

III MOSTRA GASTRONÓMICA



CONTIDOS



COMÉNDONOS O COCO



MINIGALERÍA



OS/AS PARTICIPANTES E OS PRATOS



RECEITAS E ALGO MÁIS



COMO COMEN OS DEMAIS?

BREVE INFORMACIÓN SOBRE ALGÚNS ASPECTOS
RELACIOADOS COA ALIMENTACIÓN NOUTROS PAÍSES E
CULTURAS



CD CUNHA **PRESENTACIÓN POWERPOINT** ONDE APARECEN.
FOTOGRAFÍAS, RECEITAS E ANÉCDOTAS DE TODOS OS
PLATOS PRESENTADOS. **TEN SON.**

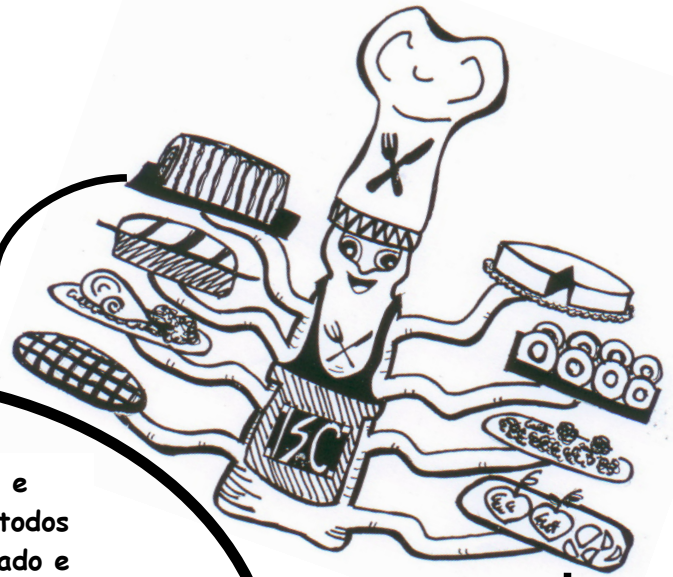


ESTA É A MASCOTA **COCICOOL**. FOI
DESEÑADA E EXECUTADA POLA ALUMNA



A Mostra Gastronómica que celebramos en Nadal non é unha simple degustación de pratos, nin a súa finalidade é a elaboración dun receptorio. Pretendíamos visualizar a importancia dunha alimentación saúdable e fomentar a autogestión do proxecto, ou sexa, que os participantes asumisen as múltiples responsabilidades en todas as etapas da súa execución e deseño.

Desde a máis remota antigüidade o ser humano consumiu doces: mel, figos, dátiles. A tradición reposteira da humanidade é moi antiga, Á xente sempre lle gustou compartir o doce e ofrecelo como manxar aos deuses: a mestura de leite e mel menciónase na Biblia, os gregos usaban o pan amasado con leite, mel e aceite como ofrenda. A Jano (xaneiro, Xaneiro), xa se lle ofrecían pasteis para abrir as portas do ano. **Non é de estrañar a cantidade de sobremesas que tivemos na nosa mostra.** Pronto incluiremos unha sección na web do centro con bibliografía e máis información.



Os pratos que cociñamos e comemos a diario conteñen todos os ingredientes do noso pasado e do noso presente: a nosa identidade, o noso lugar na sociedade e o lugar que a nosa sociedade ocupa no mundo. A historia da comida é fascinante se se aborda desde a perspectiva da cultura, a socioloxía, e a relación co contorno: é unha historia global que abrangue máis de medio millón de anos.

Os mitos populares sobre os alimentos e as súas propiedades, as excentricidades culinarias de personaxes famosos de todos os tempos, a alimentación de exipcios, gregos, romanos, europeos e americanos... Os intercambios enriquecen a cultura culinaria dos pobos fronte aos intentos uniformizadores de coñecidas marcas por impoñeren os seus produtos mediante campañas publicitarias de custo inimaxinable. Disfrutade dos maravillosos momentos pasados ao redor dunha boa mesa e en boa compañía: **O protagonismo da comida na nosa vida, a nosa historia e as nosas relacións sociais é innegable**

Anunciábase o acontecemento:



Organizando espazos:

minigalería



O chan como soporte de información:



O alumnado do ciclo formativo en faena:



Alumnas comprobando o rexistro dos pratos:



A música non podía faltar:



Recíbense multitude de pratos...



...aos que se lles adxudica a súa ficha:



Cómpre inmortalizar o momento e as preparacións culinarias:



Buscando a distribución axeitada:



Aos maiores tamén se lles facía a boca auga:



1.	Carlos Rivas Cardesín.	Orellas
2.	Sáinza Lores Touriño. Laura Loureiro Gómez.	Brownies
3.	Sáinza Lores Touriño. Laura Loureiro Gómez	Barquiñas de chocolate
4.	Sáinza Lores Touriño. Laura Loureiro Gómez.	Pastel de moka
5.	Eva Conchoso Fernández. Carmen Couselo Rodríguez.	Biscoito de chocolate
6.	Miguel Salguero Vallejo.	Tarta de noces.
7.	Miguel Salguero Vallejo.	Trufas
8.	Manuel Sobral. Daniel Vales. 1º eso B	Trufas de chocolate.
9.	Ainara Reguera Mouriño.	Torta de chocolate á mediterranea.
10.	Nuria Tilve Quiñones.	Torta francesa.
11.	Laura del Castillo Barro.	Torta de ananás
12.	Alacné Tizón dos Santos Laura Rivas Cardesín.	Biscoito ao limón
13.	Mª José Ogando Durán.	Torta alemá de mazá
14.	Mª José Ogando Durán.	Bica galega
15.	Elena Vázquez Sarandeses Iago Vázquez Bará Xoana Rey Ruibal.	Galletas de chocolate

16.	Alberto Escobar Rivas.	Biscoito de chocolate
17.	Jorge Rodríguez Estévez.	Queique
18.	Jorge Rodríguez.	Torta de chocolate con galletas
19.	Jorge Rodríguez.	Ovos recheos de atún.
20.	María Pesqueira Rosales.	Biscoito de chocolate
21.	Zaida Pérez Outeda.	Torta de queixo
22.	Berta Redondo González.	Biscoito para o almuerzo
23.	Sergio Alvarez Vales. Pablo Acuña Rodríguez Sergio Búa Fernández.	Patacas recheas
24.	Sonia Sobral Redondo Pablo, Manuel y David Sobral	Flan de queixo con noces
25.	Jacobo Portela Fidalgo	Torta de ananás xeadá
26.	Pablo Piay Rodríguez.	Torta de queixo
27.	Juan Pedro Vidal López.	Coca de limón
28.	Shezzaly Rincón José Adolpho Rincón	Perico
29.	Lucía Aldatz Alonso	Pastel do Nadal

30.	Uxía Couto Escobar Cristina Fiuza Rodríguez.	Pan de Pascua de chocolate
31.	Leire Porral Combarros	Biscoito
32.	Manuel Couto Pintos. Xabier Vilar Gómez	Filloas de sangue
33.	David Revilla Nebreda	Pizza caseira de millo
34.	Blanca Rodríguez Mosquera	Torta de chocolate
35.	Lara Rey Molino Silvia Chan Vázquez	Torta de queixo
36.	Lara Rey Molino Silvia Chan Vázquez	Biscoito de chocolate e crema pasteira
37.	Carmen Rivera Alanis	“Alfajores” de doce de leite
38.	Pablo Sánchez Estévez.	Filloas
39.	Pablo Sánchez Estévez.	Biscoito
40.	Victor Alejandro González Otero. Francisco Durán Pose.	Pasteliños cremosos de chocolate
41.	Maxwell Miguel Sánchez Encarnación.	Plátano flambados con canela
42.	Irea Vidal González.	Biscoito de chocolate.
43.	Mar Serrano González.	Torta de queixo e amorodos

44.	Álvaro González García.	Torta de queixo
45.	Alexandra Rodriguez Rey.	Tarta de queixo.
46.	Pedro Estevez Fernández.	Arroz con leite
47.	Ainara Martínez Dacosta.	Rosquillas
48.	Javier Álvarez Oltra. Alvaro Caride.	Rosquillas
49.	Irene Abal Bonilla.	Tiramisú
50.	Elena Rey Rodriguez Laura Pena Villanueva	Mouse de limón
51.	José Antonio García Álvarez.	Brownies
52.	Miriam Vieitez Porto Noa Floriano Doval	Ovos recheos de atún
53.	Cristina Táboas de Súa	Pudin de mazá e pasas
54.	Margarita Castro Rey Sara Hermida Andrea Boullosa	Biscoitiños de améndoas
55.	Carmen Margariña Valderrama Currás.	Árbore de chocolate
56.	Carmen Margariña Valderrama Currás	Carboneiras. (receita de postguerra)
57.	Rosa Rodríguez Moldes.	Ovos mimosa
58.	Yang, Xi Ling Yang, Shu Quing	Pan de coelliños

ORELLAS



Nome do prato en galego: <i>Orellas</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Orellas</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>É unha receita da avoa</i>									

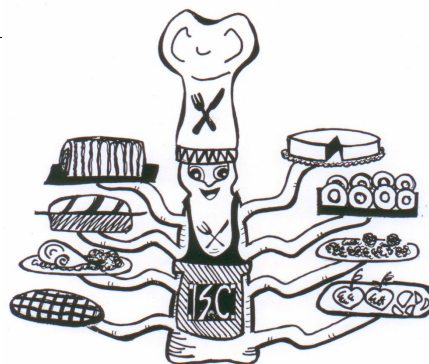
Autor/a: Colaboradores/as:	Carlos Rivas Cardesín	Idade: 12
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

INGREDIENTES
800 g de fariña
2 ovos
1 vasiño de anís
100 g de manteiga de vaca
1 vaso de auga temperada
Sal
Aceite para fritir
Azucres

ELABORACIÓN

Mestúrase a manteiga coa auga temperada, e bótanselle os ovos, o sal e o anís e váiselle engadindo a fariña ata que forme unha masa que se traballa moito para que quede con liga. Estírase, córtase en rectángulos e frítese en abundante aceite. Sérvese botándolle por enriba unha boa cantidade de azucre.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A miña avoa soe facelas na época do Entroido.

BROWNIES

Nome do prato en galego: <i>Brownies</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Brownies</i>	<table border="1"><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Estados Unidos</i>	<ul style="list-style-type: none">◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Descoñecido</i>	<ul style="list-style-type: none">◆ Celebracións								

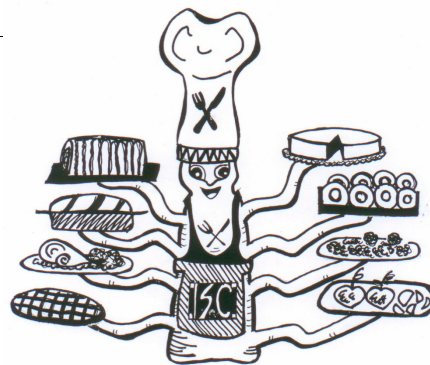
Autor/a: Colaboradores/as:	Sáinza Lores Touriño Laura Loureiro Gómez	Idade: 12/11
País ou zona de procedencia: España	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

120 g de manteiga
175 g de chocolate amargo
175 g de azucre
2 ovos
1 pouquiño de sal
1/2 paquete de azucre vainillada
120 g de fariña
150 g de noces picadas gordas

ELABORACIÓN

Derrete a modo a manteiga nunha cazola. Corta en anacos pequenos o chocolate e engádeo á manteiga. Retira a cazola do lume. Engade o azucre e móveo cunha culler de pau. Engade os ovos e o sal. Mestúrao rapidamente. Engade toda a fariña e as noces dunha soa vez, sen deixar de remover. Úntao con manteiga un molde. Éncheo e alísao cunha espátula. Méteo no forno quente (200°C) durante 25 minutos. Antes de servirse córtase cun coitelo en forma de cadrado.



Vivencias persoais, lendas, costumes...



...asociados a esta receita:

Un día, un rapaz estadounidense tiña fame. Vivía só e tiña, tan só 13 anos. Xa sabía cocinar e como lle apetecía algo de chocolate dispúxose a mesturar ingredientes. Estivo horas mesturando e probando ata que, por fin, fixo os chamados *brownies* de agora. O rapaz invitou a probar o sobremesa que el fixera. Dende aquela os brownies son unha sobremesa tradicional de Estados Unidos e incluso se preparan no resto do mundo.

BARQUIÑAS DE CHOCOLATE



Nome do prato en galego: <i>Barquiñas de chocolate</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Barquitas de chocolate</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>España</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Descoñecido</i>									

Autor/a: Colaboradores/as:	Sáinza Lores Touriño Laura Loureiro Gómez	Idade: 12/11
País ou zona de procedencia: España	Cidade ou pobo: Pontevedra	

H
Z
O
R
M
A
O
Z
H
D
H
U
Z
H
U
S
S

300 g de masa quebrada doce
200 g de chocolate

Recheo

12,5 cl de leite
5 cl de nata
60 g de manteiga
1 culler de ron
Améndoas torradas en láminas

ELABORACIÓN



Fórranse os moldes de barquiñas coa masa e fornéanse "a lume vivo".

Férvense o leite e a nata por separado; despois mestúranse, engádesse o chocolate en anacos e a manteiga batida, traballando a mestura ata que teña unha consistencia lisa. Aromatízase con ron.

Cunha manga pasteleira éñchense as barquiñas. Adórnanse coas améndoas.

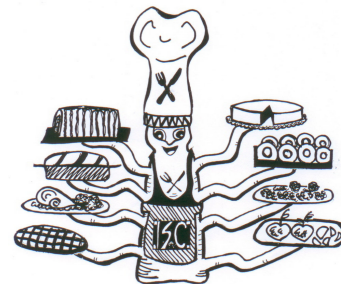
Vivencias persoais, lendas, costumes...



...asociados a esta receita:

Un día, un home ía visitar ó tío que estaba enfermo no hospital. Non sabía que levarlle e pensou o que lle gustaba: o chocolate, o ron, as améndoas... Así que decidiu facer unha sobremesa: as barquiñas de chocolate que ademais o seu tío nunca probou. Colleu os ingredientes e dispúxose a facelo. Ademais non facía falta a axuda da súa nai que ademais estaba falecida, xa que era unha sobremesa moi sinxela, a pesar de que tiña dez anos. Cando rematou levoullas ao seu tío e el púxose moi contento.

PASTEL DE MOKA



Nome do prato en galego: <i>Pastel de moka</i>	Tipo:				
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Pastel de moka</i>	<table border="1"> <tr><td>entrante</td></tr> <tr><td>sopa</td></tr> <tr><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆ sobremesa</td></tr> </table>	entrante	sopa	prato principal	◆ sobremesa
entrante					
sopa					
prato principal					
◆ sobremesa					
Lugar de procedencia da receita: <i>España</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional Nova cociña ◆ Cotiá Celebracións 				
Fonte da receita: <i>Descoñecido</i>					

Autor/a:	Sáinza Lores Touriño	Idade:	12/11
Colaboradores/as:	Laura Loureiro Gómez		
País ou zona de procedencia:	España	Cidade ou pobo:	Pontevedra

**W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A**

1 biscoito xenovés
Crema de manteiga e café
150 g de azucre
5 cl de ron
80 g de améndoas torradas e picadas.
Grans de café cubertos de chocolate
20 g de manteiga
175 g de chocolate amargo

ELABORACIÓN



Engádese o azucre a 2 dl de auga. Lévese a ebulición. Retírase do lume este caldo de azucre e engádese o ron. Divídese o biscoito en 3 partes e embebédase cada unha co caldo de azucre ao ron. Colócanse as capas de biscoito intercaladas coa crema.

