

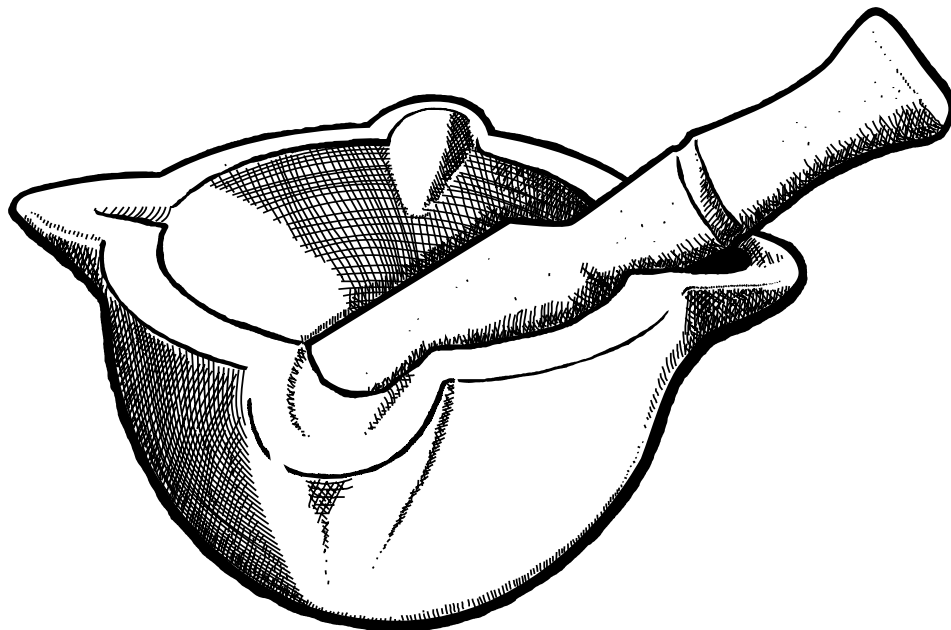
*gastronomia tot l'any*  
*mutxamel*





# índex

PRESENTACIÓ / <i>PRESENTACIÓN</i> / PRESENTATION	2
INTRODUCCIÓ / <i>INTRODUCCIÓN</i> / INTRODUCTION	4
RECEPTES / <i>RECETAS</i> / RECIPES	7
HOSTALERIA / <i>HOSTELERÍA</i> / RESTAURANTS	27



# Presentació Regidora de Turisme

*Presentación de la Concejala de Turismo*

*Tourism City Councilor Presentation*

Rosa Poveda Brotons



Teniu en les vostres mans la tercera edició de la Guia Gastronòmica de Mutxamel una iniciativa singular i inèdita que va nèixer per a potenciar la cuina i la restauració com a atractius turístics de primer orde. També per a recuperar en la mesura que es pugui les senyes d'identitat cultural de la nostra saviesa culinària popular i promocionar el consum dels nostres productes tant en els establiments d'hostaleria com entre la mateixa població, tot afavorint el retorn a uns hàbits alimentaris més saludables i col·laborant en el manteniment i auge del sector primari.

Des de la Regidoria de Turisme, vull manifestar la satisfacció que suposa reeditar esta guia, signe de la gran acollida que va tindre des d'un primer moment, tant pel veïnat com pels visitants de fora de la localitat.

També vull agrair la participació de les empreses d'hostaleria que han col·laborat en la seua edició, així com a l'Associació de Dones Mutxameleres, en concret a la seua presidenta, Pilar Blasco, pel temps dedicat, contribuint a la recuperació de les receptes més representatives de la nostra cuina mutxamelera.

*Tenéis en vuestras manos la tercera edición de la Guía Gastronómica de Mutxamel, una iniciativa singular e inédita que nació para potenciar la cocina y la restauración como atractivos turísticos de primer orden. También para recuperar en lo posible las señas de identidad cultural de nuestra sabiduría culinaria popular y promocionar el consumo de nuestros productos tanto en los establecimientos de hostelería como entre la propia población, propiciando el retorno a unos hábitos alimenticios más saludables y colaborando en el mantenimiento y auge del sector primario.*

*Desde la Concejalía de Turismo quiero manifestar la satisfacción que supone reeditar esta guía, signo de la gran acogida que tuvo desde un primer momento, tanto por el vecindario como por los visitantes de fuera de la localidad.*

*También quiero agradecer la participación de las empresas de hostelería que han colaborado en su edición, así como a la Asociación de Mujeres Mutxameleras, en concreto a su presidenta, Pilar Blasco, por el tiempo dedicado, contribuyendo a la recuperación de las recetas más representativas de nuestra cocina mutxamelera.*

You have in your hands the third edition of Gastronomic Guide of Mutxamel, a complete proposal of catering and leisure that intends to promote coo- kery and catering as tourist attractions of first order. It wishes to recover as much as possible the cultural identity of our popular culinary wisdom and promote the consumption of our products, both in restaurants and at home, favouring the return to a healthier diet and helping to maintain and increase the primary sector.

From the Tourism City Council , I want to express the satisfaction which is reissued this guide, a sign of the great reception it had from the beginning, by the neighborhood and visitors.

I would like to thank the participation of the hotels and restaurants that have collaborated with the publishing of this guide, as well as the Asociación de Mujeres Mutxameleras (Association of Women from Mutxamel), mo r e specifically its president , Pilar Blasco , for the time dedicated, helping t o recover the most representative recipes of our cookery from Mutxamel.

# Introducció a la cuina Mutxamelera

*Introducción a la cocina Mutxamelera*

*Introduction to the cookery from Mutxamel*



Mutxamel és un lloc privilegiat que ofereix diversos atractius: les seues importants festes, el seu patrimoni històric, les seues gents, el seu entorn natural i la seua gastronomia.

