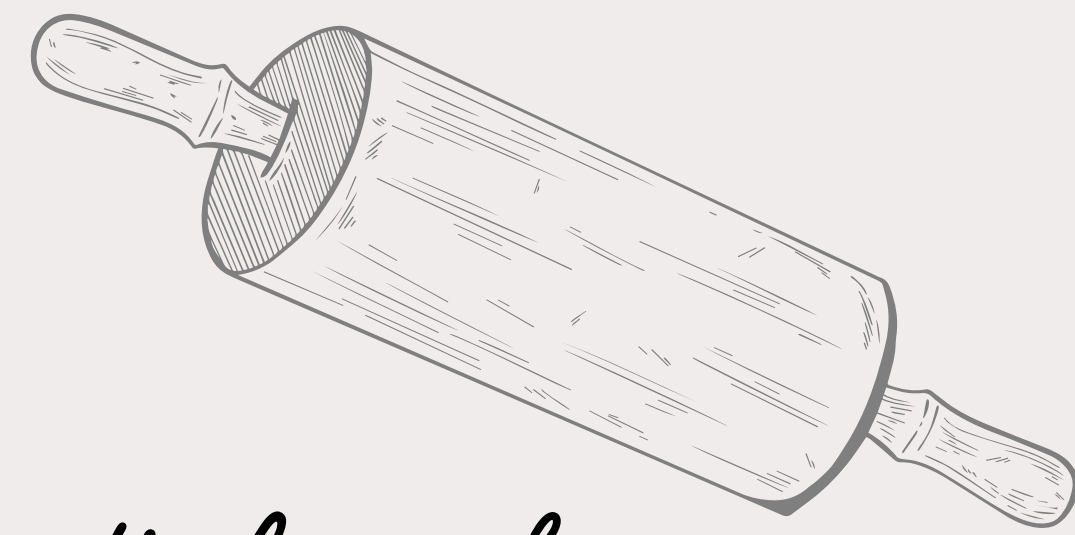


Villalbilla

Nuestro
*Recetario
de Cocina
Intergeneracional*

**Desde
Enero de
2025**



Este recetario intergeneracional nace del deseo de preservar y compartir los sabores que han unido a las familias de Villalbilla a lo largo del tiempo. En sus páginas se entrelazan recetas tradicionales transmitidas de abuelos a nietos con creaciones más recientes, fruto de nuevas generaciones que reinterpretan la cocina local sin olvidar sus raíces.

Cada plato que aquí se presenta no solo nutre el cuerpo, sino también la memoria, recogiendo historias, costumbres y momentos vividos alrededor de una mesa. Este proyecto es un homenaje a la riqueza gastronómica de nuestro municipio y al valor de la convivencia entre generaciones, donde la cocina se convierte en un espacio de encuentro, aprendizaje y cariño.



Sortilla de patatas con cebolla

Ingredientes

Para 4 personas

- Patatas 700 g
- Cebolla 300 g
- Huevos 6
- Sal
- Aceite de oliva



Dificultad: Media

Tiempo total 45 m

Elaboración 30 m

Cocción 15 m



Cómo hacer tortilla de patata CON cebolla

Comenzamos con la tarea más larga, la de caramelizar la cebolla que nos llevará unos 30 minutos. Para ello, pelamos la cebolla y la cortamos en juliana. Después la ponemos en una sartén a fuego muy lento y dejamos que se haga muy despacio, removiendo de vez en cuando.

No nos interesa que se dore la cebolla sino que se vaya pochando muy despacio.

Mientras la cebolla se hace, pelamos las patatas y las cortamos en rodajas finas, procurando que todas ellas sean de tamaño uniforme. Las dejamos en agua durante 15 minutos y ponemos una sartén con aceite de oliva abundante en el fuego.

Sin dar tiempo a que el aceite se caliente, añadimos las patatas y dejamos que se vayan friendo muy despacio, partiendo de un aceite casi en frío. Así conseguimos que las patatas se confiten en lugar de dorarse. De todas formas, cuando lleven unos diez minutos y hayamos removido de vez en cuando, podemos subir el fuego para conseguir que algunas de las patatas queden más tostaditas, originando así contrastes en el plato final.