O pastel cóbrese completamente con crema. Revístese a parte inferior coas améndoas picadas. Decórase con crema e grans de café. Preparación 55 minutos, cocción 26 minutos. Para 8 persoas. Moi sinxelo e barato.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A unha rapaza chamada Alicia apeteciálle facer unha sobremesa. Comezou a facer a sobremesa e saíulle moi ben, mais cando chegou a hora de decorala, caéronlle os grans de café sobre o chocolate líquido e cando llela serviu aos seus pais e familiares dixo que eran grans de café con chocolate. Buscáronlle un nome para esta sobremesa e decidiron todos xuntos chamarlle Pastel de moka, á sobremesa que a rapaza inventara.

BISCOITO DE CHOCOLATE

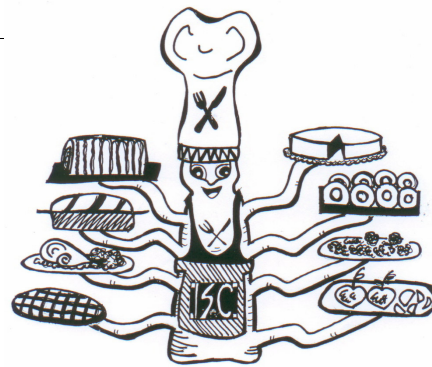
Nome do prato en galego: <i>Biscoito de chocolate</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Biscoctu</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>España</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Nais das dúas</i>									

Autor/a: Eva Conchouso Fernández, Carmen Couselo Rodríguez,	Idade: 13
Colaboradores/as: Nai de Eva; Mery Fernández	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Galicia

H
Z
G
R
D
F
D
H
F
Z
F
Z
K
L
S

6 Ovos
2 Vasos de aceite de xirasol
2 Vasos de iogures naturais
6 Vasos de fariña
2 culleradas de royal
Unha pouca rela de limón

ELABORACIÓN



Móntanse as claras de ovo, cando xa están case montadas mestúraselles o azucre, logo bótaselle o resto dos ingredientes, menos a fariña e o royal e o cacao. Engádense os ingredientes as claras e vaise botando pouco a pouco a fariña mesturada co royal e co cacao. Barutando a mestura da fariña e o royal cun coador, e vaise remexendo cunha culler de madeira pouco a pouco. Logo ponse nun recipiente de biscoito e ao forno 45 minutos a 180°.

Vivencias persoais, lendas, costumes...



...asociados a esta receita:

Pois dise que o biscoito é unha das sobremesas máis antigas que hai, penso que é así porque é moi fácil de elaborar.

Un consello para que non se pegue, é que se unte o recipiente onde se vai botar cun pouco de manteiga ou de margarina, así cando o queiramos desmoldar non se pegará.

TARTA DE NOCES

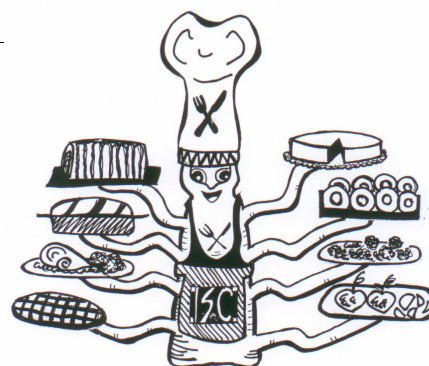
Nome do prato en galego: <i>Tarta de noces</i>	Tipo:				
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de noces</i>	<table border="1"> <tr><td>entrante</td></tr> <tr><td>sopa</td></tr> <tr><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆ sobremesa</td></tr> </table>	entrante	sopa	prato principal	◆ sobremesa
entrante					
sopa					
prato principal					
◆ sobremesa					
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	◆ Tradicional Nova cociña				
Fonte da receita: <i>Descoñecida</i>	◆ Cotiá Celebracións				

Autor/a: Colaboradores/as:	Miguel Salguero Vallejo,	Idade: 12
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

1 ½ quilo de noces.
¼ quilo de azucre.
¼ quilo de fariña.
¼ quilo de manteiga.
4 ovos.
1 cullerada de lévedo en po.
1 cullerada de rela de limón.
Figos en caldo de azucre.

ELABORACIÓN



Cáscanse as noces, pártense á metade e resérvanse. Bátese a manteiga co azucre, vánselle incorporando os ovos enteiros, de un en un, a rela de limón e por último a fariña mesturada co lévedo.

Vértese a masa nun molde untado de manteiga, colócase unha capa de noces, cóbrese de azucre, logo enriba outra capa de noces, e así sucesivamente. Métese a forno moderado uns vinte minutos ata que o biscoito estea ben cocido. Xa frío desmóldase e adórnase con figos en caldo de azucre.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A torta de noces é a especialidade da miña avoa. Faina coas noces da colleita e é a miña sobremesa preferida.

TRUFAS DE CHOCOLATE

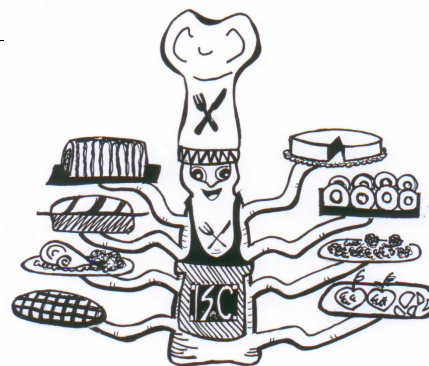
Nome do prato en galego: <i>Trufas de chocolate</i>	Tipo:				
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Trufas de chocolate</i>	<table border="1"> <tr><td>entrante</td></tr> <tr><td>sopa</td></tr> <tr><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆ sobremesa</td></tr> </table>	entrante	sopa	prato principal	◆ sobremesa
entrante					
sopa					
prato principal					
◆ sobremesa					
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 				
Fonte da receita: <i>Descoñecida</i>					

Autor/a: Colaboradores/as:	Miguel Salguero Vallejo.	Idade: 12
País ou zona de procedencia: <i>Galicia</i>	Cidade ou pobo: <i>Pontevedra</i>	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

100 g De nata líquida.
150 g De chocolate sobremesa Nestlé.
150 g De chocolate con leite Nestlé.
50 g De brandy ou whisky.

ELABORACIÓN



Cortar os chocolates en anacos ben pequenos. Quitar a nata e engadirlle o chocolate en anacos. Remover ata facer unha crema. A continuación engadir o licor e bater uns segundos.

Poñer a pasta preparada nunca nunca. Meter no conxelador e cando estea solidificada, facer boliñas. Pasalas por fideos de chocolate e servilas en capsuliñas de papel.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



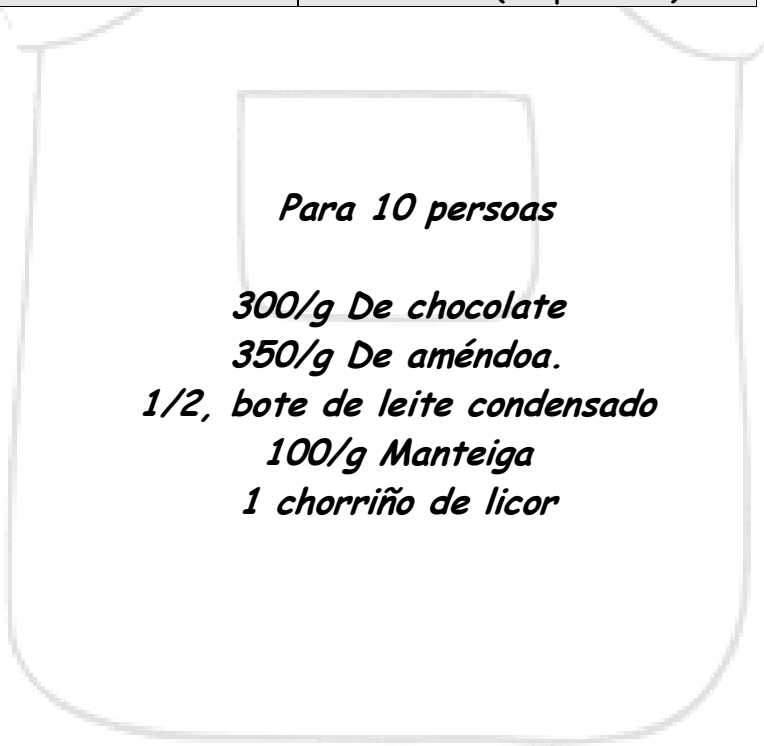
Coñecín este doce un día que fomos comer á casa duns amigos. A sobremesa era boliñas amarelas, boliñas brancas e boliñas negras. As que máis me gustaron foron as negras, as trufas, desde entón cómoas sempre que podo.

TRUFAS

Nome do prato en galego: <p style="text-align: center;"><i>Trufas de chocolate</i></p>	Tipo: <table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Nome do prato na lingua orixinaria: <p style="text-align: center;"><i>Trufas de chocolate</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións 								
Lugar de procedencia da receita: <p style="text-align: center;"><i>Galicia</i></p>									
Fonte da receita: <p style="text-align: center;"><i>Descoñecida</i></p>									

Autor/a:	Manuel Sobral	Idade:	13/14
Colaboradores/as:	Daniel Vales Lorenzo		
País ou zona de procedencia:	Galicia	Cidade ou pobo:	Pontevedra. (Salcedo. Carballo) (Campelo. Poio)

W P Y Z T U H O R B Q Z H



Para 10 persoas

300/g De chocolate

350/g De améndoas.

1/2, bote de leite condensado

100/g Manteiga

1 chorriño de licor

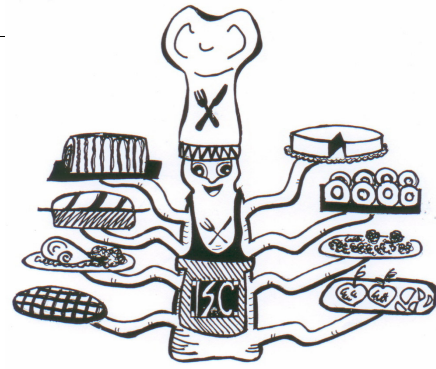
ELABORACIÓN

Fundir a manteiga e o chocolate ao baño María.

Engadir o leite condensado, as améndoas machucadas e o licor e deixalo arrefriar.

Facer unhas boliñas de chocolate coa mestura xa fría coa axuda dunhas culleres.

Deixalas 5 minutos no frigorífico.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Manuel e Daniel sempre as fan no Nadal porque é unha tradición das familias Vales e Sobral.

Os chefs Manuel e Daniel recomendan botarlle un pouquiño de licor de cereixa.

TORTA DE CHOCOLATE Á MEDITERRÁNEA

Nome do prato en galego: <i>Torta de chocolate á mediterránea</i>	Tipo:				
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de chocolate a la mediterránea</i>	<table border="1"> <tr><td>entrante</td></tr> <tr><td>sopa</td></tr> <tr><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆ sobremesa</td></tr> </table>	entrante	sopa	prato principal	◆ sobremesa
entrante					
sopa					
prato principal					
◆ sobremesa					
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 				
Fonte da receita: <i>Enciclopedia Tu cocina</i>					

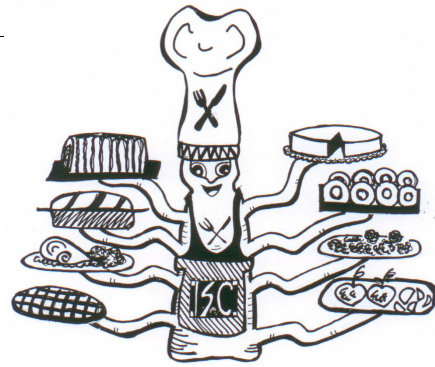
Autor/a: Colaboradores/as:	Ainara Reguera Mouriño	Idade. 15
País ou zona de procedencia: <i>Galicia</i>	Cidade ou pobo: <i>Pontevedra</i>	

**W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A**

Ingredientes para 4 persoas:

- Chocolate 50 g***
- Ovos 2***
- Manteiga 50 g***
- Azucre 50 g***
- Améndoas peladas e picadas 50 g***
- Culleradas de pan relado 1***
- Manteiga para a fariña e o molde***
- Para a crema:**
- Chocolate 50 g***
- Azucre 50 g***
- Manteiga 20 g***
- Para adornar: Nata montada 50 g**

ELABORACIÓN



Derreta a lume moi lento, nunha cazola ao baño María, o chocolate xunto cunha cullerada de auga. Traballe a manteiga coas xemas de ovo, engada o chocolate derretido, as améndoas picadas e as dúas culleradas de pan relado. Bata, a punto de neve moi forte, as claras de ovo e agrégueas ao resto. Verta a mestura nun molde untado con manteiga e lixeiramente enfariñado e introdúzao no forno a 180° durante 40 minutos.

Prepare a crema: derreta a lume moi lento ao baño María o chocolate xunto cunha cullerada de auga, mesture ben e engada a manteiga e o azucre, de maneira que se obteña unha crema espesa. Se fose necesario, agregue un pouco máis de auga quente e verta a crema nunha salseira.

Desmolde o doce, adórneo coa nata montada e sírvaoo acompañado da crema de chocolate.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta receita non ten ningunha lenda, nin costume nin nada.

TORTA FRANCESA

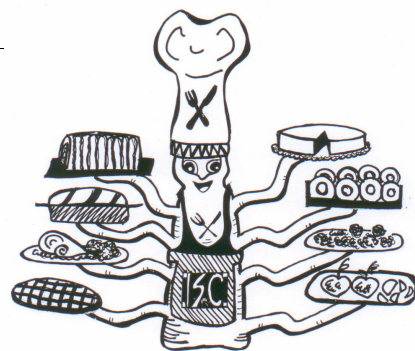
Nome do prato en galego: <i>Torta francesa</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Gateau francais</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Francia</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Miña nai</i>									

Autor/a: Colaboradores/as:	Nuria Tilve	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galiza	Cidade ou pobo: Galiza	

W
T
Y
Z
M
U
D
H
O
M
B
R
O
S

2 iogures de limón
2 cuncas de azucre
1 cullerón de aceite
2 cuncas de fariña
2 cuncas de leite
1 sobre de lévedo
Un pouco de manteiga
3 ovos
Nata líquida

ELABORACIÓN



1. Bótanse nun cacharro os ovos, a fariña e o azucre, revólvese todo aos poucos cunha culler e sempre no mesmo sentido.
2. Despois encima da mestura, o leite, o aceite e os iogures, vólvese a revolver todo sempre ao mesmo sentido.
3. Por ultimo bótase o lévedo e un pouco de manteiga e bátese todo cun batedor, sempre no mesmo sentido.
4. Úntase un molde do forno con manteiga ben untada sen ningún sitio con demasiada manteiga que noutro.
5. Bótase a pasta no molde por todos os sitios iguais.
6. Ponse o molde no forno durante trinta minutos ou máis, segundo como se toste o forno ten que estar a 200 graos centígrados.
7. Despois montas a nata e bótaslla por encima nunha capa espesa de nata montada.

Vivencias persoais, lendas, costumes...



...asociados a esta receita:

A receita desta sobremesa deuma a miña profesora de francés de quinto. Eu desde aquela aprendina e cando nos reunimos toda a familia eu fago o sobremesa porque ás miñas curmáns encántalles .