Mutxamel, per la seua condició, des d'antic, de poble eminentment agrícola, ha elaborat a través del temps una gastronomia pròpia amb un gran arrelament en els productes de l'Horta Alacantina, cosa que la diferencia dels estils culinaris actuals. La varietat i abundància de cultius de l'horta està present en tots els menjars mutxamelers.

Recordant les nostres receptes no evoquem només la gastronomia sinó també una forma de viure.

En esta guia s'han volgut recopilar i donar a conèixer els plats més representatius de la nostra saviesa culinària en forma de recepta, perquè estos puguen arribar a totes les cuines.

*Mutxamel es un lugar privilegiado que ofrece diversos atractivos: sus importantes fiestas, su patrimonio histórico, sus gentes, su entorno natural y su gastronomía.*

*Mutxamel, por su condición desde antiguo de pueblo eminentemente agrícola, ha elaborado a través del tiempo una gastronomía propia con un gran arraigo en los productos de la Huerta Alacantina, lo que la diferencia de los estilos culinarios actuales. La variedad y abundancia de cultivos de la huerta está presente en todas las comidas mutxameleras.*


*Recordando nuestras recetas no evocamos solamente la gastronomía sino también una forma de vivir .*

*En esta guía se han querido recopilar y dar a conocer los platos más representativos de nuestra sabiduría culinaria en forma de receta, para que estos puedan llegar a todas las cocinas.*

Mutxamel is a privileged place that offers various attractions: its important festivals, its historical heritage, its people, its natural environment and its gastronomy.

Mutxamel has been a predominantly farming town from ancient times, this is why with the passing of time it has elaborated a gastronomy of its own widely based on products from the Land of Alicante, which differentiates it from current culinary styles. The variety and abundance of crops in this area is present in all the dishes from Mutxamel.

Remembering our recipes we do not only evoke gastronomy, but also a way of living. In this guide we have wanted to compile and make known the most representative dishes of our culinary wisdom in the form of recipes so they can reach all kitchens. We must point out that the recipes presented may suffer some variations in their ingredients and ways of elaboration depending on who makes them.



Si voleu elaborar alguna de les receptes que vos proposem i apropar-vos així al plaer d'assaborir els nostres plats, vos informem que els ingredients utilitzats en les receptes podeu adquirir-los als comerços de Mutxamel, així com al mercat ambulant de dimecres al matí, on s'oferix una àmplia varietat de productes de l'horta mutxamelera. També des d'ací volem convidar-vos que vingueu a visitar-nos i a tastar estos plats típics en els restaurants locals.

Veniu i assaboriu els nostres plats!

*Si desea elaborar alguna de las recetas que le proponemos y degustar así el placer de saborear nuestros platos, le informamos que los ingredientes utilizados en las recetas puede usted adquirirlos en los comercios de Mutxamel, así como en el mercadillo de Mutxamel los miércoles por la mañana, donde se ofrece una amplia variedad de productos de la huerta mutxamelera. También desde aquí queremos invitarle a que venga a visitarnos y a degustar estos platos en los restaurantes locales.*

*¡ Ven y saborea nuestros platos !*

If you wish to make any of the recipes we propose you and enjoy the pleasure of tasting our dishes, we inform you that you can find the ingredients used for the recipes in the shops in Mutxamel, as well as in the street market of Mutxamel on Wednesday mornings, where a wide variety of products from the land of Mutxamel is offered. We would also like to invite you to come and visit us and taste these dishes in our local restaurants.

Come and taste our dishes!



# receptes

## ENTRANTS / ENTRANTES / STARTERS

Pericana

Pa, oli i boix

Faves bullides

Ametles fregides

Ensalada Mutxamelera: Tomata, ceba, oli d'oliva, olives trencades

Allioli

## PRIMERS PLATS / PRIMEROS PLATOS / FIRST COURSES

Olleta borda

Bullitori

Arròs i conill

Arròs amb verdures i bacallà

Arròs amb bacallà i faves

## POSTRES / DESSERTS

Coca Bova

Almendraos

Torta d'ametla

Tonya

Bunyols d'arròs

Serenaos

Mantegadetes

Rotllos de vi

Rotllos d'anís





# Pericana

**Ingredients 4 persones:** 6 nyores, 2 capellans i/o bacallà, 2 cabeces d'all, oli d'oliva.

**Preparació:** Es torren en una paella les nyores i els alls. A continuació els apartem i els trossegem en una font. Es torren al foc els capellans i/o el bacallà, s'esmicolen en trossos xicotets i s'afigen. Finalment, es banya amb prou oli d'oliva i llimó. Hi ha distintes variants de la pericana.

**Ingredientes 4 personas:** 6 ñoras, 2 capellanes y/o bacalao, 2 cabezas de ajo, limón y aceite de oliva.

**Preparación:** Se asan en una sartén las ñoras y los ajos. A continuación los apartamos y los troceamos en una fuente. Se asan al fuego los capellanes y/o el bacalao y se desmenuzan en pedazos pequeños y se añaden. Por último, se baña con bastante aceite de oliva y limón.

**Ingredients for 4 persons:**

6 ñoras (dry peppers), 2 poor cod and/or cod, 2 heads of garlic, lemon and olive oil.

**Preparation:** Toast the ñoras and the garlic in a frying pan. Next, set them apart and cut them into pieces in a serving dish. Toast the poor cod and/or cod on the fire and break it into small pieces and add it. Finally, soak it in a large quantity of olive oil and lemon. There are different varieties of pericana, eliminating the lemon, etc.



# Faves Bullides

**Ingredients:** 1 kg. de faves seques, 1 cabeça d'allis, 2 fulles de llorer, 1 os de pernil, 1 tros de xoriç de guisar, 1 pessic de sal, 2 litres d'aigua.

**Preparació:** posem les faves tres dies abans a remulla i canviem l'aigua 2 voltes al dia. Posem aigua al foc i quan estiga tèbia posem les faves, la cabeça d'allis, el llorer, el xoriç i el pernil, al final es posa la sal. Es cobrixen ben cobertes d'aigua, a mesura que es va evaporant l'aigua afegim aigua tèbia perquè no arribe a trencar-se el bull. Aproximadament una hora de cocció, quan les faves estiguen blanetes vol dir que ja estan fetes. Cal servir-les en cassola de fang.

