



gastronomía y fiestas populares / gastronomy and festivities

# CUINA CASOLANA I FESTES POPULARS

Banyeres de Mariola

INTRODUCCIÓ ..... 3

FESTES POPULARS ..... 4

RECEPTES DE TARDOR

- Arròs Caldós ..... 9
- Bajoques Farcides ..... 11
- Gaspaxos ..... 13
- Guisat ..... 15

RECEPTES D’HIVERN

- Borra ..... 17
- Olla de penques ..... 19
- Putxero ..... 21
- Fasedures de carn ..... 23

RECEPTES DE PRIMAVERA

- Arròs al Forn ..... 25
- Coques de farina, tomaca, embotit ..... 27
- Mullao de conill amb tomaca ..... 29

RECEPTES D’ESTIU

- Caragols amb salsa ..... 31
- Coques fregides ..... 32
- Espencat ..... 33
- Pericana ..... 34
- Renyons de Maser ..... 35

DOLÇOS

- Borratxos ..... 36
- Coca d’ametla ..... 37
- Espartero ..... 38
- Magdalenes ..... 39
- Mantecaos ..... 40
- Pastissets de moniato ..... 41
- Rollets d’ametla ..... 42
- Rollets d’anís ..... 43

Editat per: M.I. Ajuntament de Banyeres de Mariola. Regidoria de Turisme.  
Coordinació i redacció: Alicia Ferri  
Fotografia, disseny i maquetació: Lucía Mora (T. 677 134 289)  
Edició: setembre 2011  
Agraïments: Guillermina Barceló, Juan Francisco Martínez, Mª Ángeles Calabuig, Mª Dolores Vañó, Mª José Lladosa i Mª Teresa Belda.  
Revisió de textos: Vicent Berenguer (valencià) i Reme Mataix (anglès).  
Dipòsit legal:

**Establiments col·laboradors:**

**Forns:**

- Forn Federico López: Laporta, 70. Berenguer Mora, s/n. Telf: 965 567 099
- Panadería Mataix: Hernán Cortés, 19. La Creu, 51. Ruperto Chapí, 13. Telf: 965 566 232 / 965 566 162
- Panificadora San Jorge: La Creu, 22. València, 8. Correus, 35. Telf: 965 566 282 / 965 567 229
- Forn Vicente Belda: Plaça Major, 9. Sant Jordi s/n. Avd. Constitució, s/n. Misericòrdia s/n. Villena s/n. Telf: 965 566 354

**Restaurants i bars:**

- Restaurant Ca Cham. Pl. Plàtans, 5. Telf: 966 567 169
- Restaurant Cava's. Av. Constitució, 51. Telf: 630 855 021 [www.cavasbar.com](http://www.cavasbar.com)
- Restaurant l'Alqueria. Ventorrillo, 11. Telf: 965 566 738 [www.alqueriadelpilar.com](http://www.alqueriadelpilar.com)
- Restaurant Mesón El Castillo. Alcoi, 8. Telf: 965 566 746 [www.mesonelcastillo.com](http://www.mesonelcastillo.com)
- Restaurant Pirámide. Pintor Segrelles, 8. Telf: 965 566 471 [www.piramidesl.com](http://www.piramidesl.com)
- Restaurant Venta el Borrego. Ctra. Villena – Ontinyent, km. 8. Telf: 966 567 457 [www.ventaelborrego.com](http://www.ventaelborrego.com)
- Taperia, bocateria, cafeteria 5ª Avenida “más que café”. Av. 9 d’octubre, 8. Telf: 965 566 034

*Nota: Tots els establiments de restauració del municipi han rebut una carta, demanant-los la participació en aquest fullet. La col·laboració ha consistit en la realització dels plats, sense cap tipus de retribució econòmica.*



# INTRODUCCIÓ



**VAL.**

La present guia presenta una selecció de les receptes de cuina més populars així com les tradicions festives que caracteritzen el poble de Banyeres de Mariola.

El contingut està distribuït per estacions a fi que en cadauna es poden apreciar millor les festes d’eixa època i l’ús dels ingredients d’eixa temporada, com per exemple els rovellons a la tardor.

En general, els plats destaquen pel seu caràcter d’interior muntanyenc, on destaquen els arrossos, l’olla i els guisats, per als freds hiverns, així com la carn de conill i corder.

En rebosteria trobem l’ús de l’ametla, molt present en la majoria de receptes, la qual aporta un sabor característic a tots els dolços. D'altra banda, l'oli d'oliva verge és també un ingredient essencial en la nostra cuina, que aporta el seu agradable sabor i per les seues peculiaritats fa que tots els plats siguem únics.

A més d'això, no podem passar per alt l'herbero, la beguda espiritosa per excel·lència del poble, un licor tradicional amb la base d'anís i herbes aromàtiques amb efectes d'un bon digestiu.

**CAS.**

La presente guía presenta una selección de las recetas de cocina más populares, así como las tradiciones festivas que caracterizan al pueblo de Banyeres de Mariola.

El contenido está distribuido por estaciones, con el fin de que en cada una se puedan apreciar mejor las fiestas de esa época y el uso de ingredientes de esa temporada, como por ejemplo las setas en otoño.

En general, los platos destacan por su carácter de interior montañoso. Donde destacan los arroces, la olla y los guisados, para los fríos inviernos, así como la carne de conejo y cordero.

En repostería encontramos el uso de la almendra, muy presente en la mayoría de los platos, que le aporta un sabor característico a todos los dulces. Por otro lado, el aceite de oliva virgen, ingrediente esencial en nuestra cocina, que aporta su agradable sabor y por sus peculiaridades hace que los platos sean únicos.

Además, no podemos pasar por alto el herbero, la bebida espirituosa por excelencia del pueblo, un licor tradicional con la base de anís y hierbas aromáticas, con efectos de un buen digestivo.

**ENG.**

This guide brings the visitors to the festivities and gastronomic traditions of the village.

It is distributed in seasons and in each one we can appreciate the festivities and the use of the ingredients of this period, like the mushroom in autumn.