TORTA DE ANANÁS

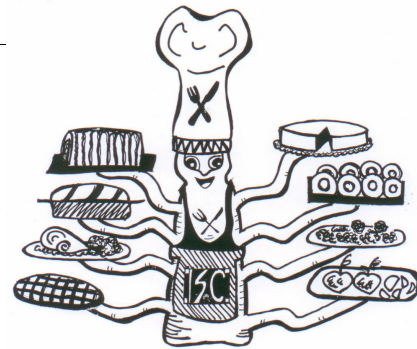
Nome do prato en galego: <i>Torta de ananás</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de piña</i>	<table border="1"><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Francia</i>	Tradicional ♦ Nova cociña Cotiá ♦ Celebracións								
Fonte da receita: <i>Decoñecida</i>									

Autor/a: Colaboradores/as:	Laura del Castillo	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Pontevedra	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
T
Y
Z
M
H
D
H
D
M
A
G
Z
H

***1 bote de ananás.
2 paquetes de xelatina de ananás.
7 culleradas de azucre.
1 litro de nata líquida.
Galletas torradas***

ELABORACIÓN



Primeiro colócase no fondo dunha fonte ou molde de forno os toros de ananás. Logoponse ao lume o caldo de azucre de ananás (deixando un pouco) engádeselle a xelatina e a lume lento. A continuación o azucre e cando estea a punto e ferver póñase ao lume.

Déixase arrefriar un pouco e engádeselle a nata pasando despois polo batedor para mesturar ben.

Vértese sobre o ananás e coloca enriba das galletas humedecidas no zume de ananás que reservamos antes eponse no frigorífico. Bótanse nun cacharro os ovos, a fariña e o azucre, revólvese todo aos poucos cunha culler e sempre no mesmo sentido.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



BISCOITO Ó LIMÓN

Nome do prato en galego: <i>Trufas de chocolate</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Trufas de chocolate</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Descoñecida</i>									

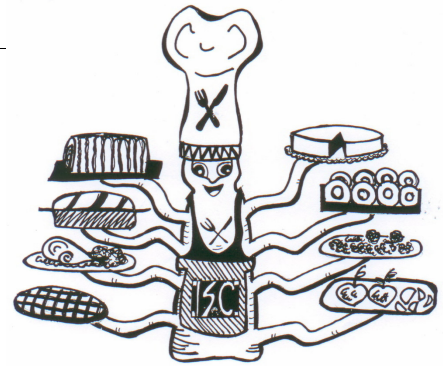
Autor/a: Laura Rivas Cardesín Alazné Tizón Dos Santos.	Idade: 16
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra.

W
M
Y
Z
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
X

1 iogur
1 vaso iogur de aceite
2 vasos de iogur de azucre
3 vasos de iogur de fariña
3 ou 4 ovos
1 sobre de lévedo
1 limón.

ELABORACIÓN

Bótase nun cazo o iogur, o aceite do tamaño do vaso do iogur, 2 vasos (do tamaño do iogur) de azucre, os 3 vasos coa mesma medida de fariña, os 3 ou 4 ovos, o sobre de lévedo e rélase o limón e exprémese. Posteriormente mestúrase todo e métese no forno ata que infle a masa.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



TORTA ALEMÁ DE MAZÁ

Nome do prato en galego: <i>Torta alemá de mazá</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta alemana de manzana</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Alemania</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña 								
Fonte da receita: <i>Libro de receitas</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								

Autor/a: Colaboradores/as:	María José Ogando Durán Dalia Durán Cota (nai)	Idade: 12
País ou zona de procedencia:	Cidade ou pobo:	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

6 mazás reineta ou goldén
2 xemas de ovo
1 ovo
150 g de azucre
130 g de manteiga
Un chorriño de Brandy
170 g de fariña
1 sobre de lévedo Royal
Unha migalla de sal

ELABORACIÓN



Pele as mazás e pártalas en cuartos. Filetee os cuartos moi finos sen chegar ao fin, páseas por zume de limón e resérveas tapadas . Poña no vaso as xemas, o ovo e o azucre e programe 2 minutos a 40 graos centígrados, velocidade 3. Engada a manteiga e o Brandy e mesture 5 segundos, velocidade 3.

De seguido, engada a fariña, o lévedo e o sal e programe 6 segundos, velocidade 3.

Unte e enfariñe un molde desmontable de uns 30 cm. de diámetro e verta nel a mestura. Coloque enriba os cuartos de mazá fileteados e introdúzao no forno, prequentado a 180 graos centígrados, durante 30 minutos. Espete cunha brocheta no centro. Se sae limpa é que está cocida.

Retire a torta do forno, déixea arrefriar, sáquea do molde e cubra a superficie con azucre glass. Pódese comer quente ou fría, ao gusto.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



BICA GALEGA

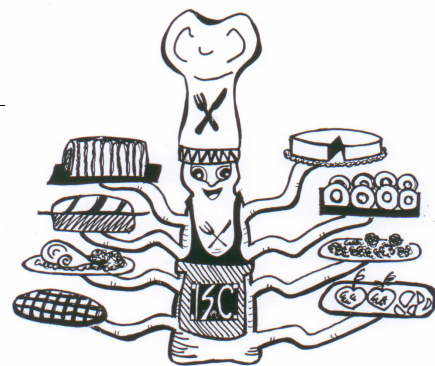
Nome do prato en galego: <i>Bica galega</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Bica galega</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	◆ Tradicional Nova cociña								
Fonte da receita: <i>Libro de receitas</i>	◆ Cotiá Celebracións								

Autor/a: Colaboradores/as:	María José Ogando Durán Dalia Durán Cota (nai)	Idade: 12
País ou zona de procedencia:	Cidade ou pobo:	

A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
W
X
Y
Z

300 gramos de fariña
1 sobre de Royal (lévedo en po)
150 gramos de aceite
200 gramos de azucre
Rela de limón
2 ovos
125 gramos de manteiga
½ copa de viño Sansón ou Málaga Virxe

ELABORACIÓN



Póñense os 125 g de manteiga no thermomix 1 minuto a 40 graos centígrados ,

Velocidade 3 ,de seguido engádeselle 200 g de azucre e séguese batendo á mesma velocidade pero sen calor ata que estea cremoso.

Engádense os ovos un a un co thermomix na velocidade 3 e bátense durante 2 minutos

mesma velocidade sen calor .

Agrégase o leite e o Sansón ou Málaga Virxe e bátense uns segundos a velocidade 3 .

Finalmente engádese a fariña mesturada co Royal e a rela de limón e prográmase 6 segundos a velocidade 3 rematando de remover a mestura coa espátula.

Por último vértese a mestura nun recipiente untado con manteiga, cóbrese a superficie con abundante azucre e métese no forno (pre-quentado) aproximadamente durante 30 minutos a 180 graos centígrados.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



GALLETAS DE CHOCOLATE

<p>Nome do prato en galego: <i>Galletas de chocolate</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Galletas de chocolate</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i></p> <p>Fonte da receita: <i>Libro de receitas</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>◆ Tradicional Nova cociña</p> <p>◆ Cotiá Celebracións</p>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								

Autor/a:	Iago Vázquez Bará, Elena Vázquez Sarandeses, Xoana Rey Ruibal	Idade: 12
País ou zona de procedencia:	<i>Galicia</i>	Cidade ou pobo: Pontevedra

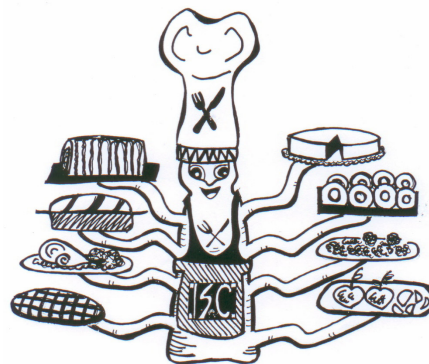
W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

150 g de chocolate
250 g de fariña
185 g de manteiga
100 g de azucre
2 ovos
Canela en po, noz moscada

ELABORACIÓN

Bater a manteiga amolecida co azucre; engadir os ovos, a fariña, unha culleradiña de canela e outra de noz moscada e mesturalo ata obter unha crema fina. Poñela nunha manga pasteleira (pódese usar un papel en forma de cono) e formar as pastas sobre unha bandexa de forno.

Deixalas no refrixerador durante unhas horas para que se arrefrién. Cocelas a forno medio ata que estean douradas. Para a cobertura fundir o chocolate en anacos con dúas ou tres culleradas de auga ao baño María. Bañar as pastas co chocolate ao gusto e deixar que arrefrién ata que o chocolate endureza.



Vivencias persoais, lendas, costumes...



...asociados a esta receita:

Pódense tomar co té, con chocolate ou con calquera bebida que lles pareza apropiada.

BISCOITO DE CHOCOLATE

Nome do prato en galego: <i>Biscoito de chocolate</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Bizcocho de chocolate</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>descoñecido</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Celia Barrio Cocina</i>	◆ Celebracións								

Autor/a: Colaboradores/as:	Alberto Escobar Ribas. Celia Barrio Cocina	Idade: 12 anos
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

***4 ovos
un iogur de chocolate
fariña,
azucre
aceite de xirasol
un sobre de lévedo Royal
relas de chocolate e manteiga para
untar no molde.***

ELABORACIÓN



Botar nunca pota os catro ovos e bater ben. Logo engadir o iogur de chocolate e non tirar o envase, pois serviranos para medir as cantidades de fariña, azucre e aceite de xirasol. Despois de mesturalo ben, engadir tres vasiños de iogur cheos de fariña, dous de azucre, un de aceite de xirasol e bater ben. Engadir o lévedo e as relas de chocolate e mesturar. Untar o molde do biscoito coa manteiga e botar a mestura da pota nel. Metelo no forno sobre unha hora a 160° coa calor enriba e abaixo. Logo deixar arrefriar sobre media hora ao aire ou meter na neveira.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A receita orixinal tiña aceite de oliva en vez de xirasol, pero un día rematóusenos o de oliva e botamos de xirasol. Ao tomalo, descubrimos que o biscoito estaba moito máis suave e saboroso.

QUEIQUE

Nome do prato en galego: Queique	Tipo: <table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table> ◆ Tradicional Nova cociña ◆ Cotiá Celebracións		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
		entrante							
		sopa							
		prato principal							
◆	sobremesa								
Nome do prato na lingua orixinaria: Cake									
Lugar de procedencia da receita: Descoñecido									
Fonte da receita: Miña avoa									

Autor/a: Colaboradores/as	Jorge Rodríguez Estévez	Idade: 12
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

H
Z
O
R
M
D
H
M
Z
K
L
S

*250 g De margarina tulipán
100 g De fariña
250 g De azucre
6 ovos
2 sobres de lévedo en po
rela dun limón
50 g De azucre glass*

ELABORACIÓN



Bater os ovos enteiros co azucre e a rela e a casca do limón.

Engadir a fariña mesturada co lévedo e a margarina tulipán.

Unha vez feita a mestura, engráxase con margarina e fariña unha bandexa de forno e introdúcese nela a mestura.

Colocar a bandexa no forno prequentado a 200° e deixar facer durante 15 minutos.

Cubrir co azucre glass por enriba e servir.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



TORTA DE CHOCOLATE CON GALLETAS

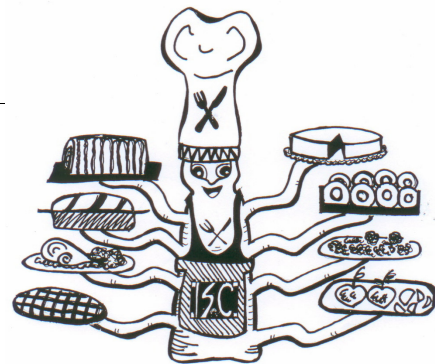
<p>Nome do prato en galego: <i>Torta de chocolate con galletas</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Torta de chocolate con galletas</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i></p> <p>Fonte da receita: <i>Avoa</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións</p>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								

Autor/a:	Jorge Rodríguez Estévez.	Idade: 12
Colaboradores/as:	Avoa	
País ou zona de procedencia:	Galicia	Cidade ou pobo:
		Pontevedra

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

200 g De chocolate de fundir.
400 g Margarina tulipán.
200 g De azucre.
4 ovos.
1 paquete de galletas torrada cadrada.
Viño doce, moscatel.

ELABORACIÓN



Fundir o tulipán e engadirlle o chocolate e o azucre.

Batelo un pouco e cando estea batido engadir os ovos de un en un e seguir batendo

Deixar a repousar na neveira unhas 2h

Ir mollando as galletas no moscatel e colocándoas nunha bandexa. Cando estea a bandexa chea de galletas botar o chocolate por enriba. Volver a poñer galletas e chocolate.

Pódeselle engadir nata para adornar.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



OVOS RECHEOS DE ATÚN

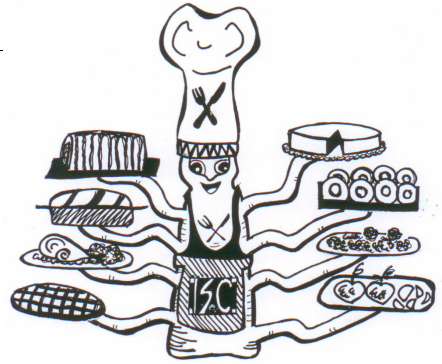
<p>Nome do prato en galego: <i>Ovos recheos de atún</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Ovos recheos de atún</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i></p> <p>Fonte da receita: <i>Avoa</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td>◆</td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td></td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións</p>	◆	entrante		sopa		prato principal		sobremesa
◆	entrante								
	sopa								
	prato principal								
	sobremesa								

Autor/a:	Jorge Rodríguez Estévez.	Idade: 12
Colaboradores/as:	Avoa	
País ou zona de procedencia:	Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

Ovos
1 lata de atún
1 pemento marrón

ELABORACIÓN



Cocer os ovos.

Partilos á metade e quitarlles a xema cocida para xuntar co atún.

Meter a mestura nos ocos onde estaba a xema.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



BISCOITO DE CHOCOLATE

<p>Nome do prato en galego: <i>Biscoito de chocolate</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Biscoito de chocolate</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i></p> <p>Fonte da receita: <i>Josefa Rosales Cannas (nai)</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións</p>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								

Autor/a:	María Pesqueira Rosalesz.	Idade: 13
Colaboradores/as:	Nai	
País ou zona de procedencia:	Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

**W
V
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A**

1 Iogur natural
3 Vasos de iogur de fariña
2½ Vasos de iogur de azucre
4 Ovos
1 Vaso de iogur de aceite de xirasol
1 Sobre de fermento
200 gramos de cacao en po
Margarina

ELABORACIÓN



Nun recipiente mestúrase a fariña, o azucre, o fermento, os catro ovos e o aceite, removendo ata que quede unha masa cremosa.

Agregamos á masa o cacao en po, revolvendo ben.

Untamos un molde con margarina e botamos a masa ata que quede uniforme.

Métese ao forno a 180°, 2° ou 25 minutos. Despois deixase arrefriar e desmóldase.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A palabra *biscoito* vén do Latín e significa "dúas veces cocido."

A miña nai faino en ocasións especiais e ao meu irmán e mais a min encántanos.

TORTA DE QUEIXO

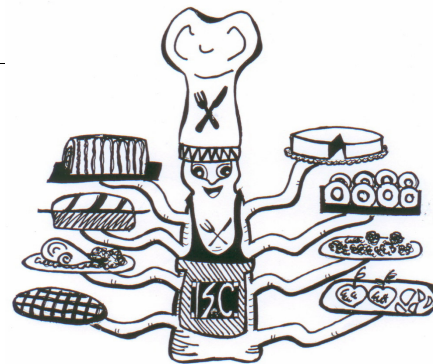
Nome do prato en galego: <i>Torta da queixo</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de queso</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Marisol Outeda Eirín</i>	◆ Celebracións								

Autor/a: Zaida Pérez Outeda	Idade: 16
Colaboradores/as: Marisol Outeda Eirín	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

H
Z
O
R
A
D
O
Z
H
D
H
M
U
Z
K
M
S

Medio litro de nata líquida
Unha terrina de queixo Philadelphia
Un sobre de callado
Un vaso de leite frío
Tres culleradas sopeiras de azucre
Caramelo líquido

ELABORACIÓN



Mestúranse ben todos os ingredientes co batedor e ponse a o lume ata que ferva (remexer continuamente para que non se pegue),

Despois bótase nun molde previamente caramelizado e póñense galletas por enriba e métese na neveira catro horas.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta sobremesa faina a miña nai cando hai algún acontecemento especial.