Sortilla de patatas sin cebolla

Ingredientes

Para 4 personas

- Patatas 700 g
- Huevos 6
- Sal
- Aceite de oliva



Dificultad: Media

Tiempo total 45 m

Elaboración 30 m

Cocción 15 m



Cómo hacer tortilla de patata SIN cebolla

1: Pochar la patata

Comenzamos lavando bien las patatas antes de pelarlas. A continuación, cortamos las patatas en mitades y estas a su vez en rodajas de medio centímetro de grosor. Lo importante de este paso es cortarlas más o menos iguales. El objetivo es que se cocinen por igual y no nos queden unas muy hechas y otras medio crudas.

Preparadas las patatas, calentamos el aceite de oliva en una sartén a fuego medio. Esperamos a que coja calor. La clave en nuestra receta de tortilla de patatas sin cebolla es que no queremos freír la patata. La queremos pochar lentamente para que resulte tierna.

2: Mezclar los huevos y la patata

Intentar que los dos ingredientes queden lo más incorporados posible.

Cómo hacer tortilla de patata SIN cebolla

3: Hacer la tortilla

Elegida la sartén predilecta, agregamos un chorrito de aceite de oliva y dejamos que se caliente a fuego medio. Hora de verter la mezcla de patatas y huevos. El huevo irá cuajando sin quemarse, por eso es importante no subir el fuego en este paso. Dependiendo de vuestro fuego o cocina, transcurridos 8-10 minutos. Coged un plato que supere en unos centímetros el diámetro de la sartén. Colocad el plato sobre la sartén. Retirad la sartén del fuego. Una mano en el mango de la sartén. La otra, presionando el plato con firmeza. Le damos la media vuelta y rápidamente

Dejamos que sea haga la otra cara de la tortilla a fuego lento. Unos 5 minutos más y listo.

Bizcocho Yogur en freidora de aire

Ingredientes

3 huevos L

2 medidas del vaso de yogur de azúcar blanco

1 medida del vaso de yogur de aceite de oliva suave

1 yogur de sabor a limón (125 g)

La ralladura de la piel de 1 limón

1 pizca de sal

3 medidas del vaso de yogur de harina de trigo

15 g de levadura química

Para el molde:

1 cucharadita de mantequilla (para engrasar el molde)

1 cucharada de harina de trigo (para enharinar el
molde)



Información de la receta

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocinado: 30 minutos

Tiempo total: 45 minutos

Raciones: 8



Cómo hacer bizcocho de yogur en la freidora de aire

Lo primero es cascar 3 huevos y echarlos en un bol junto con 2 medidas del vaso de yogur de azúcar blanco. Con unas varillas, mezclamos enérgicamente estos ingredientes hasta que los huevos espumen y el azúcar se disuelva.

Añadimos 1 medida del vaso de yogur de aceite de oliva suave, 125 g de yogur de limón, la ralladura de la piel de 1 limón y 1 pizca de sal fina. Mezclamos de nuevo con las varillas hasta integrar los ingredientes.

Vamos tamizando sobre el bol 3 vasos de harina de trigo y 15 g de levadura química al mismo tiempo que mezclamos con las varillas. Tiene que quedar una mezcla homogénea y sin grumos, con una consistencia un poco espesa.

Encamisamos un molde de corona, el mío metálico y de 22 cm de diámetro. Para ello, untamos todo el interior del molde con 1 cucharadita de mantequilla y luego espolvoreamos 1 cucharada de harina de trigo y la repartimos a golpecitos mientras giramos el molde, por todo el interior. Retiramos el exceso de harina volteando el molde.

Precalentamos la freidora de aire a 200 °C durante 3 minutos. Echamos la mezcla resultante en el molde de corona de 22 cm de diámetro y lo introducimos en la cubeta de la freidora de aire.

Introducimos la cubeta en la freidora de aire y programamos 170 °C durante 26 minutos. El tiempo es relativo según el molde utilizado y las características de cada freidora de aire. Si vas a utilizar un molde sin chimenea, mi consejo es que bajes 5 °C o 10 °C la temperatura y alargues el tiempo de cocción un poco más para que el centro del bizcocho se haga correctamente.