**Ingredientes:** 1 kg de habas secas, 1 cabeza de ajos, 2 hojas de laurel, 1 hueso de jamón, 1 trozo chorizo de guisar, 1 pizca de sal, 2 litros de agua.

**Preparación:** poner las habas tres días antes a remojo y cambiarles el agua 2 veces al día. Poner agua al fuego, cuando esté templada se ponen las habas, la cabeza de ajo, el laurel, el chorizo y el jamón, al final se pone la sal. Se cubren bien cubiertas de agua, conforme se va evaporando el agua añadir agua templada sin que se llegue a cortar el hervor. Aproximadamente una hora de cocción, cuando las habas estén blandas quiere decir que ya están hechas. Servirlas en cazuela de barro.

**Ingredients:** 1 kg of dry broad beans, 1 head of garlic, 2 bay leaves, 1 bone of cured ham, 1 piece of cooking chorizo (seasoned pork sausage), 1 pinch of salt, 2 litres of water.

**Preparation:** put the broad beans in to soak three days in advance and change the water twice a day. Put water on the fire and when it is lukewarm put in the broad beans, the head of garlic, the bay leaves, the chorizo and the ham, and at the end add the salt. Cover well with water, and as it evaporates add lukewarm water without stopping the water from boiling. Boil approximately for one hour and when the broad beans are soft it means they are ready. Serve in a clay casserole.



# Ametles fregides

**Ingredients:** ¼ kg. d'ametles, sal, ½ litre d'oli.

**Preparació:** posar l'oli en una paella al foc, quan estiga calent es posen les ametles i es mouen sense parar fins que comencen a agafar color torrat, quan es dauren les traiem immediatament del foc i les col·loquem en un plat amb paper absorbent per a llevar-li l'oli, hi posem sal i esperem que es gelen. Servir fredes.

**Ingredientes:** ¼ kg de almendras, sal, ½ litro de aceite.

**Preparación:** poner el aceite en una sartén al fuego, una vez esté caliente se ponen las almendras y se mueven sin parar hasta que estas empiecen a coger color tostado, cuando se doran sacarlas inmediatamente del fuego y colocar en un plato con papel absorbente para quitarle el aceite, ponerles sal y esperar a que se enfrien. Servir frías.

**Ingredients:** 1/4 kg of almonds, salt, 1/2 litre of oil.

**Preparation:** Put the oil in a frying pan on the fire and when it is hot put the almonds in and stir continuously until they begin to take on a toasted colour. When they are toasted, remove immediately from the fire and place in a dish with absorbing paper to remove the oil, put salt on them and wait until they cool. Serve cool.



# Pa, oli i boix

**Ingredients:** Pa, nyora torrada, oli d'oliva i sal grossa.

Es tracta d'una recepta molt senzilla i deliciosa. Unes llesques de pa untades amb oli, a què s'afegim nyora torrada i picada, amb sal grossa, en un morter.

Es pot acompanyar amb "allioli" i "pericana".

**Ingredientes:** Pan, ñora asada, aceite de oliva y sal gruesa.

*Se trata de una receta muy sencilla y deliciosa. Basta con unas rebanadas de pan untadas con aceite a las que se le añade ñora asada y picada, con sal gruesa, en un mortero.*

*Se puede acompañar con "allioli" y "pericana".*

**Ingredients:** Bread, roasted ñora (dry pepper), olive oil and cooking salt.

This is a very simple and delicious recipe. Just a few slices of bread, pour some olive oil on them and add roasted ñora cut into little pieces, with cooking salt in a mortar.

It can be accompanied with "allioli" and "pericana".



# Allioli

Es recomana per a l'acompanyament del bullitori, peixos, arrossos o, senzillament, per posar sobre una llesca de pa cuit al forn de llenya.

**Ingredients:** 1 cabeça d'alls, 1 litre d'oli, sal, 1 morter de fang.

**Preparació:** es pica en un morter amb un poc de sal una cabeça d'alls fins a obtenir una crema, s'afeg l'oli, a poc a poc, sense parar de moure fins a obtenir una textura espessa.

*Se recomienda para el acompañamiento del bullitori, pescados, arroces o para tomar acompañado de pan cocido al horno de leña.*

**Ingredientes:** 1 cabeza de ajos, 1 litro de aceite, sal, 1 mortero de barro.

**Preparación:** Se pica en un mortero una cabeza de ajos hasta obtener una crema con un poco de sal, se añade el aceite poco a poco sin parar de mover hasta obtener una textura espesa.

Recommended to accompany bullitori, fish, rice or with bread baked in a firewood oven.

**Ingredients:** 1 head of garlic, 1 litre of oil, salt, 1 clay mortar.

**Preparation:** crush a head of garlic in a mortar until a cream is obtained with a bit of salt, add the oil very slowly, stirring continuously until a thick mass is obtained.



# Ensalada de Mutxamel

**Ingredients:** 2 tomates, 2 cebes, 1 cullerada d'oli d'oliva, 50 grams d'olives trencades de Mutxamel, sal.

**Preparació:** trossegem les tomates i la ceba, afegim oli, sal i les olives trencades.

**Ingredientes:** 2 tomates, 2 cebollas, 1 cucharada de aceite de oliva, 50 g de olivas partidas de Mutxamel, sal.

**Preparación:** trocear los tomates y la cebolla, añadir el aceite, la sal y las olivas partidas.

**Ingredients:** 2 tomatoes, 2 onions, 1 spoonful of olive oil, 50 grammes of "broken" olives from Mutxamel, salt.

**Preparation:** cut the tomatoes and the onions into pieces, add the oil, the salt and the broken olives.

# Olleta borda

## **Ingredients 4 persones:**

1/4 kg. d'arròs, 1/4 de fesols blancs posats a remull el dia anterior, ¼ kg bajoquetes tendres, 1 nap, ¼ kg carabassa, 4 creïlles mitjanes, 1/2 kg. de penques (card) i de bledes, 1/4 l. oli d'oliva, sal, safrà pur.