BISCOITO PARA O ALMORZO

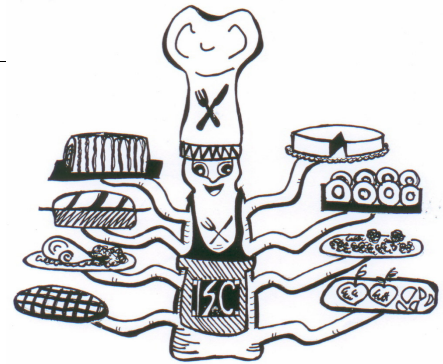
Nome do prato en galego: <i>Biscoito para o almorzo</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Bizcocho para el desayuno</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Multifuncion Fagor</i>	◆ Celebracións								

Autor/a: Berta Redondo González.	Idade: 12
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

**I
N
G
R
E
D
I
E
N
T
E
S**

***4 ovos.
150 g de manteiga.
200 g de azucre.
200 g de fariña.
1 culleriña de lévedo en po.***

ELABORACIÓN



Bátense ben os ovos e engádeselles o azucre.

De seguido incorpóranse a fariña xunto co lévedo e a manteiga, mesturando todo ben.

Úntase un molde coa manteiga, échese coa mestura e introdúcese no forno a 180° durante 30 minutos.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A primeira vez que fixen a receita ninguén da miña familia cría que a fixera eu; do ben que a fixera. Este biscoito serve tanto como acompañante de almorzo ou de sobremesa.

Agora son toda unha experta realizándoa, e todos din que cada vez me sae mellor.

PATACAS RECHEAS

Nome do prato en galego: <i>Patacas recheas</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Patacas recheas</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td>♦</td><td>prato principal</td></tr><tr><td></td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa	♦	prato principal		sobremesa
	entrante								
	sopa								
♦	prato principal								
	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Invención propia</i>	Tradicional								
Fonte da receita: <i>Celso Carlos Álvarez Montes (Pai)</i>	♦ Nova cociña Cotiá ♦ Celebracións								

Autor/a: Colaboradores/as:	Sergio Alvarez Vales Pablo Acuña Rodríguez. Sergio Búa Fernández	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

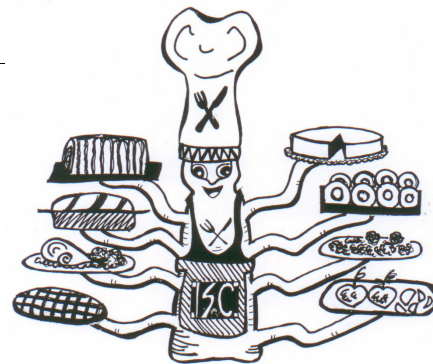
H
Z
O
R
U
D
H
M
D
S
H
Z
M
F
U
S
W
Y
Z
F
H
D
M
S
H
Z
O
R
U
D
H
M
D
S

6 persoas

***6 patacas
Queixo relado***

***Recheo
50 g de touciño en tiras
25 g de manteiga
20 ml de nata líquida***

ELABORACIÓN



Pínchase as patacas, métense nunha fonte, envólvese a fonte en papel de plástico e métese no microondas 10-14 minutos (depende do tamaño) ó 100%.

Frítese o touciño.

Baléiranse as patacas e mestúrase isto co recheo nun bol, amásase ben.

Énchense as patacas.

Bótaselles o queixo e métese no microondas 45-60 segundos ó 100%.

Se se pode gratínase.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Un día colleu meu pai unha receita da tele, cambiámola un pouco e inventamos isto.

FLAN DE QUEIXO CON NOCES

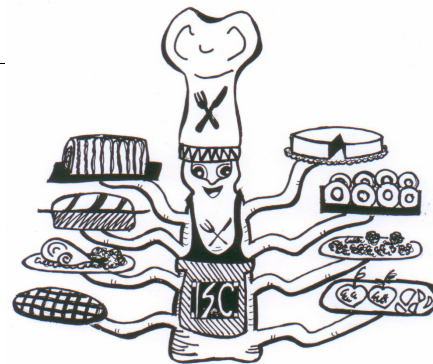
Nome do prato en galego: <i>Flan de queixo con noces</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>flan de queso con nueces</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Francia</i>	Tradicional								
Fonte da receita: <i>Meu pai</i>	◆ Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións								

Autor/a: Colaboradores/as:	Sonia Sobral Redondo Pablo, Manuel e David Sobral	Idade: 16
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
W
X
Y
Z

***1 tarro de queixo de untar
4 ovos
1 bote leite condensado
noces
caramelo líquido***

ELABORACIÓN



Untar un molde co caramelo.
Cubrir o fondo do molde con nozes.
Mesturar os ovos, o leite condensado,
o queixo, e a medida do bote de leite
de auga. Bater todo ben e incorporalo
ao molde do flan.
Meter no forno ao baño María 30
minutos a 180°.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A esta receita téñolle especial cariño por que lla fixeron meus pais no bautizo do meu sobriño Javier.

TORTA DE ANANÁS XEADA

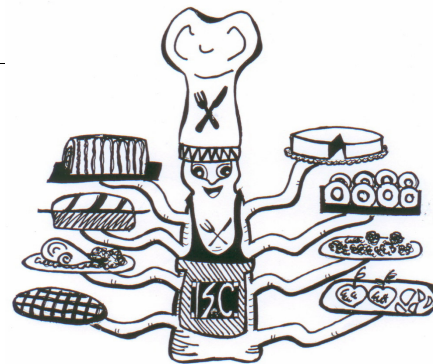
<p>Nome do prato en galego: <i>Torta de ananás xeada</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de piña helada</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecida</i></p> <p>Fonte da receita:</p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>Tradicional</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións 	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								

Autor/a: Colaboradores/as	Jacobo Portela Hidalgo	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

H
Z
G
R
A
C
I
A
S

1 Bote de ananás
Caramelo líquido
1 Paquete de xelatina de ananás
Medio litro de nata líquida
Un paquete de sobaos

ELABORACIÓN



Cóbrese o fondo dun molde con caramelo líquido, escórrase o ananás e resérvase o líquido do bote de ananás, córtase o ananás, ponse encima do caramelo líquido facendo debuxos.

Quéntase o mollo do ananás co paquete de xelatina, removendo ao ferver retírase e engádesse a nata líquida, cóbrese con todo o ananás do molde e vanse colocando sobaos ata quedar cuberto.

Déixase repousar de dúas horas. Despois dáselle a volta e déixase o ananás cara arriba.

Mellor facela un día antes de consumila.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



TORTA DE QUEIXO

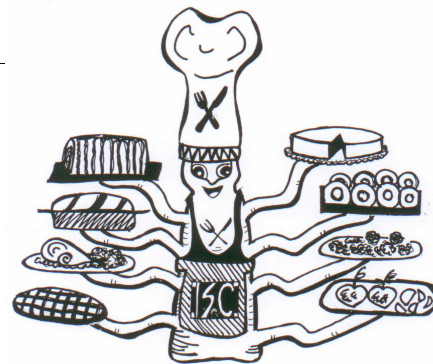
Nome do prato en galego: <i>Torta de queixo</i>	Tipo: <table border="1"><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr><tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>tarta de queso</i>	♦ Tradicional Nova cociña Cotiá ♦ Celebracións								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>									
Fonte da receita: <i>A miña avoa</i>									

Autor/a: Pablo Piay Rodríguez,	Idade: 13
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
Y
Z
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
X
Z

2 iogures naturais
2 medidas do iogur de azucre
2 medidas do iogur de fariña
4 ovos
Manteiga (só para o molde)
2 botes de nata líquida
100 gramos de queixo fresco
Un pisco de sal

ELABORACIÓN



Mestúranse e bátense todos os ingredientes pola orde en que aparecen (menos a manteiga), unha vez feito bótase todo nun molde (untado previamente con manteiga) e métese no forno quente a 250° durante uns 30 minutos.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta sobremesa é o que mellor sei facer, aprendín hai uns anos e desde entón fágoa case todas as fins de semana e lévolla a miña avoa que lle gusta moito e máis se a fago eu.

COCA DE LIMÓN

Nome do prato en galego: <i>Coca de limón</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Coca de limón</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Miña nai</i>	◆ Celebracións								

Autor/a: Juan Pedro Vidal López,	Idade: 12
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

1 sobre de fermento
- 1 iogur de limón
- 3 vasos de fariña
- 1 vaso de azucre
- 1/2 vaso de aceite
- 3 iogures naturais
2 medidas do iogur de azucre
2 medidas do iogur de fariña
4 ovos

ELABORACIÓN



Mestura a fariña, o lévedo e un pisco de sal baténdoo todo moi ben.

Noutra cunca mestura a margarina e o azucre. Bate o ovo e bótao aquí tamén. Cando teñas feita unha masa engade un pouco de vainilla, o mel e a fariña aos poucos, ata ter unha masa consistente. Unta con manteiga unha fonte no forno. fai boliñas coa masa, aplánalas e ponas na fonte. Pide que cha poñan ao forno 15 minutos.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Este prato ensinoumo a miña nai que á súa vez llo ensino a súa nai, por iso, gústame tanto preparalo coa miña nai. Este prato pódese preparar de dous xeitos diferentes. Unha en forma de serpe e outra con forma redonda.

PÉRICO

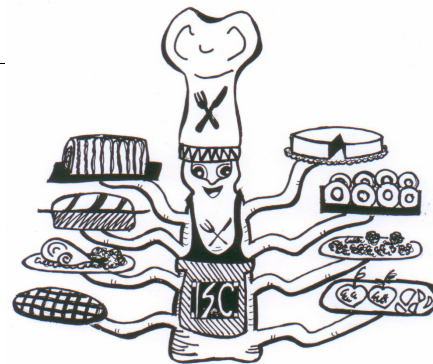
Nome do prato en galego: <i>Périco</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Périco</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td>◆</td><td>prato principal</td></tr><tr><td></td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa	◆	prato principal		sobremesa
	entrante								
	sopa								
◆	prato principal								
	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Venezuela</i>	◆ Tradicional Nova cociña ◆ Cotiá Celebracións								
Fonte da receita: <i>Descoñecida</i>									

Autor/a: Shezzaly e José Adolpho Rincón Maquieira	Idade: 15
Colaboradores/as: María Generosa	
País ou zona de procedencia: Venezuela	Cidade ou pobo:

W
Y
Z
M
H
D
H
U
Z
K
L
S

Catro ovos
Media cebola
Un tomate maduro
Un paquete de salchichas
Unha culleradiña de tomate

ELABORACIÓN



Nunha tixola a lume lento verter unha certa cantidade moderada de aceite; a continuación relar a cebola e o tomate cando estea ben frito engadir as salchichas "ao gusto do consumidor", fritilas ben e engadir os ovos que anteriormente foron revoltos. Cando o ovo estea ben frito engadir unha culler da salsa de tomate para darlle consistencia, sabor e un aroma a reverter de ben.

Se ben se quere isto pódese acompañar con arepas que é normalmente como se acompaña en Venezuela.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Dende pequena gustoume moitísimo este prato e aínda agora sigo coméndoo xunto a miña familia.

PASTEL DO NADAL

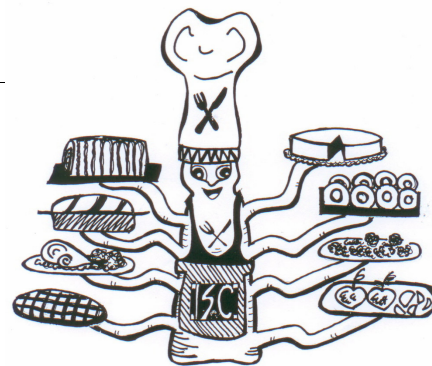
Nome do prato en galego: <i>Biscoito de Nadal</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Christmas cake</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Inglaterra</i>	◆ Tradicional								
Fonte da receita: <i>A miña avoa</i>	Nova cociña								
	Cotiá								
	◆ Celebracións								

Autor/a: Lucia Aldatz Alonso	Idade: 12
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
Y
Z
M
H
D
M
R
O
Z
H

300 g de chocolate
200 g de manteiga
100 g de améndoas crúas moídas
8 galletas
2 ovos
3 culleres de ron
2 culleres de azucre
Lacasitos e anises de cores

ELABORACIÓN



Fundir o chocolate en anacos, ao baño María, co ron.

Bater a manteiga amolecida co azucre ata que estea cremosa; engadir o chocolate morno e as améndoas, as xemas e as galletas trituradas, mesturalo ben e incorporar as claras montadas a punto de neve. Vertelo nun molde navideño untando con manteiga e deixalo no refrixerador durante unhas horas. Desmoldealo e botar chocolate fundido por riba. Eu sempre o decoro con anises de cores ou lacasitos.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



É un pastel que se fai na miña casa dende moito tempo antes de que eu nacera, é unha receita da miña tataravoa, a receita é inglesa.

PAN DE PASCUA DE CHOCOLATE

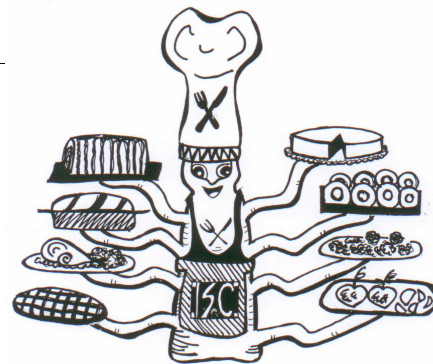
Nome do prato en galego: <i>Pan de Pascua de chocolate</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Pan de Pascua de chocolate</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	◆ Tradicional								
Fonte da receita: <i>A miña nai</i>	Nova cociña								
	Cotiá								
	◆ Celebracións								

Autor/a:	Uxía Couto Escobar Cristina Fiuza Rodríguez Nai	Idade: 12/13
Colaboradores/as:		
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

**W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A**

***½ libra de chocolate (fondant)
Medio kg de fariña de repostería
1 cullerada de bicarbonato
¼ de noces peladas
¼ de cacahuets recubertos de chocolate
½ terrina de margarina
8 ovos
300 g de azucre***

ELABORACIÓN



Bater moi ben a margarina co azucre, e a continuación engadir os froitos secos e os ovos ben batidos, a fariña xúntase co bicarbonato e baruta enriba do preparado.

Logo remóvense ben cunha espátula e agrégaselle o chocolate fundido.

Engráxase un molde con manteiga, engádesse o preparado e métese no forno á temperatura de 160°-180° e o forno ten que estar 5 minutos antes quente.

Ponse no forno de 20 a 30 minutos.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



BISCOITO

Nome do prato en galego: <i>Biscoito</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Biscoito</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	◆ Tradicional Nova cociña								
Fonte da receita: <i>Libro de receitas</i>	◆ Cotiá Celebracións								

Autor/a: Leire Porral Combarros	Idade: 13
Colaboradores/as: Nai	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
T
Z
F
H
D
R
M
R
O
Z
H

3 ovos.

1 sobre de lévedo Royal

Coa medida dun vaso de iogur, botar 4 vasos de fariña.

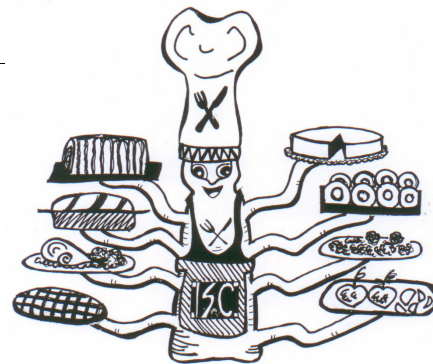
Tamén coa medida dun vaso de iogur, botar 2 vasos de azucre.