In general, dishes point out by its mountainous character. We have a lot of rice and stews for cold winters, and meat like rabbit and lamb.

With desserts we use a lot of almonds; it gives a special taste to them. Olive oil, it's an essential ingredient; we appreciate its taste in the dishes.

Moreover, we cannot forget the traditional liquor “l’Herbero” it is composed of dry and sweet anisette macerated with aromatic and medicinal herbs from Sierra de Mariola.

# FESTES TARDOR

VAL.

CAS.

ENG.

## Festes en honor a Santa Llúcia

Aquesta festa es celebra el cap de setmana més pròxim al 13 de desembre (festivitat de Santa Llúcia). Festivitat característica en el municipi i de gran tradició per ser la patrona dels paperers. La festa consta de cercaviles pels carrers del municipi, en la que no pot faltar el carrer de Santa Llúcia, molt present aquestos dies, diana, esmorzar, missa i a la vesprada processó.

Cada dos anys i junt amb aquesta festa, es celebra el concurs de vestits de paper, organitzat pel Museu Valencià del Paper. En la que els dissenyadors visten els models amb les seues creacions i desfilen davant del públic expectant. Aquest concurs és de gran interès per l'originalitat dels seus vestits.

## Fiestas en honor de Santa Lucía

Esta fiesta se celebra el fin de semana más próximo al 13 de diciembre (festividad de Santa Lucía). Festividad característica en el municipio y de gran tradición por ser la patrona de los papeleros. La fiesta consta de pasacalles, diana, almuerzo, misa y por la tarde la procesión.

Cada dos años y junto con esta fiesta, se celebra el concurso de trajes de papel, organizado por el Museu Valencià del Paper. En la que los diseñadores visten a los modelos con sus creaciones y desfilan ante el público expectante. Este concurso es de gran interés por la originalidad de sus trajes.

## Festivity of “Santa Lucia”

At the end of the year, the weekend closest to the 13th of December, we celebrate the festivity of Santa Lucia, patron of the paper industry (one of the most important traditional industries of the village). We celebrate processions, “pasacalle” (an informal parade in the town), the mass... Moreover in the same dates, we celebrate each two years the paper costumes competition “Concurso de Trajes de Papel” organized by the “Museu Valencià del Paper”.



# FESTES HIVERN

VAL.

CAS.

ENG.

## Sant Antoni “El Porquet”

A principis d'any, el cap de setmana més pròxim al 17 de gener, quan el fred encara es deixa sentir amb força, es celebra la festivitat de Sant Antoni ‘El Porquet’, coneguda popularment com el ‘dia de la Llonganissa’, on molts dels habitants del poble es reuneixen al voltant d’una foguera per menjar aquest tipus d’embotit. A més, és la festa dels animals, i es realitza en la plaça major una missa i benedicció d’aquestos. Tradicionalment, per aquesta època es realitzava la matança del porc encara que, en l’actualitat aquesta tradició s’està perdent.

El 19 de març els veïns del carrer **Sant Josep** celebren les seues festes i realitzen una falla en el carrer.

## San Antonio “El Porquet”

A principios de año, el fin de semana más próximo al 17 de enero, cuando el frío todavía se deja sentir con fuerza, se celebra la festividad de San Antonio “El Porquet”, conocida popularmente como el “día de la Longaniza”, donde muchos de los habitantes del pueblo se reúnen tras una hoguera para comer este tipo de embutido. Además, es la fiesta de los animales, y se realiza en la plaza mayor una misa y bendición de éstos. Tradicionalmente por estas fechas se realizaba la matanza del cerdo aunque en la actualidad esta tradición se está perdiendo.

El 19 de marzo los vecinos de la calle **San José** celebran sus fiestas y realizan una falla en la calle.

## Sant Antoni “El Porquet”

At the beginning of the year, the weekend nearest to 17th of January, when it is very cold, we celebrate the festivity of Sant Antoni “El Porquet”, popularly known as “Día de la longaniza”, where a lot of people eat sausages surrounding a bonfire.

Moreover this is the festivity of the animals and we celebrate a mass and blessing for them in the main square.

Traditionally at this date the pig slaughter was made, but today this tradition is getting lost.

19th of March, people of the **“Sant Josep”** street celebrate their festivity and they make a “falla”.



# FESTES PRIMAVERA

VAL.

CAS.

ENG.

## Festes de Moros i Cristians en honor a Sant Jordi

Les festes de moros i cristians que es celebren del 22 al 25 d'abril, en honor al nostre patró Sant Jordi, estan declarades d'Interés Turístico Nacional.

Des de mitjans de març, comencen els actes festers. Cada cap de setmana es celebren les entraetes, desfilades informals nocturnes de les comparses.

El primer dia de festes, comença amb l'ofrena, l'entrada, cercavila... continuant en els dies posteriors amb processons, misses, ambaixades i destacant l'acte de tir de salves als difunts al cementeri, junt amb molts més actes que porten al visitant a gaudir i viure les festes.

El segon cap de setmana de maig, es celebra al carrer **Desemparats** aquesta festivitat.

## Fiestas de Moros y Cristianos en honor a San Jorge

Las fiestas de moros y cristianos que se celebran del 22 al 25 de abril, en honor a nuestro patrón San Jorge, están declaradas de Interés Turístico Nacional.

Desde mediados de marzo, empiezan los actos festeros. Cada fin de semana se celebran las entraetas, desfiles informales nocturnos de las comparsas.

El primer día de fiestas, empieza con la ofrenda, la entrada, retretas... continuando en los días posteriores con procesiones, misas, embajadas y destacando el acto de disparo de salvas a los difuntos en el cementerio, junto con muchos más actos que llevan al visitante a disfrutar y vivir las fiestas.

El segundo fin de semana de mayo, se celebra en la calle **Desamparados** esta festividad.

## Moors and Christians in honour to the patron “Sant Jordi”

The Moors and Christians is the most important festivity celebrated in Banyeres de Mariola. It is declared of National Tourist Interest and it takes place between April the 22nd and 25th. From March to April, every weekend we have the “entraetas” (informal parades).