**Preparació:** A la nit es posen els fesols blancs a remulla, al dia següent es posen en una olla gran amb aigua freda i es bullen durant ¾ d'hora, a continuació posem les bledes i els cards, les bajoquetes tendres, el nap i la carabassa. Es deixa bullir durant ½ hora, a continuació se sofregix una nyora i s'aparta. La nyora fregida es pica en un morter amb un poc de sal i afegim el safrà i les creïlles; es deixa coure ½ hora més, quan estiga ben cuit afegim l'arròs, una tassetta de café per persona. Esta olleta ha de quedar caldoseta. Acompanyem amb una ensalada de tomata i ceba.

## **Ingredientes 4 personas:**

*1/4 kg. de arroz, 1/4 kg de habichuelas blancas puestas a remojo el día anterior, ¼ kg judías tiernas, 1 nabo, ¼ kg calabaza, 4 patatas medianas, 1/2 kg. de cardos y acelgas, 1/4 l. aceite de oliva, sal, azafrán puro.*

**Preparación:** *Por la noche se ponen las habichuelas blancas en remojo, al día siguiente se ponen en una olla grande con agua fría y se hierven durante ¾ de hora, a continuación ponemos las acelgas y los cardos, las judías verdes, el nabo y la calabaza; se deja hervir durante ½ hora, a continuación se sofríe una ñora y se aparta. La ñora frita se pica en un mortero con un poco de sal y añadimos el azafrán y las patatas, se deja cocer ½ hora más, cuando esté bien cocido añadimos el arroz, una taza de café por persona. Esta olleta tiene que quedar con caldo. Acompañamos con una ensalada de tomate y cebolla.*

## **Ingredients for 4 persons:**

1/4 kg of rice, 1/4 kg of white beans put in to soak the previous day, 1/4 kg tender green beans, 1 turnip, 1/4 kg pumpkin, 4 medium-sized potatoes, 1/2 kg of cardoons and chards, 1/4 litre of olive oil, salt, pure saffron.

**Preparation:** At night, put the white beans in to soak. The following day, put them in a large pot in cold water and boil for 3/4 hour, next add the chards and cardoons, the green beans, the turnip and the pumpkin. Boil for 1/2 hour. Fry a ñora and set apart. Crush the fried ñora in a mortar with a little bit of salt and add the saffron and the potatoes and boil for another 1/2 hour. When it is well boiled, add a coffee cup of rice for each person. This olleta has to have stock. Accompany with a tomato and onion salad.





# Bullitori

## **Ingredients 4 persones:**

mitja col, 2 unitats de creïlles, 2 unitats de ceba tendra, mig bacallà (el bacallà es posa a remulla 24 hores abans i se li canvia l'aigua algunes voltes), oli d'oliva i sal, 3 o 4 nyores o pebreretes seques.

Es prepara tot en cru.

**Preparació:** En una olla es posa la col trossejada, les cebes, les nyores o pebreretes sense les llavorettes, l'aigua i l'oli. Quan està bullint es col·loca l'oli, el bacallà i el colorant, es té a cocció durant una hora, 20 minuts abans de finalitzar la cocció afegir les creïlles. Les nyores o pebreretes es trauen quan estan cuites amb una cullera i es tornen a posar després en l'olla. S'acompanya amb allioli.

## **Ingredientes 4 personas:**

*media col, 2 unidades de patatas, 2 unidades de cebolla tierna, medio bacalao (el bacalao se pone en remojo 24 horas antes y se le cambia el agua varias veces), aceite de oliva y sal, 3 ó 4 ñoras o pimientos secos.*

*Se prepara todo en crudo.*

**Preparación:** *En una olla se pone la col troceada, las cebollas, las ñoras o pimientos sin las semillas, el agua y el aceite. Cuando está hirviendo se coloca el bacalao y el colorante, se tiene a cocción durante una hora, 20 minutos antes de acabar la cocción añadimos las patatas. Las ñoras o pimientos se sacan cuando están cocidos con una cuchara y se vuelven a poner después en la olla antes de servir. Se acompaña con allioli.*

## **Ingredients for 4 persons:**

Half a cabbage, 2 potatoes, 2 tender onions, Half a cod (put the cod in to soak 24 hours previously and change the water several times), olive oil and salt, 3 or 4 ñoras or dry peppers.

Prepare everything raw.

**Preparation:** Put in a pot the sliced cabbage, the onions, the ñoras or peppers with no seeds, the water and the oil. When it is boiling, add the cod and the colouring and boil for one hour. Add the potatoes 20 minutes before ending the boiling. Take the ñoras or peppers out with a spoon when they are boiled and put them in again afterwards, before serving. Accompany with allioli.

# Arròs i conill

## **Ingredients per a 4 persones:**

1 cabeça d'all, 1 pebrera roja, 1 tomata madura ratllada, 1 conill (aprox. 800 grs), 400 grs. d'arròs, ¼ kg. de cigrons, nyora i safrà, ¼ de litre d'oli, litre i mig d'aigua.

**Preparació:** Es posen els cigrons a remulla la nit anterior i es bullen fins que estiguen blanets.

Calfem l'oli i sofregim la nyora, la traiem i deixem refredar per picar-la quan estiga freda amb un poc de sal en un morter.

Reservem.

Sofregim la pebrera tallada en tires fines amb els alls; la traiem i sofregim el conill trossejat fins que estiga ben daurat. Es trau el conill i sofregim la tomata.

Posem l'arròs, li peguem unes voltes amb la tomata i afegim l'aigua, el conill, la pebrera, els cigrons, els alls i la nyora picada. Es deixa durant 15 minuts a foc fort i 10 minuts més a foc lent. S'apaga el foc, es tapa amb un drap de cotó i es deixa reposar uns minuts.