1 laranxa espremida.

1 cullerada de manteiga.

1/2 de litro de aceite.

ELABORACIÓN

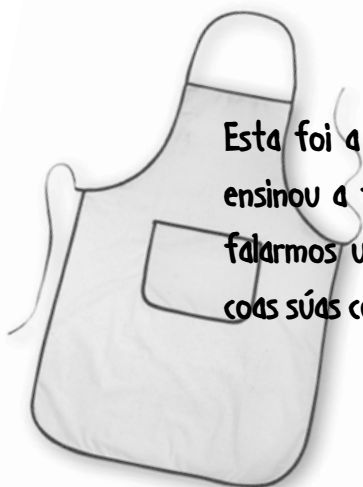


Bótanse nun recipiente os tres ovos e bátense. Logo vai botándose, de un en un, os recipientes de iogur con fariña e mestúrase todo. Cando quede unha masa espesa sen grumos, bótanse os dous vasos de iogur con azucre, e revólvese. Esprémese a laranxa e bótase o zume na masa. Despois de batelo todo ben, engádese o sobre de Royal e o 1/2 de litro de aceite. Mentres se pon o forno a quentar durante cinco minutos, máis ou menos, no molde (onde botaremos toda a masa) untamos a manteiga para que logo, ao sacar o biscoito, non se pegue. Cando se remata de facer todo isto, métese no forno o molde coa masa e espérase entre unha hora e hora e media ata que estea ben feito por dentro.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:

Esta foi a primeira receita que aprendín a facer. Foi a miña nai quen me ensinou a facela. Ás veces cociñamos xuntas as dúas e aproveitamos para falarmos un pouco porque normalmente andamos moi ocupadas cadaquén coas súas cousas.



FILLOAS DE SANGUE

Nome do prato en galego: <i>Filloas de sangue</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Filloas de sangue</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Miña avoa</i>	◆ Celebracións								

Autor/a: Xabier Vilar Gomez Manuel Couto Pintos	Idade: 12
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

***1 l de leite
4 ovos
1 dl de sangue de porco
200 g De fariña
100 g De azucre
canela
un pisco de sal
touciño branco***

ELABORACIÓN



Bátense os ovos e engádeselles o leite, o sal, as relas de limón e unha culleriña de canela. Logo vaise incorporando aos poucos a fariña ata formar unha pasta, despois engádeselle o sangue de porco e bátese ben. Finalmente úntase a tixola con manteiga ou touciño e xa está lista para facer as filloas.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Tómanse nos días especiais. Estas da mostra fíxenas eu porque me ensinou a miña avoa.

PIZZA DE MILLO

<p>Nome do prato en galego: <i>Pizza de millo</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Pizza de millo</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>Ermille-Lobeira, Baixa Limia, Ourense</i></p> <p>Fonte da receita: <i>Arsenio Landa</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td>♦</td><td>prato principal</td></tr> <tr><td></td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>♦ Tradicional Nova cociña</p> <p>♦ Cotiá Celebracións</p>		entrante		sopa	♦	prato principal		sobremesa
	entrante								
	sopa								
♦	prato principal								
	sobremesa								

Autor/a:	David Revilla Nebreda	Idade: 12
Colaboradores/as:	Pedro Revilla Temiño	
País ou zona de procedencia:	Wisconsin, EE.UU.	Cidade ou pobo: Madison

**H
Z
O
R
A
G
Z
M
D
H
U
Z
M
S**

Masa base de millo:

700 g de mestura de fariña milla e fariña triga.

0,45 litros de auga un pouco morna.

1 sobre de fermento para panadaría, de Maicena.

2 culleriñas rasas de sal mariño fino.

1 culleriña rasa de azucre moreno

Outros ingredientes:

Salsa de tomate "feita na casa".

Xamón en tiras, chourizo picado, bonito en aceite, etc.

Ourego

Queixo relado

ELABORACIÓN



*Masa base de millo:

- 1) Mesturar a fariña co fermento e co azucre.
- 2) Engadir o sal disolvido na auga e amasar ben, ata que as paredes do recipiente de amasar.
- 3) Se fose preciso, corrixir o punto da masa, engadindo fariña triga ou auga morna.
- 4) Facer unha bóla e enfariñar un pouco o recipiente e mais a masa.
- 5) Deixar levedar nun lugar morno, cubrindo a bóla cun pano húmido, ata que a masa teña aumentado case ao dobre do volume inicial. Unha hora como mínimo.
- 6) Pódese deixar un pouco desta masa levedada na neveira para empregar como isco no caso de que se teña pensado facer nova masa en dous ou tres días.

*serve para boroas, empanadas, pizzas, etc.

PIZZA de MILLO:

- 1) Nun molde de pizza, aceitado e enfariñado, colocar unha capa ben fina de Masa base de millo, lixeiramente elevada polos bordes para que teña man dos ingredientes.
- 2) De seguido, cubrir a masa cunha capa fina de salsa de tomate "feita na casa".
- 3) Engadir xamón en tiras, chourizo picado, bonito en aceite, etc., segundo o tipo de pizza que se queira
- 4) Salferir ourego ao gusto
- 5) Cubrir con queixo relado.

Levar ao forno a 200° ata que estea ben cocida. Debe de ter unha boa cor no fondo da pizza.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:

Arsenio Landa, o creador desta receita, gustábanlle moito as pizzas e as empanadas de millo, entón quixo recuperar as variedades de millo tradicionais e autóctonas de Galicia que tiveran un cultivo ecolóxico así que pediu a colaboración e asesoramento da Misión Biolóxica de Galicia (CSIC) e entre todos fixeron o proxecto "MILLOS ECOLÓXICOS PARA USOS ALIMENTARIOS" e este señor, dono da empresa "Promotora Orxeira S.A.", empezou a facer todo tipo de comidas con estes millos: Boroas e bolos, empanada de millo, empanada de Entrimo, tortas con base de millo, pizza de millo, etc. Arsenio Landa leva a feiras os seus produtos pero non vende iso, senón que vende a fariña de millo ecolóxico que fai el, e dá a probar os seus produtos. Moitas veces nós esquecemos, na miña familia, de poñer o tomate e sabe igual de rica. Son dúas formas de comer a pizza e sabe rica igual así que próbena e verán.

TORTA DE CHOCOLATE

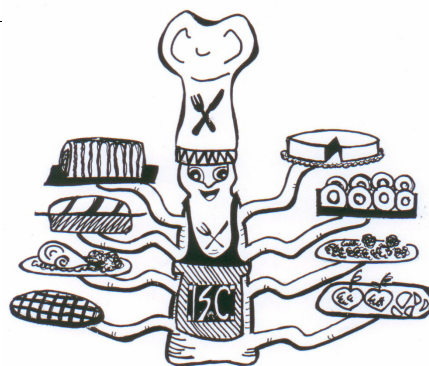
Nome do prato en galego: <i>Torta de chocolate</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de chocolate</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Miña tía</i>									

Autor/a: Colaboradores/as:	Blanca Rodríguez Mosquera miña nai	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Vilagarcía	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

- *3 ovos enteiros*
- *100 gramos de azucre*
- *100 gramos de fariña*
- *Royal*
- *7 barras de chocolate Nestlé*
- *Un vaso de leite*
- *manteiga*

ELABORACIÓN



Mestúranse os ovos co azucre.
Por outro lado derrétese o chocolate co leite e a manteiga e engádese ao anterior.
Por último engadimos a fariña co Royal e o botamos nun molde untado de manteiga.
Metémolo no forno a 180°
Faise pronto.

E listo.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta receita doulla miña avoa a miña tía e ela doulla a miña

TORTA DE QUEIXO

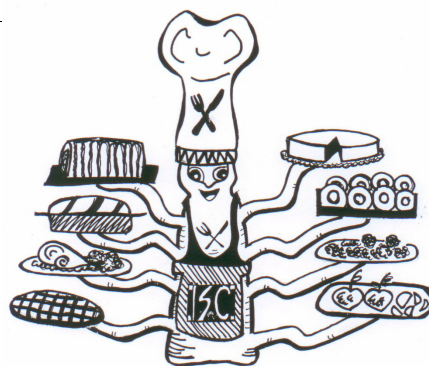
Nome do prato en galego: <i>Torta de queixo</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de queixo</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	Tradicional								
Fonte da receita: <i>Descoñecida</i>	♦ Nova cociña Cotiá ♦ Celebracións								

Autor/a: Lara Rey Molino Silvia Chan Vázquez	Idade: 12
Colaboradores/as	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

***300 g de nata líquida
1 iogur natural
1 sobre de lévedo
1 vaso de iogur de azucre
1 vaso de iogur de fariña
2 vasos de iogur de leite
5 queixiños da " vaca que ríe"
3 ovos***

ELABORACIÓN



Xúntanse todos os ingredientes e bátense co batedor ou a man.

Despois de estar todo ben mesturado bótase nun recipiente recuberto con pouco de manteiga.

Por último, o recipiente métese no forno a 180°, durante 40 minutos.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



BISCOITO DE CHOCOLATE E CREMA PASTELEIRA

<p>Nome do prato en galego:</p> <p><i>Biscoito de chocolate e crema pastelera</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria:</p> <p><i>Bizcocho de chocolate y crema pastelera</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita:</p> <p><i>Descoñecido</i></p> <p>Fonte da receita:</p> <p><i>Descoñecida</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>Tradicional</p> <p>◆ Nova cociña Cotiá</p> <p>◆ Celebracións</p>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								

Autor/a:	Lara Rey Molino Silvia Chan Vázquez	Idade: 12
Colaboradores/as		
País ou zona de procedencia:	Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
M
Y
Z
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
X
Z

3 ovos
 200 g de azucre
 100g de aceite de xirasol
 1 iogur de limón
 170 g de fariña
 1 sobre de fermento
 Crema pasteleira:
 100 g de azucre
 A pel dun limón
 500 g de leite
 4 xemas de ovo
 50 g de maicena
 30 g de ron
 Chocolate:
 65g de aceite de xirasol
 300g de chocolate Sobremesas Nestlé



ELABORACIÓN

Para o biscoito:

Poña os ovos no vaso, engada o azucre e programe dous minutos, temperatura 37°, velocidade 3. Engada o aceite e o iogur e mesture quince segundos en velocidade 3. Incorpore a fariña, o sal e o lévedo e programe 12 segundos en velocidade 2 $\frac{1}{2}$. Remate de envolver a fariña coa espátula.

Seguidamente, bote a mestura nun recipiente de coroa engraxado anteriormente con manteiga e lixeiramente enfariñado. Poña o molde no forno prequentado a 170° durante uns 30 minutos aproximadamente.

Para a crema pasteleira:

Poña a bolboreta nas coitelas e bote no vaso todos os ingredientes agás a pel do limón e o ron. Mesture 10 segundos en velocidade 3 $\frac{1}{2}$. Engada a pel do limón e programe 9 minutos, 90°, velocidade 2. Incorpore o ron e programe 2 minutos, velocidade 2. Bote a crema na fonte.

Para o chocolate:

Bote o aceite no vaso e programe 4 minutos temperatura 80°, velocidade 1.

Vaia engadindo o chocolate, en anacos, e despois programe velocidade 2, aproximadamente 30 segundos. De seguido poña a velocidade 3 e téñao uns segundos emulsinando, ata que quede coma unha crema e totalmente triturado. Cubra con esta crema a torta.

Polo final o biscoito córtase á metade e méteselle por dentro a crema pasteleira e recóbrese coa outra parte do biscoito. Encima bótaselle o chocolate e cando se vai tomar pódese botar un pouco de nata por riba.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



"ALFAJORES" DE DOCE DE LEITE

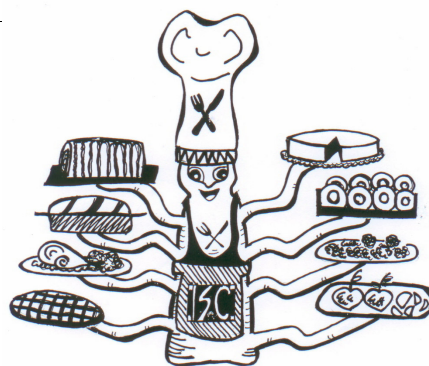
Nome do prato en galego: <i>Alfajores de doce de leite</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Alfajores de dulce de leche</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Uruguay</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Familiar</i>	◆ Celebracións								

Autor/a: Colaboradores/as	Carmen Rivera Alanís (Conserxe)	Idade:
País ou zona de procedencia: Uruguay	Cidade ou pobo:	

W
M
Y
Z
F
H
D
M
R
O
Z
H

***100 g de manteiga ou margarina
2/3 cunca de azucre (150 g)
1 xema - 1 ovo
casca relada de ½ limón
1 ¼ cunca de fariña (60 g)
1 culleradiña de po royal
doce de leite
3 culleradas de coco relado***

ELABORACIÓN

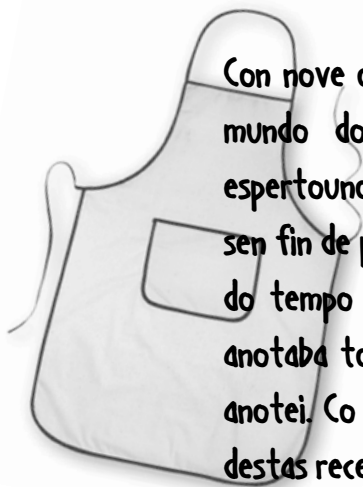


Bátese a manteiga co azucre ata que estea cremosa; agréganselle a xema e o ovo batendo ben, despois engádese a casca relada. Barútanse xuntos a fécula de millo, a fariña e o po Royal e mestúrase a preparación anterior, colocándoa sobre unha mesa enfariñada. Únese moi suavemente para formar unha masa e déixase repousar $\frac{1}{2}$ hora. Estírase deixándoa de $\frac{1}{2}$ cm. de espesor e córtase cun corta pastas redondo. Colócanse nunha chapa enmanteigada e cocíñanse en forno moderado durante 12 ou 15 minutos. Deben cocíñarse sen tomar cor. Unha vez fríos únense de dous en dous con doce de leite, poñéndolles un pouco de doce ao redor con axuda dun coitelo e pegándolles logo o coco relado.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:

Con nove ou dez anos empecei a interesarme pola cociña, sobre todo polo mundo dos doces; tortas, pasteis, follados, galletas. Este interese espertouno unha tía materna que é unha cociñeira excepcional, preparaba un sen fin de pratos de todo tipo para as celebracións na súa casa, e gran parte do tempo que pasabamos xuntas ela ditábame receitas e eu avidamente anotaba todo canto me dicía, aínda as conservo no papel orixinal onde as anotei. Co tempo compartín tamén cos meus fillos a elaboración de moitas destas receitas que aprendín de nena, o que nos deu momentos inesquecibles. Moitas tardes de inverno cando o tempo non nos permitía ir ao parque, divertiámonos coa experiencia.



FILLOAS

Nome do prato en galego: <i>Filloas</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Filloas</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Miña nai</i>									

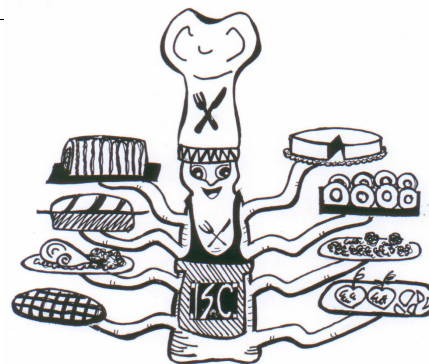
Autor/a: Pablo Sánchez	Idade: 12
Colaboradores/as: Ana Estévez	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

2 ou 3 ovos
1 l de leite
1 vasiño de auga
1 rela de limón
1 pisco de sal fino

ELABORACIÓN

Bater todo xunto e despois ir botándolle fariña pouco a pouco ata que espese.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta receita asóciase co inverno e o Entroido.