From 22nd to 25th different acts, which invite the visitors to enjoy and to be influenced by the feeling, are celebrated: processions, embassies (embajadas), the flower offering (ofrenda), the high mass, and we have to point out the act of the gun salute to the deceased at the cemetery.

The second weekend of May, people of the “**Desamparados**” street celebrate their festivity.



# FESTES ESTIU

VAL.

CAS.

ENG.

## Festes en honor a Santa Maria Magdalena

Durant tot el mes de juliol, tenen lloc a Banyeres les festes en honor a **Santa Maria Magdalena**, patrona del municipi, festes de gran tradició i celebració. Es realitzen activitats de qualsevol tipus, culturals, religioses i festives, com concerts, correfocs (desfilada de dimonis amb focs artificials), processons, fira i mercat medieval.

A més, cada tres anys es celebra una representació de la ‘**Llegenda de Sant Jordi, el drac i la princesa**’, en la qual participen més de dos-cents actors, tots ells de Banyeres.

L'últim cap de setmana de juny es celebra en el carrer **San Pere** aquesta festivitat.

El 15 de agost es celebra en el barri de La Cope les festes en honor a la **Mare de Déu d'Agost**, amb activitats per a xiquets, desfiles de disfresses...

## Festes en honor a la Relíquia de Sant Jordi

Tenen lloc el primer cap de setmana del mes de setembre. Es commemora l'arribada de la Relíquia de Sant Jordi a la població l'any 1780, traslladada des de Roma pel pare Juan Bautista Doménech. Per aquest motiu es tornen a celebrar festes igual que els dos primers dies de les festes de moros i cristians d'abril. Els festers es tornen a enfilar el tratge i a reviuire la màgia d'eixos dies.

El cap de setmana més pròxim al 8 de setembre es celebra al carrer **Misericòrdia** aquesta festivitat.

## Fiestas en honor a Santa María Magdalena

Durante todo el mes de julio, tienen lugar en Banyeres las fiestas en honor a **Santa María Magdalena**, patrona del municipio, fiestas de gran tradición y celebración.

Se realizan actividades de todo tipo, culturales, religiosas y festivas, como conciertos, correfocs (desfile de demonios con fuegos artificiales), procesiones, feria y mercado medieval...

Además, cada tres años se celebra una representación de la “**Llegenda de Sant Jordi, el drac i la princesa**”, en la cual participan más de doscientos actores, todos ellos de Banyeres.

El último fin de semana de junio, se celebra en la calle **San Pedro** esta festividad.

El 15 de agosto se celebra en el barrio de La Cope las fiestas en honor a la “**Mare de Déu d'Agost**”, con actividades para niños, desfiles de disfraces...

## Fiestas en honor a la Reliquia de San Jorge

Tienen lugar el primer fin de semana del mes de septiembre. Se conmemora la llegada de la Reliquia de Sant Jordi a la población en el año 1780, trasladada desde Roma por el padre Juan Bautista Doménech. Por este motivo se vuelven a celebrar fiestas igual que los dos primeros días de las fiestas de moros y cristianos de abril. Los festeros se vuelven a enfilar el traje y a revivir la magia de esos días.

El fin de semana más próximo al 8 de septiembre se celebra en la calle **Misericordia** esta festividad.

## Festivity in honour of the patron Santa Maria Magdalena

In July we celebrate the festivity in honour of the patron **Santa Maria Magdalena**. Every weekend different cultural, religious and festive activities like: concerts, processions, “correfocs” (fire show), and a medieval market are celebrated.

Moreover, in the same dates, we celebrate each three years the representation of the “**Llegenda de Sant Jordi, el drac i la princesa**” (a theatre of the Saint George legend)

The last weekend of June, people of the “**San Pedro**” street celebrate their festivity.

The 15th of August, people of the La Cope neighbourhood celebrate the festivity in honour of the “**Mare de Déu d'Agost**”, with children activities...

## Reliquia festivity

The first weekend in September, the commemoration of the arrival, in 1780, at Banyeres of the Relic of Sant Jordi is celebrated. We celebrate the two first days of the festivity of Moors and Christians in honour of our patron.

The weekend closest to the 8th of September, people of the “**Misericordia**” street celebrate their festivity.



# ARRÒS CALDÓS



VAL.

400g d'arròs • Mig conill trossejat • 100g de pollastre trossejat • 1 tomaca ratllada • 2 alls • 100g de bajoquetes • 100g de garrofó • 1 litre i mig d'aigua • Sal, safrà i pebre roig • 4 cullerades d'oli d'oliva • Opcional: afegir bolets de temporada.

Posar en un olla oli a calfar i sofregir la carn fins que estiga daurada. Reservar. Fer un sofregit amb la tomaca i els alls picats. Afegir la carn reservada i la resta de la verdura.

Introduir l'aigua. Aromatitzar amb el safrà, la sal i el pebre roig. Coure durant 30 minuts. Afegir l'arròs i deixar coure 20 minuts.

CAS.

400g de arroz • 1/2 conejo troceado • 100g de pollo troceado • 1 tomate rallado • 2 dientes de ajo • 100g de judías verdes • 100g de garrofón • 1 litro y medio de agua • Azafrán, sal i pimentón rojo • 4 cucharadas de aceite de oliva virgen • Opcional: setas de temporada.

Sofreír la carne, y cuando esté dorada, retirarla y reservarla. Elaborar un sofrito con el tomate y el ajo picado. Añadir la carne antes reservada y el resto de la verdura.

Introducir el agua. Aromatizar con el azafrán, el pimentón rojo y rectificar de sal. Cocer durante 30 minutos. Añadir, ahora, el arroz y cocerlo durante 20 min.

ENG.

400g of rice • 1/2 pieced rabbit • 100g of pieced chicken • 1 grated ripe tomato • 2 cloves of garlic • 100g of green bean • 100g of dry beans • 1,5 litres of stock (made with boil beans) • Salt, saffron and paprika • 4 spoon of olive oil • Optional: add some mushrooms.