## **Ingredientes para 4 personas:**

*1 cabeza de ajos, 1 pimiento rojo, 1 tomate maduro rallado, 1 conejo (aprox. 800 gramos), 400 gramos de arroz, ¼ kg de garbanzos, ñora y azafrán, ¼ de litro de aceite, 1 litro y medio de agua.*

**Preparación:** *Se ponen los garbanzos a remojo la noche anterior y se cuecen hasta que esten blandos.*

*Calentar el aceite y sofreir la ñora, sacar y dejar enfriar, cuando esté fría se pica con un poco de sal en un mortero. Reservar. Se sofríe el pimiento cortado en tiras finas con los ajos. Se aparta, se sofríe el conejo troceado hasta que esté bien dorado. Se saca el conejo y se sofríe el tomate, se añade el arroz y se le da unas vueltas con el tomate y se añade el agua, el conejo, el pimiento, los garbanzos, los ajos y la ñora picada. Se deja durante 15 minutos a fuego fuerte y 10 minutos más a fuego lento. Se apaga el fuego y se tapa con un paño de algodón y se deja reposar unos minutos.*

## **Ingredients for 4 persons:**

1 head of garlic, 1 red pepper, 1 grated ripe tomatoe, 1 rabbit (aprox. 800 grammes), 400 grammes of rice, 1/4 kg of chickpeas, Ñora (dry pepper) and saffron, 1/4 litre of oil, 1 1/2 litres of water.

**Preparation:** Put the chickpeas in to soak the previous night. Warm the oil and fry the ñora. Take the ñora out and let it cool. When cool, crush with a little bit of salt in a mortar. Reserve.

Fry the pepper cut in fine slices with the garlic. Set apart, fry the pieced rabbit until it is well toasted. Take the rabbit out and fry the tomatoe, add the rice and stir with the tomatoe, add the water, the rabbit, the pepper, the chickpeas, the garlic and the crushed ñora. Leave for 15 minutes on a strong fire and 10 minutes on a low fire. Turn the fire off and cover with a cotton cloth and let it settle for a few minutes.



# Arròs amb bacallà i faves

## **Ingredients per a 4 persones:**

1/4 kg de bacallà, 1/4 kg de carxofes, 1/4 kg de faves, 2 dents d'all, 1 pebrera verda, oli d'oliva, safrà, 400 g d'arròs, litre i mig d'aigua.

**Preparació:** En una cassola de fang es posa oli fins a cobrir la base, se sofrigen els alls picats i a continuació les faves netes i trossegades, les carxofes trossegades i la pebrera a tiretes. Més tard s'afig el bacallà. Es va remonent un poc, a ser possible amb una cullera de fusta, per a evitar desfer el bacallà, fins que este es cuine. S'afig l'aigua (una miqueta més del doble de volum d'aigua que d'arròs). Quan estiga bullint, s'afig l'arròs i el safrà i es cou a foc mitjà 20 minuts (més o menys) i se servix. Cal tindre en compte que és un plat meloset i que sempre ha de quedar solt l'arròs.

## **Ingredientes para 4 personas:**

1/4 kg de bacalao, 1/4 kg de alcachofas, 1/4 kg de habas, 2 dientes de ajo, 1 pimiento verde, aceite de oliva, azafrán, 300 g de arroz, litro y medio de agua.

**Preparación:** En una cazuela de barro se pone aceite hasta cubrir la base, se sofríen los ajos picados y a continuación las habas limpias y troceadas, las alcachofas troceadas y el pimiento a tiritas. Más tarde se añade el bacalao. Se va removiendo un poco, a ser posible con una cuchara de madera, para evitar deshacer el bacalao, hasta que este se cocine.

Se añade el agua (algo más del doble de volumen de agua que de arroz). Cuando esté hirviendo, se añade el arroz y el azafrán y se cuece a fuego medio 20 minutos (más o menos) y se sirve.

Hay que tener en cuenta que es un plato semicaldosado y que siempre debe quedar suelto el arroz.

## **Ingredients for 4 persons:**

1/4 kg of cod, 1/4 kg of artichokes, 1/4 kg of broad beans, 2 cloves of garlic, 1 green pepper, olive oil, saffron, 300 g of rice, 1 1/2 litres of water.

**Preparation:** Put oil in a clay casserole until it covers its base. Fry the sliced garlic and then the clean, sliced broad beans, the sliced artichokes and the pepper in strips. Later, add the cod. Stir a little, if possible with a wooden spoon to avoid breaking the cod, until it is cooked.

Add the water (a bit more that twice the volume of rice). When it is boiling, add the rice and the saffron and cook at a medium fire for 20 minutes (more or less) and serve. You have to take into account that it is a semi-soupy dish and that the rice must be loose.



# Arròs, verdures i bacallà

## **Ingredients per a 4 persones:**

¼ kg. bolets o xampinyons, ¼ kg. faves tendres, 1 manoll d'allis tendres, 250 grs. de floricol, 4 carxofes, 250 grs. de fesols rojos, 1 pebrera roja, 150 grs. de bacallà anglès o de molla, 400 grs. d'arròs, 1 tomata madura, 160 cl. d'oli, 1 mica de sal, 2 cullerades de postres de nyora, safrà, litre i mig d'aigua.

## **Preparació:**

Posar el bacallà la nit abans a remulla perquè es dessale. Fem el bacallà a molletes, li traiem les espines i el sofregim, en un recipient posem la carxofa tallada a trossets molt fins, els fesols, la pebrera roja, la floricol a branquetes, els alls tendres trossets i les faves pelades.

Sofregim tota la verdura i afegim la tomata ratllada, posem el bacallà, peguem unes voltetes i afegim l'arròs. Es remou tot junt, s'afeg la nyora, es deixa coure 20 minuts, es deixa reposar 5 minuts i servim.

Este plat se sol acompanyar d'ensalada verda (encisam, llinsons).