BISCOITO

Nome do prato en galego: <i>Biscoito</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Bizcocho</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Galicia</i>	◆ Tradicional Nova cociña								
Fonte da receita: <i>A miña nai</i>	◆ Cotiá Celebracións								

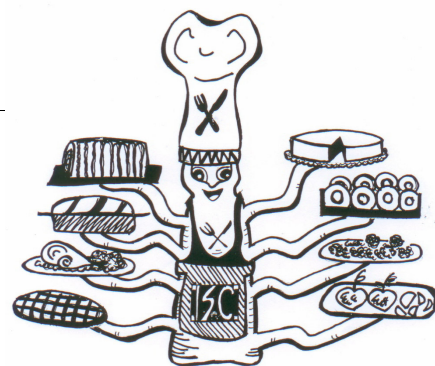
Autor/a: Pablo Sánchez Ana Estévez	Idade: 12/44
Colaboradores/as	
País ou zona de procedencia: <i>Galicia</i>	Cidade ou pobo: Pontevedra

H
Z
O
R
D
O
Z
H
D
H
F
Z
F
S
S

***6 ou 9 ovos
150 ou 225 g de fariña
 $\frac{1}{4}$ de azucre
1 rela de limón***

ELABORACIÓN

Separar as claras e as xemas e a estas ultimas engádeselles a rela de limón. Sóbense as claras a piques de neve, despois engádeselle o azucre e dáselles outra vez co batedor ata que estea ben desfeito. Bater as xemas e despois engadir coas claras e mesturar ben. Despois engadir a fariña aos poucos e removendo coa culler de pau.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



É unha receita de miña avoa que pasou a miña nai.

PASTELIÑOS CREMOSOS DE CHOCOLATE

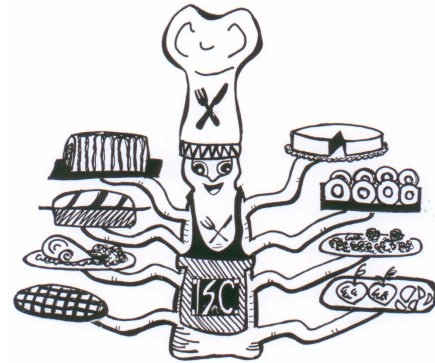
Nome do prato en galego: <i>Pasteliños cremosos de chocolate</i>	Tipo:				
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Brownies</i>	<table border="1"> <tr><td>entrante</td></tr> <tr><td>sopa</td></tr> <tr><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆ sobremesa</td></tr> </table>	entrante	sopa	prato principal	◆ sobremesa
entrante					
sopa					
prato principal					
◆ sobremesa					
Lugar de procedencia da receita: <i>Estados Unidos</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 				
Fonte da receita: <i>Miña nai</i>					

Autor/a:	Francisco Durán Posse Víctor González Otero, 2º B	Idade: 13
Colaboradores/as	Ana Otero Lopez	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

A
Z
O
R
U
D
O
H
F
I
L
S
M
Y
Z
M
R
G
Z
H

200 g de chocolate (NESTLÉ)
 200 g de azucre
 150 g de manteiga
 150 g de fariña
 150 g de noces picadas
 3 ovos
 un caciño de azucre glaseé
 sal

ELABORACIÓN



Cortar en anacos o chocolate e fundilo ao baño María xunto coa manteiga. Retíralo do lume e cando estea morno, engadir o azucre, os ovos enteiros e un pisquiño de sal. Mesturalo ben cunha culler de madeira e por último engadir a fariña e as noces.

Verter a preparación nun molde rectangular untado con manteiga e cocelo no forno, prequentado a 180° Durante 25 min.

Desmoldar a torta cortala en cadradiños e cubrilos con azucre glasse antes de servir.

Se se ten molde de flores de chocolate, fúndese chocolate cun pouco e manteiga, échense os moldes e déixanse a arrefriar no conxelador, logo esmóldanse e sérvense enriba dos anacos de pastel.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Miña nai pasou un Nadal en Nova York e alí probou este pastel e gustoulle tanto que apuntou a receita nun pano de mesa e tróuxoa con ela para non esquecerse de como se fai. A verdade é que foi unha moi boa idea porque é unha sobremesa xenial...

PLÁTANOS FLAMBADOS CON CANELA

<p>Nome do prato en galego: <i>Plátanos flambados con canela</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Plátanos flambeados con canela</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>República Dominicana</i></p> <p>Fonte da receita: <i>Unha amiga da miña nai</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>◆ Tradicional Nova cociña Cotiá</p> <p>◆ Celebracións</p>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								

Autor/a: Colaboradores/as	Maxwell Miguel Sánchez Encarnación	Idade: 15
País ou zona de procedencia:	República Dominicana	Cidade ou pobo:

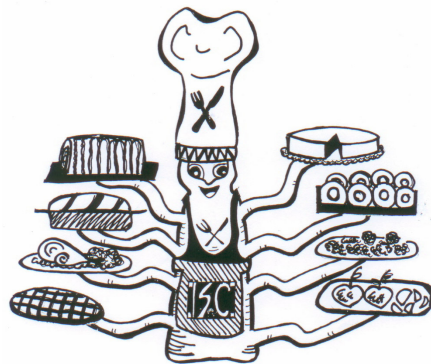
W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

Plátanos machos maduros
Azucres
Manteiga.
Canela
Unha cunca de auga

ELABORACIÓN

Collemos unha pota e botamos nela a manteiga. Cando estea quente botamos os plátanos pelados e cortados en anacos.

Cando están ben dourados coa manteiga botamos unha cunca de auga con 1 cullerada de azucre e dúas poliñas de canela en rama. Deixamos cocer durante 30 minutos máis ou menos e retiramos para deixar arrefriar.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta receita é moi doada e sinxela de facer. Está boísima. É unha receita orixinaria da República Dominicana e miña nai aprendeu a facela cando unha amiga súa lle ensinou.

BISCOITO DE CHOCOLATE

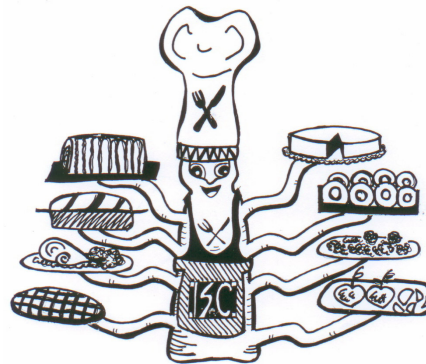
<p>Nome do prato en galego: <i>Biscoito de chocolate</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Bizcocho de chocolate</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i></p> <p>Fonte da receita: <i>Unha amiga da miña nai</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>♦</td><td>sobremesa</td></tr> </table> <p>♦ Tradicional Nova cociña Cotiá</p> <p>♦ Celebracións</p>		entrante		sopa		prato principal	♦	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
♦	sobremesa								

Autor/a: Colaboradores/as	Irea Vidal González	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

150 g de cacao
250 g de azucre
100 g de fariña
1/2 vaso de leite
1/2 vaso de aceite frito e frío
1 culleriña de lévedo en po
Dous ou tres ovos

ELABORACIÓN



Bátense as claras dos ovos a punto de neve. Engádese o azucre pouco a pouco, logo o leite e o aceite frío e frito, por último a fariña e o cacao mesturados co lévedo. Vólcase nun molde untado con manteiga e empoadado con fariña e métese ao forno 30 minutos a 200° ata que estea dourado.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Este prato utilízoo sobre todo para aniversarios xa que queda moi ben como sobremesa e soe gustar moito.

TORTA DE QUEIXO E AMORODOS

Nome do prato en galego: <i>Torta de queixo e amorodos</i>	Tipo:				
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de queso y fresas</i>	<table border="1"> <tr><td>entrante</td></tr> <tr><td>sopa</td></tr> <tr><td>prato principal</td></tr> <tr><td>♦ sobremesa</td></tr> </table>	entrante	sopa	prato principal	♦ sobremesa
entrante					
sopa					
prato principal					
♦ sobremesa					
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Tradicional Nova cociña Cotiá ♦ Celebracións 				
Fonte da receita: <i>Familiar</i>					

Autor/a: Colaboradores/as	Mar Serrano González	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

H
Z
O
R
A
O
Z
H
D
H
F
H
Z
F
Z
F
S

½ litro de nata "Asturiana"
1 vaso de leite
½ vaso de azucre
1 terrina de queixo "Philadelphia" (200/250 g)
1 sobre de callado "Royal"
½ paquete de galletas "Maria"
1 barriña de manteiga "Arias" (100/125 g)
Marmelada de amorodos

ELABORACIÓN



Déixase a manteiga fóra da neveira para que se abrande.

Móense ou trituren as galletas ata chegar á consistencia de pan relado

Amásase galleta moída coa manteiga e vaise esmagando no fondo dun molde desmontable.

Nun bol mesturamos a nata, o leite, o azucre, o queixo Philadelphia e o sobre de callado, ponse ao lume e revólvese suavemente; cando rompa a ferver, envórcase a mestura encima da galleta con moitísimo coidado, déixase arrefriar e métese no frigorífico durante unhas horas (mellor dun día para outro)

Antes de servir, cubrir cunha capa de marmelada de amorodo e desmoldar.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta receita facémola a miña nai e eu cando temos algunha celebración familiar. É rápida, fácil e económica e está moi boa.

TORTA DE QUEIXO

Nome do prato en galego: <i>Torta de queixo</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de queso</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Zamora</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Da avoa</i>									

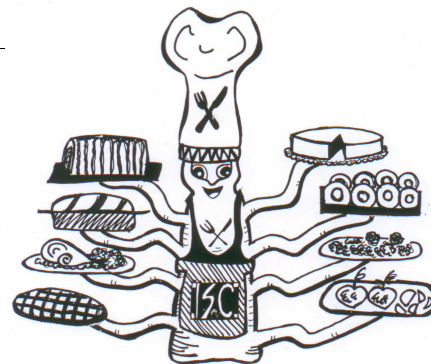
Autor/a: Colaboradores/as	Alvaro Gonzalez Garcia	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
Y
Z
T
U
V
X
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
Z
H

1/2 kg de queixo fresco
5 Ovos
10 Culleradas de azucre
2 Culleradas de fariña de millo

ELABORACIÓN

Poñemos nun recipiente: o queixo, os ovos, o azucre e a fariña. Batemos todos os ingredientes co batedor. Untamos un molde para o forno con manteiga, despois poñemos no molde todos os ingredientes batidos. Acendemos o forno a 180° e metemos o molde cos ingredientes durante 1 hora. Sacamos a torta do forno, poñémola nunha bandexa a arrefriar e servímola.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



TORTA DE QUEIXO

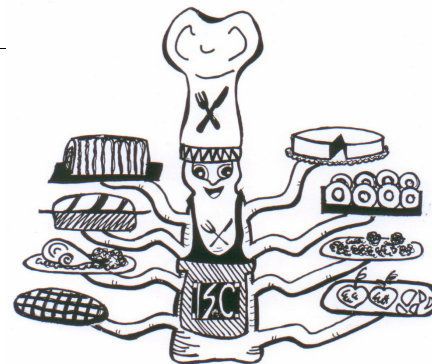
Nome do prato en galego: <i>Torta de queixo</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tarta de queso</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecida</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá								
Fonte da receita: <i>Familiar</i>	◆ Celebracións								

Autor/a: Colaboradores/as	Alexandra Rodríguez Irea e Sara	Idade: 14
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

1 iogur natural
A mesma cantidade de azucre (utilizar o recipiente do iogur)
A mesma cantidade de fariña (utilizar o recipiente do iogur)
1 terrina de queixo fresco
3 ovos
manteiga

ELABORACIÓN



Bátense todos os ingredientes agás a manteiga. Untamos un molde para forno con manteiga e botamos nel toda a mestura.

Métese no forno durante uns trinta minutos aproximadamente a 180°. De cando en vez hai que pinchar a torta para ver como vai por dentro.

Déixase arrefriar antes de consumir.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



É unha sobremesa sinxela de facer e moi rica

ARROZ CON LEITE

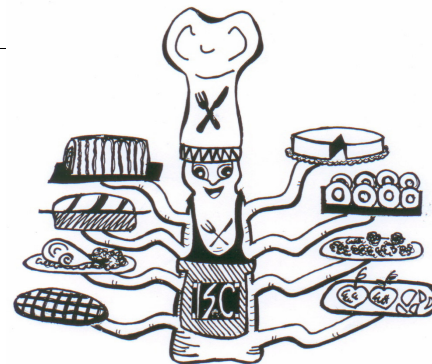
Nome do prato en galego: <i>Arroz con leite</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Manjar blanc</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Cataluña</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Miña nai: Ana Isabel</i>									

Autor/a: Colaboradores/as	Pedro Estévez Fernández	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

½ kg de arroz
4 litros de leite
½ litros de nata líquida
Pel dun limón
3 barriñas de canela en póla
200 g de azucre

ELABORACIÓN



Fervemos o leite e a nata, a canela e o limón todo xunto nunha pota.

Cando rompa a ferver bótase o arroz e déixase a lume lento removendo de cando en vez durante 1 hora. Bótase o azucre e remóvese 30 minutos máis ata que colla a forma de crema. Despois sérvese nun bol e se ponse a arrefriar ou tómase morno. Ao gusto do consumidor.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A primeira vez que o ía probar ía eu co bol polo corredor e caeume por riba, tantas ganas tiña de probalo que collín unha culler e empecei a comelo do chan.

PDT: Acababan de aspiralo.

ROSQUILLAS

Nome do prato en galego: <i>Rosquillas</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Rosquillas</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Cuéllar</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións								
Fonte da receita: <i>Miña nai</i>									

Autor/a: Colaboradores/as	Enara Martinez Dacosta Miña nai	Idade: 15
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

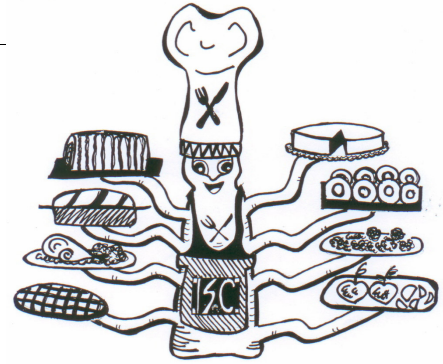
W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

1 kg de fariña

un sobre de fermento royal
unha cullerada de sal
medio vaso de aceite de fritir
3 ovos
un vaso de leite
unha culleradiña de anís
un vaso de azucre
rela de limón

ELABORACIÓN

Botar o kg de fariña nun prato fondo e mesturala con todos os ingredientes.
(Non importa a orde) a continuación comézase a amasar ata que quede todo ben mesturado e quede unha masa.
Deixar repousar durante media hora na neveira. Transcorrido xa o tempo marcado sácase a masa da neveira e realízase con ela unhas tiras e realízase a forma desexada pero que o tamaño non sexa nin moi grande nin moi pequeno.
A continuación frítense nunha tixola co aceite moi quente
Ao rematar bótase azucre glass por enriba.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



ROSQUILLAS

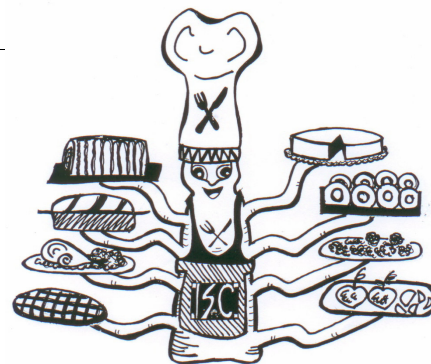
Nome do prato en galego: <i>Rosquillas</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Rosquillas</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Italia (Florenxia)</i>	◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións								
Fonte da receita: <i>Miña nai e libro de receitas Thermomix</i>									

Autor/a: Javier Álvarez Oltra Álvaro Caride Miña nai	Idade: 13/13
Colaboradores/as	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

***200 g de azucre
a pel de limón, só a parte amarela
100 g de aceite de xirasol
2 ovos
500 g de fariña aprox.
1 sobre de lévedo en po ou 3 culleriñas
50 g de anís
1 belisco de sal***

ELABORACIÓN



Verta azucre nun vaso moi seco e programe 30 segundos a velocidade 5-7-9 progresivamente. Engada a pel do limón e repita a operación 1 minuto máis. Agregue o resto dos ingredientes agás a fariña e o lévedo e mesture 10 segundos en velocidade 6.