Fry the meat until it is well toasted. Take the meat out and fry the tomato and the cloves of garlic. Add the meat with the other vegetables and add the water with the salt, saffron and paprika.

Cook for 30 minutes. Add the rice and cook for 20 minutes.



En setembre, qui tinga blat que sembre

# BAJOQUES FARCIDES



## VAL.

4 bajoques roges grosses • 200g de carn picada • 400g d'arròs • 1 tomaca gran ratllada • 4 o 5 alls • 8 cullerades soperes d'oli d'oliva • 1 got d'aigua • Sal i una culleradeta de pebre roig.

Rentar les bajoques i tallar-les per la part del peduncle deixant-ne una part de tapa, reservada.

En una paella o perol posar l'oli a calfar i fregir els alls sense daurar-los massa. Afegir la carn picada i sofregir. Afegir la tomaca i sofregir-la. Afegir el pebre roig i remenar. Afegir l'arròs, sofregir-lo, donant-li unes voltes perquè s'impregne dels sabors. Salar.

Farcir les bajoques amb tota la mescla anterior i tapar-les amb la tapa reservada. Embolicar-les amb paper d'alumini individualment. Calfar el forn a 200°C.

Col·locar-les en una cassola de fang i deixar coure 45 minuts per cada costat a 175°C.

## CAS.

4 pimientos rojos grandes • 200g de carne • 400g de arroz • 1 tomate grande rallado • 4 o 5 ajos • 8 cucharadas soperas de aceite de oliva • 1 vaso de agua • Sal y una cucharadita de pimentón rojo.

Limpiar los pimientos y cortarles la parte superior, reservando la tapa.

En una cacerola poner aceite a calentar y freír los ajos sin dorarlos demasiado. Añadir la carne picada y darle unas vueltas. Añadir el tomate y sofreírlo. Añadir el pimentón rojo y remover. Añadir el arroz y sofreír, dándole unas vueltas para que se impregne de sabores. Salar.

Rellenar los pimientos con toda la mezcla anterior y taparlos con su propia tapa. Envolverlos con papel de aluminio individualmente. Precalentar el horno a 200°C.

Colocar los pimientos en una cacerola de barro y dejar cocer 45 minutos por cada lado a 175°C.

## ENG.

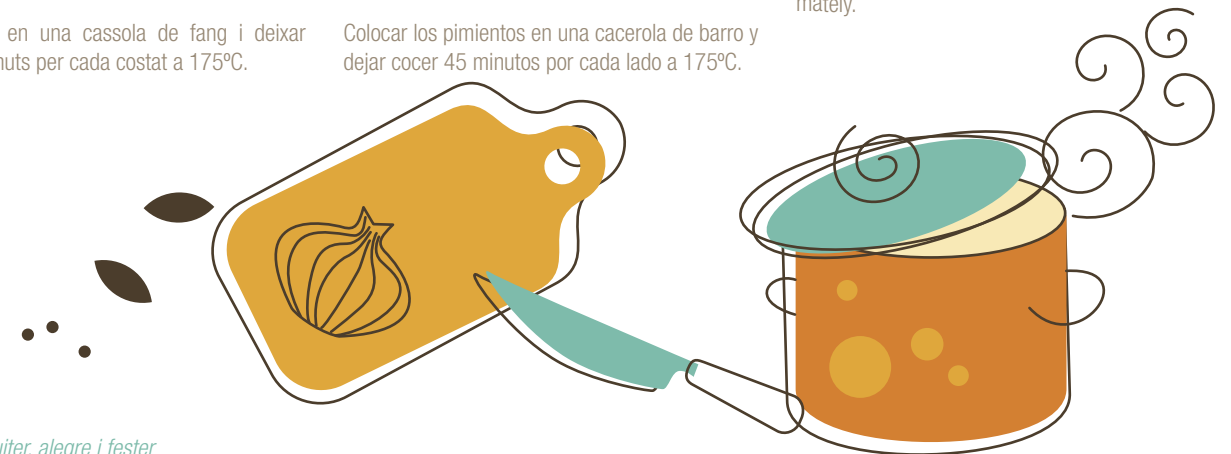
4 large red peppers • 200g of ground beef • 400g of rice • 1 ripe tomato • 8 spoons of olive oil • 4 or 5 garlic cloves • A water glass • Salt and paprika.

Clean the red peppers and cut them from the top, making a circular cut and removing a “lid” which is put to one side.

Place the oil in a pan and when it is hot add the garlic and the ground beef. When half done add the tomato and fry it. Add the rice. Add the paprika and salt. Remove it.

Stuff the peppers with the other ingredients. Pre-heat the oven at 200°C.

Cover the peppers with aluminium foil, put in the oven at 175°C and cook for 90 minutes approximately.



*Setembre fruitar, alegre i fester*

# GASPATXOS

## VAL.

Mig conill de camp o mitja llebre i fetge de conill • 1 perdiu • 100g de caragols, rentats i engan-yats • 200g de rovellons • 1 ceba gran ratllada • 1/2 tomaca madura ratllada • 1 cabeça d'all • 1 fulla de llorer • 2 litres d'aigua • Oli d'oliva • Sal i pebrella al gust • Coca de gaspatxos.

Posar l'oli en un perol fondo. Sofregir els alls i reservar-los. Afegir el conill, el fetge i la perdiu trossetjats. Sofregir-los fins que estiguen ben daurats. Reservar el fetge. Afegir la tomaca i sofregir-la i remoure. Afegir l'aigua, la cabeça d'all, la fulla de llorer i els caragols. Deixar coure.

Colar el caldo i reservar-lo. Llevar els ossos de carn i trossetjar-la. En un paelló ficar oli a calfar. Afegir i sofregir la ceba fins que estiga ben daurada. Afegir els rovellons i sofregir-los un poquet. Afegir la carn i donar-li voltes. Afegir la pebrella, els caragols i el caldo reservat. Salar.

Picar en el morter els alls, i el fetge reservats. Afegir al paelló. Deixar coure 10 minuts. Afegir les coques trossejades, rectificar de sal, i deixar al foc fins que estiguen cuites.