**Ingredientes para 4 pax:** ¼ kg setas o champiñones, ¼ kg habas tiernas, 1 manojo de ajos tiernos, 250 gramos de coliflor, 4 alcachofas, 250 gramos de judías rojas, 1 pimiento rojo, 150 gramos de bacalao inglés o de molla, 400 gramos de arroz, 1 tomate maduro, 160 g de aceite, 1 pizca de sal, 2 cucharas de postre de ñora, azafrán, 1 litro y medio de agua.

**Preparación:** Poner el bacalao la noche antes a remojo para que se desale. Se desmiga el bacalao quitándole las espinas, en un recipiente se corta la alcachofa a trocitos muy finos, las judías, el pimiento rojo, la coliflor a ramitas, los ajos tiernos se trocean, se ponen las habas peladas.

En una sartén se pone el aceite y se deja caer toda la verdura, se sofríe y añade el tomate rallado, se le da unas vueltas y se añade el arroz. Se remueve todo junto, se añade la ñora, se deja cocer 20 minutos, se deja reposar 5 minutos, y se sirve. Este plato se suele acompañar de ensalada verde (lechuga, llinsons).

## **Ingredients for 4 persons:**

1/4 kg mushrooms, 1/4 kg tender broad beans, 1 bunch of tender garlic, 250 grammes of cauliflower, 4 artichokes, 250 grammes of red beans, 1 red pepper, 150 grammes of English cod, 400 grammes of rice, 1 ripe tomatoe, 160 g of oil, 1 pinch of salt, 2 dessert-spoonfuls of ñora (dry pepper), saffron, 1 1/2 litres of water.

**Preparation:** Put the cod in to soak the previous night to take away the salt.

Shred the cod, removing the bones, in a bowl; cut the artichoke into very fine pieces; cut the beans, the red pepper, the cauliflower in branches, the tender garlic, and add the peeled broad beans.

Put the oil in a frying pan and put all the vegetables, fry them and add the grated tomatoe; stir a little and add the rice. Stir all together, add the ñora and let it cook for 20 minutes. Let it settle for 5 minutes and serve.

This dish is normally accompanied by green salad (lettuce, llinsons).



# Coca bova de Mutxamel

recepta d' El forn de la mestra.

## **Ingredients:**

4 ous, ½ kg. de sucre, ½ kg. de farina, 4 papers de gasosa, ½ litre de llet, ¼ de litre d'oli, ratlladura d'un llimó.

**Preparació:** Batem els ous en un bol, afegim el sucre, la llet, la farina, l'oli i els papers de gasosa. Ho batem tot bé fins a aconseguir una pasta homogènia. La col·loquem en una llanda sobre un paper cristall que posem al forn a 180° i coem durant 30 minuts aproximadament.

## **Ingredientes:**

4 huevos, ½ kg de azúcar, ½ kg harina, 4 papeles de gaseosa, ½ litro de leche, ¼ de litro de aceite, la rayadura de un limón.

**Elaboración:** Batir los huevos en un bol, añadir el azúcar, la leche, la harina, el aceite y los papeles de gaseosa. Batirlo todo bien hasta conseguir una pasta homogénea. Colocar en una lata sobre un papel de cristal. Meterlo en el horno a 180° y cocerlo durante 30 minutos aproximadamente.

## **Ingredients:**

4 eggs, 1/2 kg of sugar, 1/2 kg of flour, 4 sachets of baking soda, 1/2 litre of milk, 1/4 litre of oil, a grated lemon.

**Preparation:** Beat the eggs in a bowl, add the sugar, the milk, the flour, the oil and the sachets of soda. Beat it all well until obtaining a homogeneous paste. Place on a tin plate on a glassine paper. Put in the oven at 180° and cook for 30 minutes approximately.



# Almendraos

## **Ingredients:**

1kg d'ametla mòlta sense pell, ½ kg de sucre, 4 ous, la ratlladura d'un llimó, ½ rameta de canyella picada i colada.

**Preparació:** Mesclar l'ametla, el sucre i la ratlladura de llimó, se separen els rovells de les clares; els rovells es pasten amb l'ametla i les clares es munten a punt de neu i s'afegix a la mescla, es pasta tot bé fins que quede una pasta blaneta i unida, a continuació es preparen les llandes del forn amb un paper de cristall, es fan pessiguets i es col·loquen a les llandes sense que estiguen massa junts, el forn ha d'estar 10 minuts a una temperatura aproximada de 160º, i tan prompte estiguen un poc daurats es trauen, perquè l'ametla manté molt el calor i s'acaba de fer amb el calor que li queda.

## **Ingredientes:**

*1kg de almendra molida sin piel, ½ kg. de azúcar, 4 huevos, la ralladura de un limón, ½ rama de canela picada y colada.*

**Preparación:** *Mezclar la almendra, el azúcar y la ralladura de limón, se separan las yemas de las claras; las yemas se amasan con la almendra y las claras se montan a punto de nieve y se añade a la mezcla, se amasa todo bien hasta que quede una masa blanda y unida, a continuación se preparan las latas del horno con un papel de cristal, se hacen pellizquitos y se colocan en las latas sin que estén muy juntos, el horno tiene que estar 10 minutos a una temperatura aproximada de 160º, y tan pronto estén un poco dorados se sacan, porque la almendra mantiene mucho el calor y se acaba de cocer con el calor que le queda.*

**Ingredients:** 1 kg of ground almonds with no peel, 1/2 kg of sugar, 4 eggs, a grated lemon, 1/2 stick of cinnamon chopped and strained.

**Preparation:** Mix the almonds, the sugar and the grated lemon and separate the yolks from the whites of the eggs; knead the yolks with the almonds and whip the whites until light and add to the mixture; knead all well until obtaining a soft, blended mass. Next, prepare the oven tin plates with a glassine paper. Pinch pieces of mass and place them on the plates, not too close together. The oven must be at approximately 160º for 10 minutes and as soon as they are slightly toasted take them out because the almonds retain the heat a lot and they finish cooking with the heat they have left.