Poña a metade da fariña e do lévedo e mesture 8 segundos a velocidade 6. Ten que quedar unha masa branda. Se lle faltase fariña engada un pouco e poña a velocidade espiga 15 segundos. Saque do vaso coas mans molladas en aceite.

A continuación forme bólas do tamaño dunha noz, únaas de dúas en dúas e presione no centro co dedo para formar as rosquillas, abrindoas un pouco. Poden facerse cunha soa bóla.

Por último, frítaas en aceite quente escorrendo sobre papel absorbente e sírvaas empoadas con azucre glass.

A continuación frítense nunha tixola co aceite moi quente
Ao rematar bótase azucre glass por enriba.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A miña avoa, por parte de pai, regaloume o meu primeiro libro de receitas cando s'ó tiña 6 anos. Fun mellorando na cociña grazas á axuda que esta me proporcionou.

TIRAMISÚ

Nome do prato en galego: <i>Tiramisú</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Tiramisú</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Catania (Sicilia)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Obradoiro de cociña</i>									

Autor/a: Colaboradores/as	Irene Abal Bonilla Marta Martínez Lores. Andrea Novegil Estévez	Idade: 12
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
M
Y
Z
F
H
D
M
D
O
Z
H

***500 g de queixo "mascarpone" .
150 g de vainillas ou sobaos.
4 ovos.
6 culleradas de azucre.
Un vaso de café.
Unha copa de viño doce.
Colacao ou fideos de chocolate.***

ELABORACIÓN

Separamos as claras das xemas

Nun cazo mesturamos o queixo, as culleradas de azucre e as xemas.

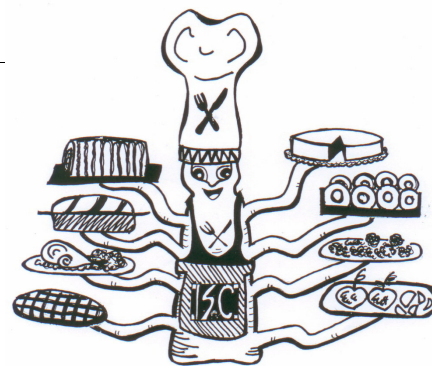
Botamos as claras a punto de neve e engadimos a mestura anterior.

Preparamos un vaso de café (sobre nestcafé) e mesturámoslle o viño doce.

Mollamos os sobados na mestura anterior un pouquiño e poñémolos nunha bandexa ancha.

Cubrimos os sobados coa metade da mestura do queixo e botamos por enriba colacao

Repetimos a operación na mesma orde e deixámolo arrefriar durante 4 ou 5 horas no frigorífico.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A nós gústanos moito e aprendémolo a facer nunhas clases de cociña que daban no noso colexio.

MOUSE DE LIMÓN

Nome do prato en galego: <i>Mousse de limón</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Mousse de limón</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Francia</i>	◆ Tradicional Nova cociña								
Fonte da receita: <i>Os nosos pais</i>	◆ Cotiá Celebracións								

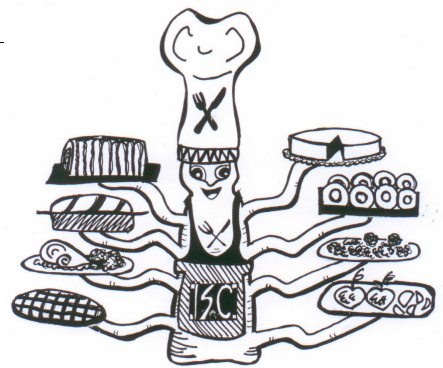
Autor/a: Elena Rey Rodríguez Laura Pena Villanueva	Idade: 13/13
Colaboradores/as	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

6 persoas

***Seis iogures naturais.
Un bote de leite condensado (400 g)
Tres limóns.
Chocolate relado.***

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

ELABORACIÓN



Cóllese un recipiente e vértense os iogures,
o leite condensado de limón.

Bátense todos os ingredientes (cun
batedor).

Métese o recipiente na neveira. (3 horas)

Cóbrese de chocolate relado no Mouse a
gusto de cada quen.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



A palabra mousse é de orixe francesa. O seu significado
quere dicir "escuma". Nós non utilizamos o mousse de
sobremesa nas celebracións. Os nosos pais prepáranos como unha
sobremesa normal. Encántanos.

BROWNIES

Nome do prato en galego: <i>Brownies</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Brownies</i>	<table border="1"><tr><td></td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td>◆</td><td>sobremesa</td></tr></table>		entrante		sopa		prato principal	◆	sobremesa
	entrante								
	sopa								
	prato principal								
◆	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Estados Unidos</i>	Tradicional								
Fonte da receita: <i>A miña nai</i>	◆ Nova cociña ◆ Cotiá Celebracións								

Autor/a: Colaboradores/as	José Antonio García Álvarez	Idade: 13
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A

***100 g de chocolate amargo en libra .
125 g de manteiga .
150 g de azucre .
150 g de fariña .
100 g de noces picadas .
1 chisco de sal .
3 ovos.
1 cullerada de fermento***



ELABORACIÓN

Poñer en anacos a libra de chocolate e fundila nun recipiente coa manteiga a lume lento e sen deixar de remover.

Retirar o recipiente do lume. Engadir o azucre e o sal. Deixar arrefriar.

Mesturar os ovos co chocolate. Engadir a fariña, a lévedo e as noces picadas. Revolver ata obter unha pasta uniforme.

Forrar a metade da bandexa do forno con papel parafinado.

Repartir a pasta regularmente sobre o papel da bandexa.

Prequentar o forno a 175°. Meter a bandexa do forno na parte media do forno durante 25 minutos.

Pasado o tempo, retirar a bandexa do forno e deixar arrefriar o pastel.

Cortallo en cadradiños e gardalo nun recipiente ata a hora para comer este saborosa e deliciosa sobremesa.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



OVOS RECHEOS DE ATÚN

Nome do prato en galego: <i>Ovos recheos de atún</i>	Tipo: <table border="1"><tr><td>◆</td><td>entrante</td></tr><tr><td></td><td>sopa</td></tr><tr><td></td><td>prato principal</td></tr><tr><td></td><td>sobremesa</td></tr></table> <ul style="list-style-type: none">◆ Tradicional Nova cociña◆ Cotiá Celebracións	◆	entrante		sopa		prato principal		sobremesa
◆		entrante							
		sopa							
		prato principal							
	sobremesa								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Huevos rellenos de atún</i>									
Lugar de procedencia da receita: <i>Receta caseira</i>									
Fonte da receita: <i>Menús para deportistas</i>									

Autor/a: Noa Floriano Doval Myriam Vieitez	Idade: 20/18
Colaboradores/as	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

***6 ovos
2 latas de atún
maionesa***

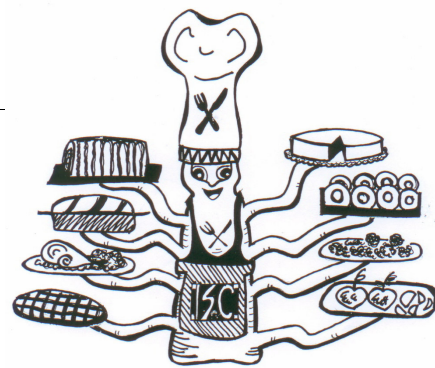
**W
V
U
T
S
R
Q
P
O
N
M
L
K
J
I
H
G
F
E
D
C
B
A**

ELABORACIÓN

Os ovos cócese en auga e déixanse arrefriar.

Cando estean temperados, pélanse e córtanse á metade .

Sácanselles as xemas e mestúranse co atún e coa maionesa nun recipiente pequeno; de seguido colócase a pasta feita enriba do ovo no oco da xema.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Os atletas precisan incrementar o consumo de racións de alimentos con proteínas para aseguraren un adecuado restablecemento e crecemento dos músculos, en tamaño e en forza, por iso os ovos constitúen unha excelente fonte de enerxía para deportistas.

PUDIN DE MAZÁ E PASAS

Nome do prato en galego: <i>Pudin de mazá e pasas</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Pudin de manzana y pasas</i>	<table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña 								
Fonte da receita: <i>Deulla unha amiga á miña avoa</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								

Autor/a: Colaboradores/as:	Cristina Táboas de Saá Margarita de Saá Martín	Idade: 12
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

F
Z
O
R
M
D
H
M
S
S

3 mazás reineta
6 rebandas de pan de molde
1 cuarto de litro de leite
3 ovos
50 gramos de pasas de Corinto
unhas culleradas de coñac
8 culleradas de azucre
azucre para caramelizar o molde
(4 culleradas ou menos)
Nata montada ou líquida
(se se serve quente) para adornar

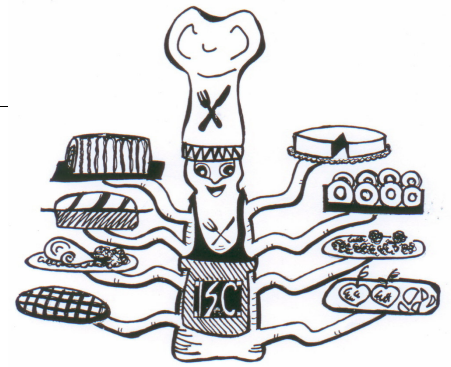
ELABORACIÓN

Pélanse as mazás e córtanse en toros finiños. Póñense as pasas a remollo co coñac. Bátense os ovos co azucre e mestúranse co leite.

Caramelízase o molde (procurando bañar as paredes). Colócanse unhas cantas pasas escorridas no fondo, a continuación unha capa de mazás, outra de pan esfarelado, outra de pasas, volvendo a pór mazás, pan, pasas... Ata que se remate.

Régase co leite e os ovos batidos e cócese ao baño María no forno durante media hora (máis ou menos)

Sérvese acompañada de nata líquida ou nata montada dependendo de que o sobremesa estea fría ou quente.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta receita utilízase como torta de aniversario cando eu ou o meu irmán sopramos candeas. Consequímol a mediante unha amiga da miña avoa .

BISCOITIÑOS DE AMÉNDOSAS

<p>Nome do prato en galego: <i>Biscoitiños de améndoas</i></p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Bizcochitos de almendras</i></p> <p>Lugar de procedencia da receita: <i>España</i></p> <p>Fonte da receita: <i>a miña avoa</i></p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña ◆ Cotiá ◆ Celebracións 	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								

Autor/a:	Margarita Castro Sara Hermida Andrea Boullosa Pilar Diz Tarrío	Idade: 14
Colaboradores/as:		
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra	

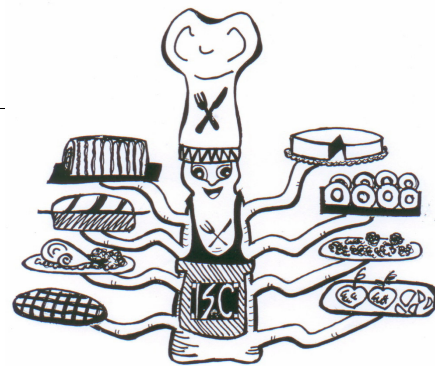
**F
Z
O
R
A
D
O
S
E
S**

Unha cunca de fariña de trigo
Unha cunca de manteiga derretida
Unha cunca de améndoas moídas
2 xemas de ovos batidas
Unha cullerada de canela en po

ELABORACIÓN

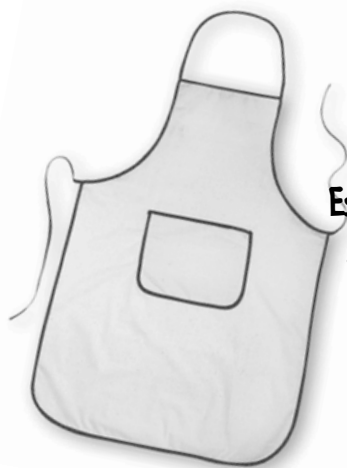
Bátense a manteiga e o azucre, cando xa estean incorporados formando unha masa cremosa váiselles agregando a fariña, as améndoas, as xemas e a canela, pouco a pouco ata lograr unha masa suave.

Fórmanse rosquiñas, pónense sobre unha lata engraxada e lévanse ao forno prequentado a 350° por 15 minutos.



Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Esta receita acostumaba facela a miña avoa, gustábame moito cando era unha nena e por iso a elixín para o concurso.

ÁRBORE DE NADAL DE CHOCOLATE E CREMA DE LIMÓN

<p>Nome do prato en galego: Árbore de Nadal de Chocolate e crema de limón</p> <p>Nome do prato na lingua orixinaria: Árbol de navidad de chocolate y crema de limón</p> <p>Lugar de procedencia da receita: Descoñecido</p> <p>Fonte da receita: Familiar</p>	<p>Tipo:</p> <table border="1"> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>entrante</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>sopa</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>sobremesa</td></tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional Nova cociña Cotiá ◆ Celebracións 	<input type="checkbox"/>	entrante	<input type="checkbox"/>	sopa	<input type="checkbox"/>	prato principal	<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa
<input type="checkbox"/>	entrante								
<input type="checkbox"/>	sopa								
<input type="checkbox"/>	prato principal								
<input checked="" type="checkbox"/>	sobremesa								

Autor/a: Carmen Margariña Valderrama Currás Profesora	Idade:
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

H
Z
O
R
M
A
O
Z
H
Z
O
R
M
A
O
Z
H
Z
O
R
M
A
O
Z

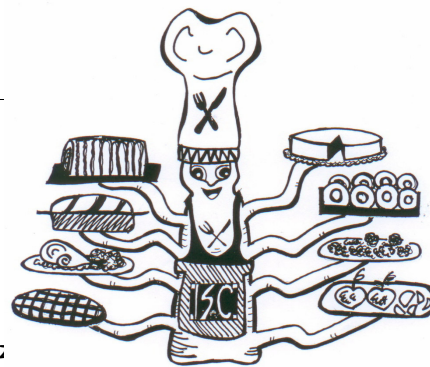
Para o biscoito:
3 ovos
1 iogur natural
1 recipiente do iogur de aceite de oliva
2 recipientes de iogur de azucre
3 recipientes de iogur de fariña para biscoitos (xa contén a lévedo)

Para o recheo:
45 g de manteiga
Zume de 3 limóns
Rela de limón
250 g de azucre
3 ovos

Para cubrir o arbol
Chocolate fondant
Leite
Manteiga

Para adornalo
Cereixas confeitadas vermellas e verdes
Ovo fiado

ELABORACIÓN



Biscoito:

Nun recipiente póñense os ingredientes: o iogur, o aceite, o a: rela de limón, os ovos batidos como para tortilla, revólvese todo e vaixe botando a fariña. Úntase o molde con forma de árbore de Nadal con manteiga e recóbrese de fariña, quitando o sobrante.