## CAS.

1/2 conejo de campo o 1/2 liebre y un hígado de conejo • 1 perdiz • 100g de caracoles, limpios y engañados • 200g de níscales • 1 cebolla grande cortada • 1/2 tomate maduro rallado • 1 cabeza de ajos y 1 hoja de laurel • 2 litros de agua • Aceite de oliva • Sal y pebrella • Coca de gazpachos.

Poner el aceite en una cacerola honda. Sofreír los ajos y reservarlos. Añadir el conejo, el hígado y la perdiz troceados. Sofreírlos hasta que estén bien dorados. Reservar el hígado. Añadir el tomate y sofreírlo. Añadir el agua, la cabeza de ajos, la hoja de laurel y los caracoles. Dejar cocer.

Colar el caldo y reservarlo. Quitar los huesos de la carne y desmenuzarla. En una sartén poner aceite a calentar. Añadir y sofreír la cebolla hasta que esté bien dorada. Añadir los níscales y sofreírlos un poco. Añadir la carne y remover. Añadir la pebrella, los caracoles y el cado reservado. Salar.

Picar en el mortero los ajos y el hígado reservado. Añadir a la sartén. Dejar cocer 10 minutos. Añadir las cocas troceadas, rectificar de sal y dejar al fuego hasta que estén cocidas.

## ENG.

1/2 rabbit and a liver of rabbit • 1 partridge • 100g of clean and deceived snails • 200g of mushrooms (niscalos) (milk cap) • 1 grated onion • 1/2 grated ripe tomato • 1 head of garlic and 1 bay leaf • 2 litres of water • Olive oil • Salt and "pebrella" • Torta de gazpacho (farmhouse bread).

Put oil in a clay casserole until it covers its base. Fry the sliced garlic and reserve. Add the sliced rabbit, the liver and the sliced partridge. Fry them and when it is ready set apart the liver. Add the tomato and fry. Add the water, the head of garlic, the bay leaf and the snails. Cook them.

Strain the soup and set apart. Take out the meat bones and break it into small pieces. Put oil in a pan, fry the onion, add the mushrooms and fry them. Add the meat and stir it. Add the "pebrella", the snails, and the soup.

Crush a head of garlic and the liver in a mortar. Add to the pan. Cook it 10 minutes. Add the sliced pie, salt and cook them until they are ready.



*Quan octubre es fa fosc, ni dona ni caragol*

# GUISAT

## VAL.

400g de vedella per a guisar • 2 creïlles grans pelades i tallades a trossos • 1 safanòria • 1 tomaca madura • bajoquetes prèviament cuites • 1 ceba mitjana tallades a trossos • 1 cabeça d'allis • 12 cullerades soperes d'oli d'oliva • Sal al gust • 1 fulla de llorer • 700ml d'aigua • 1 copa de vi blanc o conyac.

En una cassola ficar l'oli a calfar. Afegir la vedella a trossos i sofregir-la. Afegir la cabeça d'allis i la fulla de llorer. Sofregir-les.

Afegir la ceba, la safanòria i les bajoquetes i pegar-li voltes, afegir la tomaca i acabar de sofregir-les. Afegir el conyac o vi blanc i remoure. Coure fins que es consumisca.

Afegir l'aigua, la sal i deixar coure fins que la carn estiga tendra. Fregir les creïlles i afegir-les 15 minuts abans que s'acabe la cocció.

## CAS.

400g de ternera • 2 patatas grandes peladas y cortadas a trozos • 1 zanahoria • 1 tomate maduro • judías verdes cocidas • 1 cebolla mediana cortado a trozos • 1 cabeza de ajos • 12 cucharadas soperas de aceite de oliva • Sal • 1 hoja de laurel • 700 ml de agua • una copa de vino blanco o coñac.

En una cacerola poner el aceite a calentar. Añadir la ternera a trozos y sofreírla. Añadir la cabeza de ajos y la hoja de laurel. Sofreírlas.

Añadir la cebolla, la zanahoria y las judías verdes, sofreír un poco, añadir el tomate y terminar de sofreír. Añadir el vino blanco o el coñac y remover. Cocer hasta que se consuma.

Añadir agua, sal y dejar cocer hasta que la carne este tierna. Freír las patatas y añadirlas 15 minutos antes de terminar la cocción.

## ENG.

400g of veal • 2 peeled potatoes • 2 carrots • 1 ripe tomato • boiled green beans • 1 onion • 1 head of garlic • 12 spoons of olive oil • Salt • 1 bay leaf • 700ml of water • 1 glass of with wine or cognac.

Put oil in a clay casserole. Fry the veal. Add the head of garlic and the bay leaf.

Add the onion, the carrots and the boiled green beans and fry them. Add the tomato and the white wine/cognac, leave it boil to reduce the liquid.

Add the water and salt and leave until the meat is done. Fry the potatoes and add in the last 15 minutes.



*Si per novembre trona, la collita serà bona*

# BORRA

## VAL.

200g de bacallà anglès • 300g d'espínacs rentats i escorreguts • 2 nyores • 1 tomaca ratllada • 2 creïlles mitjanes, pelades i tallades a trossos • 1 ceba gran (opcional) • 1 cabeça d'all sencer • 6 cullerades soperes d'oli d'oliva • 800ml d'aigua • Sal al gust, safrà i una culleradeta de pebre roig • 4 fulles de llorer • 1 ou per persona.

En una cassola, ficar en cru tots els ingredients excepte els ous. Cobrir amb aigua. Coure durant, més o menys 50 minuts a poc foc. Comprovar si està tot cuit. Rectificar de sal.

Deixar caure els ous sencers en l'últim moment. Coure'ls i servir.

## CAS.

200g de bacalao inglés • 300g de espinacas limpias y escurridas • 2 ñoras • 1 tomate rallado • 2 patatas medianas, peladas y cortadas a trozos • 1 cebolla grande (opcional) • 1 cabeza de ajos • 6 cucharadas soperas de aceite de oliva • 800ml de agua • Sal al gusto, azafrán y una cucharada de pimentón rojo • 4 hojas de laurel • 1 huevo por persona.