# Torta d'ametla

**Ingredients:**

625 grs. d'ametla mòlta sense pell, 600 grs. de sucre, 12 ous, la ratlladura d'un llimó.

**Preparació:**

Es baten les clares dels ous a punt de neu, quan estiguen ben muntades afegim a poc a poc el sucre, menegem amb un cullerot de fusta, afegim la ratlladura d'un llimó, els rovells i al final, molt a poc a poc, l'ametla mòlta. Quan està tot ben mesclat es col·loca en una llanda de tortada amb paper de cristall i es posa al forn, que ja estarà calent al màxim a 200º, durant 20 minuts, després es rebaixa a 160º durant una hora.

**Ingredientes:**

*625 gramos de almendra molida sin piel, 600 gramos de azúcar, 12 huevos, la ralladura de un limón.*

**Preparación:**

*Se baten las claras a punto de nieve, cuando estén bien montadas añadimos poco a poco el azúcar moviendo con un cucharón de madera, añadimos la ralladura de un limón, las yemas y al final, muy poco a poco, la almendra molida. Cuando está todo bien mezclado se coloca en una tartera con papel de cristal y se pone al horno, que ya estará caliente, al máximo a 200º durante 20 minutos, después se rebaja a 160º durante una hora.*

**Ingredients:**

625 grammes of ground almonds with no peel, 600 grammes of sugar, 12 eggs, a grated lemon.

**Preparation:**

Whip the whites until light, when they are light and fluffy add little by little the sugar, stirring with a wooden spoon; add the grated lemon, the yolks and at the end, very little by little, the ground almonds. When it is all well mixed, place in a cake-tin with glassine paper and put in the oven, which will be already hot, at the maximum 200º for 20 minutes; then lower to 160º for an hour.



# Tonya

**Ingredients:**

3 kg. de farina, 1 kg. de sucre, 6 ous, 6 mesures d'oli, llevat, llimó ratllat, llet.

**Preparació:**

Es pasta la farina i el llevat amb la llet, l'oli, els ous i el sucre. S'afegim el llimó ratllat. La pasta es deixa reposar tapada perquè munti durant aproximadament 6 hores (es recomana preparar la pasta a la nit). Es formen les tonyes i es deixen reposar una hora, es pinten amb ou batut i es tira sucre per damunt. Es couen al forn a 180°, està cuit quan la base de la tonya se separa del paper de cristall.

**Ingredientes:**

3 kg. de harina, 1 kg. de azúcar, 6 huevos, 6 medidas de aceite, levadura, limón rallado, leche.

**Preparación:**

Se amasa la harina y la levadura con la leche, el aceite, los huevos y el azúcar. Se añade el limón rallado. La pasta se deja reposar tapada con un paño de algodón y una manta para que le de calor y que monte durante aproximadamente 6 horas (se recomienda preparar la masa una noche antes). Se forman las toñas y se dejan reposar una hora. Se pintan con huevo batido y se echa azúcar por encima. Se cuecen al horno a 180°, se sabe que está cocida cuando la base de la toña se despega del papel de cristal.

**Ingredients:**

3 kg of flour, 1 kg of sugar, 6 eggs, 6 measures of oil, yeast, a grated lemon, milk.

**Preparation:**

Knead the flour and the yeast with the milk, the oil, the eggs and the sugar. Add the grated lemon. Let the mass settle covered with a cotton cloth and a blanket so it is warm and grows for approximately 6 hours (we recommend you prepare the mass the previous night). Form the toñas and let them settle one hour. Paint them with whipped egg and sprinkle sugar on them. Bake in the oven at 180°. You know they are baked when the base of the toñas separate from the glassine paper.





# Bunyols d'arròs

## **Ingredients:**

1 kg. d'arròs, ½ kg. de sucre, ¼ kg. de farina, 8 ous, 2 palets de canella en rama, 1 cullerada de canella en pols, la pell d'un llimó.

## **Preparació:**

Es bull l'arròs amb la pell del llimó, la canella en rama i es cou fins que l'arròs estiga cuit remonent contínuament. Es lleva la pell del llimó i la canella. Es posen els ous i el sucre i es mescla molt bé obtenint una pasta espessa. S'afeg la canella en pols i la farina, batent-ho tot molt bé. En una paella amb oli ben calent es col·loca la pasta de bunyol en la bunyolera i es frigen. Servir amb canella i sucre.

## **Ingredientes:**

1 kg. de arroz, ½ kg. de azúcar, ¼ kg. de harina, 8 huevos, 2 palitos de canela en rama, 1 cucharada de canela en polvo, la piel de un limón.

## **Preparación:**

Se hierva el arroz con la piel del limón, la canela en rama y se cuece hasta que el arroz esté cocido removiendo continuamente. Se quita la piel del limón y la canela. Se ponen los huevos y el azúcar triturándolo muy bien obteniendo una pasta espesa. Se añade la canela en polvo y la harina, batiéndolo todo muy bien. En una paella con aceite bien caliente se coloca la pasta de buñuelo en la buñolera y se fríen. Una vez hechos, antes de servir, se pasan por azúcar y canela.

## **Ingredients:**

1 kg of rice, 1/2 kg of sugar, 1/4 kg of flour, 8 eggs, 2 sticks of cinnamon, 1 spoonful of powdered cinnamon, the peel of a lemon.

## **Preparation:**

Boil the rice with the lemon peel and the stick of cinnamon until the rice is cooked, stirring continuously. Remove the lemon peel and the cinnamon. Add the eggs and the sugar, grinding it very well until you obtain a thick paste. Add the powdered cinnamon and the flour, whipping it all very well. On a wide frying pan or paella with hot oil place the buñuelo paste in the buñolera (that gives shape to the buñuelo) and fry them. Once made, before serving, cover them in sugar and cinnamon.

# Mantegadetes

**Ingredients:**

250 g. de mantega de porc, 2 ous, 300 g. de sucre, 650 g. de farina, 1 copa de vi dolç, la raspadura d'un llimó.