Una manera sencilla para saber si nuestro bizcocho está hecho es la prueba del palillo. A los 25 minutos de haber metido el molde en el horno, comprobaremos si ya está cocido pinchando con un palillo o un cuchillo el bizcocho. Si sale limpio, significará que el bizcocho está hecho mientras que si sale con restos de masa cruda, necesitará más tiempo de cocción. Cuando el bizcocho esté cocido, entreabrimos la cubeta y dejamos que atempere unos 10 minutos. Luego sacamos el bizcocho de la cubeta y dejamos que enfrie antes de proceder a desmoldarlo. Y ya lo tenemos listo, ¡que lo disfrutes!

ASOCIACIÓN DE mujeres de Villalbilla



Torrijas

Ingredientes

Para 20 unidades

- Pan para torrijas en rebanadas 20
- Leche 1 l
- Azúcar 100 g
- Canela en rama 1
- Aceite de oliva 1 l
- Huevos 2
- Azúcar para rebozar
- Canela molida para rebozar
- Ralladura de limón



Información de la receta

Dificultad: Media

- Tiempo total 35 m
- Elaboración 20 m
- Cocción 15 m



Cómo hacer torrijas de leche

Lo importante es que el pan sea del día anterior (absorbe mejor la leche y esto se traduce en torrijas más jugosas y cremosas en su interior) y que lo cortemos en rebanadas de, aproximadamente, un centímetro y medio o dos.

En un cacito ponemos el litro de leche, el azúcar, la rama de canela y la piel del limón (sin nada de la parte blanca). Calentamos y cuando comience a hervir lo retiramos del fuego, tapamos y esperamos a que se enfrie antes de empapar las rebanadas de pan ya que si no se reblandecen demasiado.

Dejamos el pan en remojo durante una hora o hasta que absorba toda la leche y no se vean restos. Batimos los huevos en un recipiente hondo, pasamos las rebanadas de pan por ambas caras y las freímos en abundante aceite de oliva bien caliente, volteando para que se doren por las dos caras. Las escurrimos bien y las ponemos en papel secante para quitar el exceso de aceite.

Mezclamos 100 g de azúcar con dos cucharaditas de canela molida (opcional) y rebozamos las torrijas en la mezcla. Servimos con fruta fresca, espolvoreamos con nueces picadas o tal cual y sin florituras. Como más nos guste. Eso sí, mejor calientes y recién hechas que es su momento óptimo.

GRUPO DE mayores de Villalbilla



Rosquillas

Ingredientes

- 6 huevos
- Leche 1 l
- 2kg Azúcar
- 2kg harina
- Aceite de girasol, 3l
- 1 naranja
- Anís en grano (o 1 vaso de licor)
- 1 limón
- Levadura en polvo



Información de la receta

Dificultad: Media

- Tiempo total 35 m
- Elaboración 20 m
- Cocción 15 m



Cómo hacer rosquillas

Mezclamos la harina con el azúcar y la levadura química. Colocamos la mezcla sobre una superficie de trabajo limpia y hacemos un hueco en el centro, a modo de volcán. En el hueco ponemos la leche, el anís dulce, ralladura de limón y naranja, y el huevo (previamente batido).

Trabajamos los ingredientes líquidos con las yemas de los dedos, haciendo movimientos circulares y procurando integrar la harina poco a poco y la levadura. Podemos ir integrando harina a los ingredientes líquidos con la otra mano, poco a poco, para que la masa vaya tomando cuerpo lentamente. Cuando todos los ingredientes estén integrados, amasamos durante un par de minutos para homogeneizar bien.

La cantidad de harina es orientativa y puede que, según la temperatura, la humedad del ambiente o la marca con la que trabajéis, la masa requiera de un poco más porque nos quede en exceso pegajosa. Si este es el caso, añadimos un poco de harina y amasamos bien para comprobar su punto antes de añadir más.

El punto de la masa ha de ser pegajoso, pero manejable. Una vez alcanzado, la envolvemos en papel film transparente y dejamos reposar en la nevera durante 30 minutos. Con el reposo, la masa tomará cuerpo y perderá "pegajosidad" así que es importante no pasarse con la harina.

Transcurrido el tiempo de reposo, tomamos porciones de la masa, estiramos en forma de cordón y unimos los extremos, presionando para que no se abran al freír. Calentamos abundante aceite en un cacito o sartén y, a fuego medio, freímos las rosquillas. Volteamos cuando la parte inferior esté dorada. Retiramos y dejamos escurrir sobre papel absorbente. Rehozamos en azúcar y servimos.

GRUPO DE vecinas de Villalbilla