Poner en una cacerola todos los ingredientes menos los huevos. Cubrir con agua. Cocer aprox. 50 minutos a fuego lento. Comprobar si está cocido y rectificar de sal.

Dejar caer los huevos enteros en el último momento. Cocerlos y servir.

## ENG.

200g of cod • 300g of spinach • 2 ñoras (dry peppers) • 1 grated tomato • 2 potatoes • 1 onion • 1 head of garlic • 6 spoons of olive oil • 800ml of water • Salt, saffron and a little spoon of paprika • 4 bay leaves • 1 egg per person.

Put in a pot the ingredients except the eggs. Cover with water and boil for 50 minutes on a low fire.

Drop the eggs in the last moment, cook them and serve.



*Desembre nevà, any per al blat*

# OLLA DE PENQUES


**VAL.**

400g de fesols blancs • 200g de costelles de porc • 200g de manetes de porc • 200g de penques • 3 botifarres de carn (opcional) • 2 creïlles tallades a trossos • 200g d'arròs • Aigua, sal i safrà • 1 cullerada de pebre roig.

El dia anterior, posar els fesols a remulla, canviant-los l'aigua dos o tres vegades.

En una olla posar en cru els fesols, la carn (excepte les botifarres), les penques i l'aigua. Deixar coure a foc lent fins que tot estiga cuit. Afegir aigua de tant en tant per conservar la quantitat de caldo de l'olla. Afegir sal, safrà i pebre roig.

Quan la carn estiga quasi cuita afegir l'arròs, les creïlles, les botifarres (opcional) i l'arròs. Deixar coure fins que tot estiga tendre.

**CAS.**

400g de alubias • 200g de costillas de cerdo • 200g de manitas de cerdo • 200g de pencas • 3 morcillas de carne (opcional) • 2 patatas cortadas a trozos • 200g de arroz • Agua, sal y azafrán • 1 cucharadita de pimentón rojo.

El día anterior poner las alubias a remojo, cambiando el agua dos o tres veces.

En una olla poner en crudo las alubias, la carne (excepto las morcillas), las pencas y el agua. Dejar cocer a fuego lento hasta que este cocido. Añadir el agua de tanto en tanto para conservar la cantidad de caldo de la olleta. Añadir sal, azafrán y el pimentón rojo.

Cuando la carne esté casi cocida añadir las patatas, el arroz, las morcillas (opcional) y el arroz. Dejar cocer hasta que todo este tierno.

**ENG.**

400g of dry beans • 200g of ribs • 200g of pig's trotters • 200g of chards • 3 blood sausages (optional) • 2 potatoes • 200g of rice • Water, salt, saffron and paprika.

At night, put the dry beans in to soak and change the water 2 or 3 times.

Put in a pot with cold water the dry beans, the meat (except the blood sausages) and the chards. Boil it until they are boiled. Add the water consumed. Add the salt, saffron and the paprika.

When the meat is ready add the potatoes, the rice, the blood sausages (optional) and the rice and cook on a low fire until they were boiled. You have to take into account that it is a semi-soupy dish.



*A Nadal l'all al bancal*



# PUTXERO



| VAL. | CAS. | ENG. |
|------|------|------|
|------|------|------|

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 tros de vedella, 1 tros de magre de porc 1 tros de corder (s'utilitza la part mes melosa, que és el "garró") • 1 os de porc i 1 tros de cansalada • 1 tros de cuixot en dau • 1 pit i una ala de gallina • 1 o 2 botifarres de carn • 200g de cigrons • 2 penques a trossos, 1 xirivia, 2 naps i 1 moniato • 4 creïlles mitjanes • Sal i safrà • 2,5l d'aigua. | 1 trozo de ternera, 1 trozo de magro de cerdo y 1 trozo de cordero (se utiliza la parte más tierna que es la garreta) • 1 huesos de cerdo • 1 trozo de panceta • 1 trozo de jamón serrano en taco • 1 pecho y ala de gallina • 1 o 2 morcillas de carne • 200g de garbanzos • 2 pecas a trozos, una chirivía, 2 nabos, 1 boniato • 4 patatas medianas • Sal y azafrán • 2,5l de agua. | 1 peace of veal, 1 peace of pork and 1 peace of lamb • 1 bone of pork and 1 peace of bacon • 1/4 of chicken • 1 peace of parma ham • 1 or 2 blood sausages • 200g of chickpeas • 2 chards, 1 parsnip, 2 turnips, 1 sweet potato • 4 potatoes • Salt and saffron • 2,5l of water. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| La nit anterior es posen els cigrons a remullar.<br>Les penques una vegada netes i tallades, cal fregar-les amb sal, posar-les amb un poc d'aigua i deixar-les reposar per a llevar-los l'amargor.<br>Es pelen les creïlles, la xirivia, els naps i el moniato.<br>Si es fa amb l'olla descoberta cal posar primer les distintes carns i els cigrons a bullir. Salar i coure durant hora i mitja. Anar llevant la bromera que es forma perquè el caldo estiga net.<br>Després afegir les verdures, sense les creïlles. Coure uns 3/4 d'hora més i afegir les creïlles i les botifarres de carn. Seguir coent fins que estiguen tots els ingredients a punt. | Poner la noche anterior los garbanzos en remojo.<br>Las pencas, se limpian y se trocean, se friegan con sal, se ponen con un poco de agua y se dejan en remojo para quitarles la amargura.<br>Se pelan las patatas, la chirivía, los nabos y el moniato.<br>Si se hace con la olla descubierta hay que poner primero toda la carne con los garbanzos a hervir. Salar y dejar cocer durante 1 hora y media. Hay que ir quitando la espuma que se forma para que el caldo salga limpio.<br>Después añadir las verduras, sin las patatas. Cocer 3/4 de hora y añadir las patatas y las morcillas. Seguir cociendo hasta que estén todos los ingredientes a punto. | Soak the chickpeas overnight in warm water with a little salt. Next day remove and drain them.<br>Clean the chards. Soak them with water and salt a few hours.<br>Peel the potatoes, the parsnip, the turnip and the sweet potato.<br>Place the meat and the chickpeas to boil, leave for 1 hour and a half. Take out the foam.<br>Add the vegetables without the potatoes, boil them 45 minutes, then add the potatoes and the blood sausages. Boil them until they are ready. |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



A Banyeres pins, vins i comins



# FASEDURES DE PUTXERO



VAL.