**Preparació:**

Es mescla la mantega i el sucre; s'afeg el vi, els ous i el llimó ratllat i es fa la massa molt bé. La pasta s'aplana i es formen les "mantegaetes", que s'unten amb clara d'ou i s'empolvoren amb canella i sucre. Finalment es couen en el forn 150º-160º durant 20 minuts.

**Ingredientes:**

250 g. de manteca de cerdo, 2 huevos, 300 g. de azúcar, 650 g. de harina, 1 copa de vino dulce, la raspadura de un limón.

**Preparación:**

Se mezcla la manteca y el azúcar; se añade el vino, los huevos y el limón rallado y se hace la masa muy bien. La pasta se aplana y se forman los mantecaditos, que se untan con clara de huevo y se espolvorean con canela y azúcar. Finalmente se cuecen en el horno a 150º-160º durante 20 minutos.

**Ingredients:**

250 g of lard, 2 eggs, 300 g of sugar, 650 g of flour, 1 glass of sweet wine, A grated lemon.

**Preparation:**

Mix the lard and the sugar; add the wine, the eggs and the grated lemon and make a fine paste. Flatten the paste and form the mantecaditos, wetting them with the egg white and sprinkle with cinnamon and sugar. Finally, bake in the oven at 150º-160º for 20 minutes.

**Ingredients:**

¼ de mantega de porc, 1 kg. de farina, ¼ l. de vi blanc, el suc de ½ llimó, 1 culleradeta de sal.

**Preparació:**

Es mescla la mantega, el llimó, el vi i la sal i es pasta tot molt bé; afegint la farina a poc a poc. La pasta es deixa reposar tota la nit. Al dia següent, s'allarga la pasta i es talla a quadrats. Es posen en una safata i es couen al forn a 150°-160° durant uns 20 minuts. Una vegada cuits es passen per sucre mòlt.

**Ingredientes:**

¼ de manteca de cerdo, 1 kg. de harina, ¼ l. de vino blanco, el zumo de ½ limón, 1 cucharadita de sal.

**Preparación:**

Se mezcla la manteca, el limón, el vino y la sal y se empasta todo muy bien; añadiendo harina poco a poco. La pasta se deja reposar toda la noche. Al día siguiente, se alarga la pasta y se corta a cuadrados. Se ponen en una bandeja y se cuecen al horno a 150°-160° durante 20 minutos aproximadamente. Una vez cocidos se pasan por azúcar molido.

**Ingredients:**

1/4 kg of lard, 1 kg of flour, 1/4 litre of white wine, the juice of 1/2 a lemon, 1 small spoonful of salt.

**Preparation:**

Mix the lard, the lemon, the wine and the salt and make a paste, adding flour little by little. Let the paste settle all night long. The next day, lengthen the mass and cut it in squares. Put them in a tray and bake in the oven at 150°-160° for 20 minutes approximately. Once baked, cover in powdered sugar.



# Serenaos

# Rotllos de vi

## **Ingredients:**

¼ l. vi blanc, ½ l. oli, 1 kg. de farina, 2 parells de sobres de gasosa.

## **Preparació:**

Es mescla el vi i l'oli amb la gasosa, i una vegada que està ben mesclat s'afeg la farina a poc a poc. Es donen forma als rotllos i es col·loquen en una safata per a coure en el forn a uns 160º durant 20 minuts. Una vegada que estan cuits es passen per sucre.

## **Ingredientes:**

¼ l. vino blanco, ½ l. aceite, 1 kg. de harina, 2 pares de sobres de gaseosa.

## **Preparación:**

*Se mezcla el vino y el aceite con la gaseosa, y una vez que está bien mezclado se añade la harina poco a poco. Se dan forma a los rollos y se colocan en una bandeja para cocer en el horno a 150º-160º durante 20 minutos. Una vez que están cocidos se pasan por azúcar.*

## **Ingredients:**

1/4 litre of white wine, 1/2 litre of oil, 1 kg of flour, 2 pairs of sachets of baking soda.

## **Preparation:**

Mix the wine and the oil with the baking soda, and when it is well mixed, add the flour little by little. Shape the rolls and place them in a tray to bake in the oven at 150º-160º for 20 minutes. Once they are baked, cover in sugar.

# Rotllos d'anís

## **Ingredients:**

6 ous, 1 tassa de mantega, 1 tassa de sucre, 1 tassa d'anís, la farina que admeta.

## **Preparació:**

Es fa una pasta amb la farina, la mantega, el sucre, l'anís i els ous batuts. Es fan els rotllos i es passen per ou i es couen al forn a 150º-160º durant uns 20 minuts; una vegada fets es passen per sucre.

## **Ingredientes:**

6 huevos, 1 taza de manteca, 1 taza de azúcar, 1 taza de anís, la harina que admita.

## **Preparación:**

*Se hace una pasta con la harina, la manteca, el azúcar, el anís y los huevos batidos. Se hacen los rollos y se pasan por huevo cociéndose al horno a 150º-160º durante 20 minutos; una vez hechos se pasan por azúcar.*

## **Ingredients:**

6 eggs, 1 cup of lard, 1 cup of sugar, 1 cup of anisette, the flour it admits.

## **Preparation:**

Make a paste with the flour, the lard, the sugar, the anisette and the whipped eggs. Make the rolls and cover them in egg, baking them in the oven at 150º-160º for 20 minutes. Once made, cover them in sugar.

\*Les receptes presentades en la Guia poden patir alguna variació en l'elaboració depenent de qui les realitzi, com diu el refrany "Cada mestre té el seu regle".

*\*Las recetas presentadas en la Guía pueden sufrir alguna variación en sus ingredientes y elaboración dependiendo de quien las realice, como dice el dicho "cada maestrillo tiene su librillo".*

\*The recipes we have presented in this Guide may suffer some variations in their ingredients and elaboration depending on who makes them. As the saying goes, "to each his own".