano. El excelente aceite de oliva, las verduras de la huerta y el vinagre de calidad son consecuencia de la abundancia de las viñas y el vino. Pero además esta formulación culinaria no solo servía para potenciar y matizar los sabores, sino que era igualmente un elemento único de conservación de este plato que puede disfrutarse tanto en frío como en caliente.

*A perdiz em escabeche é um prato com inúmeras referências nos livros de receitas históricas, além disso na zona raiana é uma receita partilhada por ambos os lados, onde a caça sempre foi abundante e os ingredientes básicos para cozinhar o prato também faziam parte da vida quotidiana. O excelente azeite, os legumes da horta e o vinagre de qualidade são uma consequência da abundância de vinhas e vinho. Mas, além disso, esta formulação culinária não só serviu para realçar e matizar os sabores, mas era igualmente um elemento único de conservação deste prato que pode ser apreciado tanto quente como frio.*

## Ingredientes

- 1 perdiz
- 1 zanahoria
- 1/2 cebolla
- 4 dientes de ajo
- Ramita de romero
- 1 hoja de laurel
- Tomillo
- Sal
- Pimienta negra
- Aceite de olive virgen extra de Las Arribes del Duero
- Vinagre de vino Malvasía de Arribes
- Vino blanco de la DOP Arribes
- Agua
- 1 perdiz
- 1 cenoura
- 1/2 cebola
- 4 dentes de alho
- Espeto de rosmarinho
- 1 folha de louro
- Tomilho
- Sal
- Pimenta preta
- Azeite virgem extra de Las Arribes del Duero
- Malvasia de Arribes vinagre de vinho
- Arribes DOP vinho branco
- Água





## Elaboración

Primero limpiamos la perdiz y revisamos cualquier resto, especialmente si tiene perdigones de caza. Una vez limpiada, atamos la perdiz para que mantenga su posición durante su cocinado.

Doramos en una cazuela la perdiz en aceite de oliva virgen extra por todas sus caras, y apartamos.

Para hacer el escabechado utilizamos el mismo aceite que hemos usado para dorar la perdiz, vertemos las verduras troceadas y los ajos enteros. Incorporamos una hoja de laurel, tomillo y romero. Dejamos sofreír hasta pocharse.

Una vez pochado, añadimos la perdiz a la cazuela y salpimentamos al gusto. Cuando esté todo, incorporamos el resto de condimentos (vinagre, agua y vino blanco), y dejamos hervir unos minutos hasta que se evapore el alcohol.

Tapamos y cocinamos durante 90 minutos.

Para el emplatado, servimos la perdiz en escabeche acompañada de una ensalada de brotes verdes con vinagreta de miel, nueces y patatas fritas caseras.

## Elaboração

*Primeiro limpamos a perdiz e verificamos se há algum resto, especialmente se tiver pellets de caça. Uma vez limpa, atamos a perdiz de modo a manter a sua posição durante a cozedura.*

*Numa frigideira douramos a perdiz em azeite virgem extra por todos os lados e retiramo-la.*

*Para fazer a marinada, utilizar o mesmo óleo utilizado para dourar a perdiz, adicionar os legumes picados e o alho inteiro. Acrescentar uma folha de louro, tomilho e rosmaninho. Deixar fritar até ser escalfado.*

*Uma vez escalfada, adicionar a perdiz à frigideira e temperar a gosto. Quando tudo estiver pronto, adicionar o resto dos condimentos (vinagre, água e vinho branco), deixar ferver durante alguns minutos até o álcool evaporar.*

*Tapar e cozinhar durante 90 minutos.*

*No empratamento, servir a perdiz em molho de escabeche acompanhada de salada de rebentos verdes com vinagrete de mel, nozes e batatas fritas caseiras.*





**Interreg**  
España - Portugal

Fondo Europeo de Desarrollo Regional  
Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional



UNIÓN EUROPEA  
UNIÃO EUROPEIA



**Junta de  
Castilla y León**