CAS.

ENG.

1/2 quilo de carn capolada (porc o porc amb ve-della) • 1 o 2 ous • 150g de pa mullat amb aigua • Pa ratllat • Pinyons • Sal • Suc de llima • Julivert i canella.

1/2 k. de carne picada (cerdo o cerdo con vaca) • 1 o 2 huevos • 150g de pan remojado con agua • Pan rallado • Piñones • Sal • Zumo de limón • Perejil y canela.

1/2 k of ground pork • 1 or 2 eggs • 150g of bread with water • Breadcrumbs • Pine kernel • Salt • Juice of lemon • Parsley and cinnamon.

Ficar a remulla el pa i escórrer-lo ben escorregut. Pastar tots els ingredients (menys el suc de llima) procurant que no queden grumolls. Rectificar de sal. La massa no ha d'estar dura.

Poner a remojo el pan y escurrirlo bien. Pastar todos los ingredientes procurando que no se queden grumos (menos el zumo de limón). Rectificar de Sal. La masa no tiene que estar dura.

Soak the bread and drain it.Mix all the ingredients except the lemon juice. Add the salt. This dough has to be soft.

Fer les fasedures, perquè no es desfacen, una vegada donada la forma, passar-les per suc de llima. Coure-les en el caldo de l'olla de putxero.

Hacer las pelotas, para que no se deshagan, una vez dada la forma, pasarlas por zumo de limón. Cocerlas con el caldo de la olla del putxero.

Make meatballs and pass them by the lemon juice. Add to the pot these meatballs and boil them.



Dins Gener ja floreix l'ametler

# ARRÒS AL FORN

## VAL.

1/2 quilo de costelles de porc • 2 botifarres de carn • 400g d'arròs • 200g de cigrons cuits • 1 creïlla pelada i tallada a rodanxes fines • 1 tomaca partida i 1/2 tomaca ratllada • 1 cabeça d'all • 10 cullerades soperes d'oli d'oliva • 2 tasses per persona d'aigua calenta • Sal i safrà i 1 cullerada de pebre roig.

En una paella posar l'oli a calfar. Sofregir les rodanxes de creïlla. Reservar-les. Sofregir la cabeça d'all sencera. Reservar-la. Sofregir la tomaca partida i reservar-la. Sofregir les costelles ben daurades.

Afegir les botifarres i la tomaca ratllada i sofregir-la. Afegir el pebre roig i remoure. Afegir l'arròs i sofregir amb atenció i remoure per a que es mesclen els sabors.

Posar tot el sofregit en la cassola de fang. Afegir l'aigua calenta amb el safrà. Rectificar de sal.

Posar els cigrons repartits per tota la cassola, en el centre la cabeça d'all i les dues mitges tomaques per damunt, amb gràcia afegir les creïlles.

Ficar-ho al forn ja calent i a temperatura mitjana (180°C), de dos a tres quarts d'hora, fins que l'arròs estiga cuit.

## CAS.

1/2 k de costillas de cerdo • 2 morcillas de carne • 400g de arroz • 200g de garbanzos cocidos • 1 patata pelada y cortada a rodajas finas • 1 tomate partido y 1/2 tomate rallado • 1 cabeza de ajos • 10 cucharadas soperas de aceite de oliva • 2 tazas por persona de agua caliente • Sal y azafrán al gusto y una cucharada de pimentón rojo.

En una sartén poner el aceite a calentar. Sofreír las rodajas de patata y reservarlas. Sofreír la cabeza de ajos entera y reservarla. Sofreír el tomate partido y reservarlo. Sofreír las costillas bien doradas.

Añadir la morcilla de carne y añadir el tomate rallado y sofreír. Añadir el pimentón rojo y remover. Añadir el arroz, sofreír con atención y remover para que se mezclen los sabores.

Colocar todo lo sofrito en una cazuela de barro. Añadir el agua caliente y el azafrán. Rectificar de sal.

Colocar los garbanzos repartidos por toda la cazuela, en el centro la cabeza de ajos y las 2 mitades del tomate y por encima las cortadas de patata.

Poner al horno ya caliente y a temperatura media (180°C) entre 30 y 45 minutos, hasta que el arroz este cocido.

## ENG.

1/2 k of pork ribs • 2 blood sausages • 400g of rice • 200g of cooked chickpeas • 1 sliced potato • 1 sliced tomato and 1 grated tomato • 1 head of garlic • 10 spoons of olive oil • 2 cups of warm water • Salt, saffron and paprika.

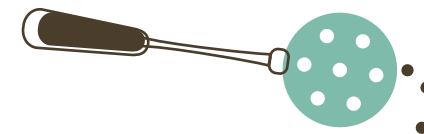
Put oil in a clay casserole and fry the potato. Set apart. Fry the head of garlic and set apart. Fry the sliced tomato and set apart. Fry the pork ribs until it is well toasted.

Add the blood sausages and fry them. Add the grated tomato and fry them. Add the paprika and remove. Add the rice and remove.

Put all the fried ingredients in a casserole and add the water, the saffron and the salt.

Put the chickpeas, the head of garlic (in the middle of the casserole), the sliced tomato and the potato on top of the rice.

Put in the oven at 180°C and cook for 30 or 40 minutes approximately, until it is golden brown on top.



En març ni molles ni espart





# COQUES DE FARINA, TOMACA, EMBOTIT



VAL.

CAS.

ENG.

500g de farina forta • 25g de llevat de forner • 1/2 got d'aigua tèbia i sal • 1/4 got d'oli d'oliva • Sal al gust • Llonganisses, tomaca, farina.

500g de harina fuerte • 25g de levadura de panadero • 1/2 vaso de agua tibia i sal • 1/4 vaso de aceite de oliva • Sal al gusto • Longanizas, tomate, harina.