Métese ao forno prequentado.

Para o recheo:

Nun cazo derrétese a manteiga, procurando que non ferva, engádese o zume de limón, a rela dos limóns e o azucre, finalmente os ovos batidos como para tortilla.

Ponse un cazo con auga a ferver para rematar de facer a crema ao baño María, dando voltas constantemente durante 15 minutos aproximadamente, ata que espese. Esta crema vértese nun cacharro para que arrefrúe.

Cando o biscoito está frío, divídese en pisos para enchelo coa crema de limón.

Para cubrilo e adornalo:

Faise unha crema de chocolate espesa, cando estea morna cóbrese o biscoito. Para o adorno, como se fosen bolas de Nadal, utilízanse cereixas confeitadas verdes e vermellas, ao redor ponse ovo fiado que se pode comprar, xa que a súa elaboración é complicada.

¡E a comer!

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



En realidade é unha receita que se me ocorreu para celebrar as festas do Nadal e participar todos na elaboración da sobremesa e non mercar todo feito, senón facelo en familia, pasando un tempo divertido, sobre todo cos nenos e nenas que así se acostuman a colaborar para despois compartiren. Foi importante atopar o molde con esta forma e atopámolo xa hai moito tempo en Francia. Supoño que agora aquí xa os haberá.

CARBOEIRAS

Nome do prato en galego: <i>Carboeiras</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Carboneras</i>	<table border="1"> <tr><td></td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td>♦</td><td>prato principal</td></tr> <tr><td></td><td>sobremesa</td></tr> </table>		entrante		sopa	♦	prato principal		sobremesa
	entrante								
	sopa								
♦	prato principal								
	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Calquera lugar na posguerra civil española, pero concretamente Madrid</i>	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Tradicional ♦ Nova cociña ♦ Cotiá ♦ Celebracións 								
Fonte da receita: <i>Familiar</i>									

Autor/a: <i>Carmen Margariña Valderrama Currás</i> Profesora	Idade:
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: <i>Galicia</i>	Cidade ou pobo: <i>Calquera pobo na España da postguerra</i>

***H
Z
G
R
E
D
H
E
Z
M
S***

750 g de Carne de tenreira (hoxe, daquela sería de calquera carne que se atopase)

Allos

Pan trigo duro, mellor gramado

Aceite de oliva

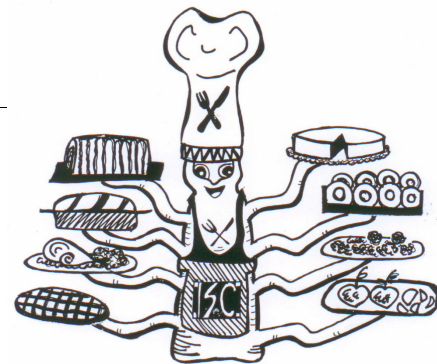
Sal

Viño branco

Vinagre de Xerez

Para a guarnición: arroz, allos, aceite de oliva, sal e auga

ELABORACIÓN



Córtase a carne en bistés moi pequenos e finos.

Nunha tixola, con pouco de aceite de oliva ben quente, pásanse os bisteciños volta e volta. Resérvanse e nunha pota vaise botando o aceite co xugo da carne que esta foi soltando. Pícanse os dentes de allo e dáselle unha pasada polo aceite e zume da carne, cando o allo estea dourado, mestúrase a carne. Resérvase.

Nunha tixola con aceite frítese o pan duro que previamente foi mollado en vinagre, unha vez frito machácase nun morteiro e vértese sobre a carne, engádese viño branco, sal e ponse ao lume ata que a carne estea feita. Se é necesario pódese engadir un pouco de auga para que non quede sen salsa.

Como guarnición preferentemente farase un arroz en branco, pero se se prefire poden ser patacas cocidas ou fritas.

Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:

Esta receita facíase en moitas familias na posguerra española, non sei se se facía antes, pero si me consta que se facía nese tempo. Foi unha etapa difícil para a economía familiar, pois carecíase de moitos produtos, sobre todo en cidades grandes, como era o Madrid da miña infancia, e por esa escaseza que as mulleres agudizaban o enxeño e neste caso, ao ter que utilizar carne que non era de primeira categoría e ademais tiña que render, fixeron receitas como esta que agora vos ofrezco. Con ela conseguiron que o prato fose apetitoso. Penso que as nais e as avoas realmente o conseguiron pois é un prato que creo que gusta a maiores e pequenos. Hoxe podemos poñer carne de primeira calidade co cal o prato mellora considerablemente. Se o realizades faredes unha homenaxe a tódalas mulleres que disfrazaron a triste realidade. Bo apetito.

OVOS MIMOSA

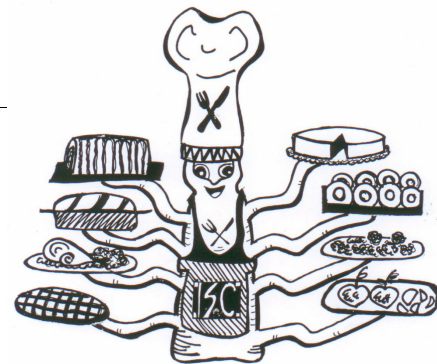
Nome do prato en galego: <i>Ovos mimosa</i>	Tipo:								
Nome do prato na lingua orixinaria: <i>Huevos mimosa</i>	<table border="1"> <tr><td>◆</td><td>entrante</td></tr> <tr><td></td><td>sopa</td></tr> <tr><td></td><td>prato principal</td></tr> <tr><td></td><td>sobremesa</td></tr> </table>	◆	entrante		sopa		prato principal		sobremesa
◆	entrante								
	sopa								
	prato principal								
	sobremesa								
Lugar de procedencia da receita: <i>Descoñecido</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tradicional ◆ Nova cociña 								
Fonte da receita: <i>Señora de pensión</i>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Cotiá ◆ Celebracións 								

Autor/a: Rosa Moldes. Profesora	Idade:
Colaboradores/as:	
País ou zona de procedencia: Galicia	Cidade ou pobo: Pontevedra

H
Z
O
R
A
M
O
S
H
D
H
E
Z
E
S
E
S

12 ovos
1 lata de atún (220 g)
maionesa para encher e para adornar

ELABORACIÓN



Cocemos os ovos (10´) ata que estean duros. Pásanse por auga ata arrefriaren. Pélanse e córtanse pola metade ao longo, separamos as xemas das claras e reservámolas. Mestúranse as xemas (deixando algunhas para adornar) co atún e con maionesa. Énchense os ovos con esta pasta e dámoslles a volta. Cubrimos con maionesa os ovos e relamos por encima as xemas restantes para adornar.

Sérvense nunha fonte con follas de leituga.

En lugar de atún podemos enchelas con marisco, gambas picadas, boi...

Tamén se poden facer con salsa de tomate en lugar da maionesa. Bótase por encima queixo relado coas xemas reladas. Métense no forno un anaco.

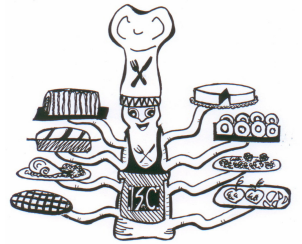
Vivencias persoais, lendas, costumes...

...asociados a esta receita:



Lémbranme a miña época de estudante en Santiago. Facíanolas a señora da pensión no principio da primavera cando xa se comezan a consumir pratos frescos.

PAN DE COELLIÑOS



Reservamos para o final a mención a esta receita preparada polas alumnas Yang Xi Ling e Yang Shu Quing. É unha especie de biscoito moi delicado que podedes ver na correspondente diapositiva do Power Point adxunto. Os pais destas alumnas atópanse de viaxe neste momento e elas non saben traducir os ingredientes, algúns dos cales son, dinnos, difíciles de atopar en Pontevedra. Tampouco saberían traducir con precisión a elaboración deste doce. Cántannos que a súa nai prepárao habitualmente para o almorzo. Poñemos a súa receita tal como a entregaron:

INGREDIENTES :

fariña 300g, leite 220ml, azucre (dependendo do gusto) 干酵母少许、泡打粉少许.

PROCEDIMENTO:

:在面粉中加入适量酵母和少许泡打粉，酵母的用量与发酵时间和发酵温度有关，温度高、发酵时间长，酵母可以少放些，温度低、发酵时间短，就适当多放些酵母。白糖加入鲜奶中，微波加热，使糖溶化，用温奶和面，揉成光滑的面团，静置发酵。

等到面团发酵至原来的两倍大，就可以进行下一步了。我家室温 23~24 度，发酵了两个半钟头。

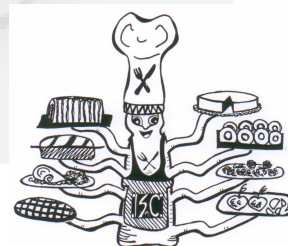
面团擀成薄片，顺长卷起来，切成宽度两厘米左右的馒头坯，用湿布或保鲜膜盖上，静置

把馒头捏成有点小兔子的样,然后点上两只小眼睛。
蒸锅放水烧开，把小馒头摆上，旺火蒸 就可以了，
一定要水烧开后之后再放馒头

É unha sobremesa que antigamente se tomaba o día 15 de agosto (do calendario luar). Segundo contan, había dez soles no ceo, a xente non tiña nada para comer, porque os soles estaban queimando todo o que había na terra. Un día, un valente rapaz chamado HOU YI, que é un bo tirador, colle o seu arco e tira nove frechas máxicas cara aos soles e tira nove. HOU YI coñeceu a unha fermosa moza chamada CHANG e casaron. Pero un día, unha deusa vai á súa casa para agradecerlle o que fixo pola poboación, devulle unha pastilla, para que o converta nun ser inmortal. Como HOU YI non quería separarse da súa muller, devulle a pastilla á muller para que a gardase, pero todo isto viuvo un home mao chamado FENG MENG . E un día (15 de agosto), cando HOU YI saíu de caza, CHANG e quedou soa na casa, entón FENG MENG viu que era o mellor momento para roubar a pastilla. Como a muller non podía con el, tomou ela a pastilla e entón voou cara á lúa, porque é o lugar mais preto á Terra. Cando HOU YI volveu a casa non vía á súa muller, entón as criadas contáronlle todo. Saiu da casa e mirou cara á lúa e viu á súa muller cun coello no brazo dentro da lúa.

CHANG E vive nun palacio moi grande, só ten o coelliño de compañía e estraña moito ao seu marido, todos os días chora, pero non pode ir á Terra velo.

HOU YI, todos os anos no día 15 de agosto sentaba diante da casa para ver a lúa, porque é o día que a lúa é moito mais brillante e redonda e que podía ver á súa muller.





Ti sabes como
comes, pero...

**Como comen
os demais?**



En **Alemania** existen unhas 200 variedades de pan que van do branco ao negro, que xunto á carne fría, os embutidos e o queixo constitúen a forma habitual de cea: *Abendbrot* (pan de tarde)



En **Suecia** as receitas tradicionais consérvanse bastante nos días de festa: na festa de San Xoán consévese arenque marinado con patacas e crema de leite, amorodos e os famosos *schnaps* (augardente) suecos. Pola noite os bailes duran ata o amencer. As mozas novas adoitan poñerse coroas de flores na cabeza.



En **Siria** as festas cristiás ocupan un lugar destacado na gastronomía. En Semana Santa, por exemplo, reúnese toda a familia en comidas que se eternizan durante horas: consévese follas de parra recheas de año, *knafé* montana de pasta brisa sobre a que se verte un xarope de azucre, *silha*, grans de trigo fervidos e azucrados, recubertos con grans de anís.



Os *dolmas* (follas de parra recheas) son o prato **armenio** por excelencia, imprescindibles en todas as festas. Toda a dificultade radica en saber modelalos o suficientemente pequenos para podelos comer dun só bocado. Tralas delicias da mesa chega a hora do café oriental, perfumado con cardamomo, que ten a peculiaridade de deixar pousos no fondo da cunca. Sempre hai algún voluntario disposto a ler o futuro neles, logo dunha boa comida.



Aos cingaleses de **Sri Lanka** encántanlles as especias: follas de curry, cilantro, cúrcuma, grans de cardamomo, xenxibre, canela, comino, pemento, grans de mostaza. Non podemos esquecer o leite de coco, base de toda a comida cingalesa, así como o *dhal* unha especie de lentellas vermellas. Nunha comida cingalesa todos os pratos se serven á vez e consómense sen unha orde precisa.



As comidas familiares en **China** discorren seguindo unhas normas que determinan que os pratos se sirvan todos simultaneamente. O costume é propoñer un prato por comensal, o que supón 10 pratos diferentes para, digamos, 10 persoas; de modo que todos poidan probalos e degustalos, cada un coa súa cunca grande de arroz. "*Qing Mang Yong*" dise no momento de pasar á mesa, que significa "Por favor, deleitarse lentamente" así é como se desexa que aproveite unha comida en China.



Os **xaponeses** raramente se convidan a comer uns a outros posto que a comida xaponesa se prepara sempre no último momento, o que obriga á persoa que convida a pasar o tempo da comida na cociña. A cociña xaponesa é unha viaxe por sutís sabores e aromas. O "*sushi*" é o prato xaponés por excelencia. Existen infinitas variedades: de gambas rosadas, de migas de sunimi, de ovas de salmón...



A única celebración culinaria que non pode pasarse por alto en **Estados Unidos** é a gran festa de Acción de Grazas, o terceiro xoves de Novembro. Todo o país se mobiliza e as familias reúnen ao redor do pavo tradicional. Esta festa, cuxas

orixes se remontan á época en que os indios ensinaron aos colonos a cultivar a terra, instaurouse, din, para celebraren a primeira colleita.



En **Martinica** (Antillas) a preparación da comida é cousa de todos e hai moitos homes que cociñan. A especialidade antillana por excelencia son os *acras* ou chulas. Utilízanse especias ingredientes tanto africanos como orientais. Unha boa comida sempre é unha ocasión para a festa e dise que cando se recibe unha invitación máis vale non comer nos dous días anteriores.



En **Colombia** o arroz con leite de coco esixía, tempo atrás, un esgotador esforzo ás mulleres que tiñan que romper os cocos a marteladas para extraer o leite. Hoxe o leite de coco en conserva faino todo máis fácil. As sobremesas confecciónanse con doce de leite ou froitas: papaia, mango, ananás, froita da paixón.



En **Marrocos** cómese sentados en cómodos coxíns ao redor dunha mesa redonda. Os pratos sérvense en bandexas e cómese coas mans: mellor dito cos tres dedos da man dereita: o polgar, o índice e o corazón. Os días de festa a orde dos pratos é invariable: *bastilla*, *tahinas* e *cuscús*, para acabar con pasteis e té de menta. Nunca termines un prato en Marrocos: significaría que a cociñeira calculou mal e quedouse curta.



En **Níxer** as comidas obedecen a un ritual inmutable: todos os pratos ser serven simultaneamente, as mulleres e os nenos comen nun lado e os homes a outro, sobre unha esteira, ou ao

redor dunha mesa baixa no caso das familias árabes. Cada un sèrvese a comida directamente coa man.



En **Illa Mauricio** os reis da cociña son a cebola, o allo, o xenxibre, pero sobre todo os chiles. Son unha auténtica paixón nacional. É frecuente levar chiles no bolso ao ir a un restaurante por se os pratos non pican o suficiente.



No apartado das especialidades orixinais de **Australia**, cabe citar a carne de avestruz, de quenlla, de crocodilo ou canguro. A quenlla cómese acompañada de patacas fritas , nas *fish and chips shops* que se atopan en todas as praias australianas.