500g of flour • 25g of fresh yeast • 1/2 glass of warm water and salt • 1/4 glass of olive oil • Salt • Sausages, tomato, flour (only one thing).

Desfer el llevat amb mig got d'aigua tèbia. Afegir-lo a la farina, prèviament salada.

Deshacer la levadura con el medio vaso de agua tibia. Añadirlo a la harina, previamente salada.

Melt the fresh yeast with the warm water. Add the flour with salt.

Pastar durant uns 10 o 15 minuts fins que la massa no es pegue a les mans. Tornar a pastar, incorporant poc a poc l'oli d'oliva.

Pastar durante 10 ó 15 minutos hasta que la masa no se pegue a las manos. Volver a pastar, incorporando poco a poco aceite de oliva.

Graze during 10 or 15 minutes. Graze adding the olive oil.

Deixar que la massa es faça “bona” deixant-la reposar fins que puge i doble el seu volum. Ha d'estar, ben tapada en una safa coberta amb un drap de fil i en un ambient caldejat, de 30 a 40 minuts.

Dejar que la masa se haga “buena” dejándola reposar hasta que suba y doble su volumen. Tiene que estar bien tapada en una zafa cubierta con un trapo de hilo y en ambiente caldeado, de 30 a 40 minutos.

Let the dough stand until it turns the volume up. It should be in a vat with a cloth during 30 or 40 minutes.

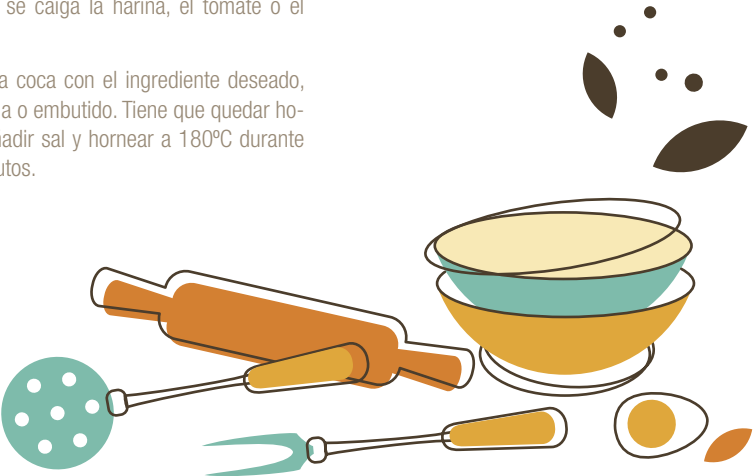
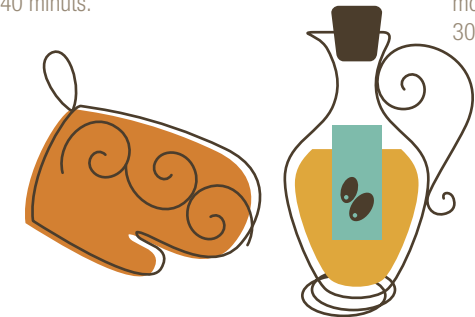
Estendre la massa cobrint tota la superfície i procurant que les vores queden més altes perquè no caiga la farina, la tomaca o l'embotit.

Extender la masa cubriendo toda la superficie y procurando que los bordes queden más altos para que no se caiga la harina, el tomate o el embutido.

Form a circle with the dough and add the tomato, or the flour or the sausages over it. Bake in the oven at 180°C, 30 or 40 minutes.

Cobrir tota la coca en l'ingredient desitjat (tomaca ratllada, farina o embotit) té que quedar homogeni. Afegir sal i enfornar a 180°C durant 30 o 40 minuts.

Cubrir toda la coca con el ingrediente deseado, tomate, harina o embutido. Tiene que quedar homogéneo. Añadir sal y hornear a 180°C durante 30 ó 40 minutos.



Per San Jordi, espiga l'ordi, i per San Marc, espiga el blat



# MULLAO DE CONILL AMB TOMACA



VAL.

CAS.

ENG.

1 conill tallat en trossos menuts • Dos o tres tomaques grossos, madures i ratllades • 3 o 4 dents d'all • 100g de bajoca roja • 100g de bajoca verda • Julivert i timonet • Oli d'oliva, sal i sucre.

1 conejo cortado en trozos pequeños • 2 o 3 tomates grandes, maduros y rallados • 3 o 4 dientes de ajo • 100g de pimiento rojo • 100g de pimiento verde • Perejil i tomillo • Aceite de oliva, sal y azúcar.

1 Rabbit cut into pieces • 2 or 3 grated ripped tomatoes • 3 or 4 cloves of garlic • 100g of red pepper • 100g of green pepper • Parsley and thyme • Olive oil, salt and sugar.

Sofregir els trossos de conill en oli abundant. Reservar-los. En el mateix oli posar la tomaca i fregir-la a foc molt lent. Afegir-li el sucre i la sal.

Sofreír los trozos de conejo en aceite abundante. Reservarlos. En el mismo aceite poner el tomate y freírlo poco a poco. Añadiéndole el azúcar y la sal.

Put oil in a clay casserole and fry the rabbit. Reserve it. Fry the tomatoes and add salt and sugar. Fry the peppers.

Sofregir la bajoca roja i la bajoca verda.

Sofreír el pimiento rojo y el pimiento verde.

Crush the cloves of garlic and the parsley in a mortar and add to the casserole with the thyme.

Picar en el morter els alls i el julivert, afegir-la amb un poc de timonet al fregit. Deixar coure uns minuts. Rectificar de sal.

Picar en el mortero los ajos y el perejil, añadirlo junto con un poco de tomillo al sofrito. Dejar cocer unos minutos. Rectificar de sal.

Add the rabbit. Remove. Cook them until they are ready.

Afegir els trossos de conill i tapar. Remenar de tant en tant per que no es creme la tomaca. Quan la tomaca i l'oli comencen a separar-se retirar-ho del foc.

Añadir los trozos de conejo y tapar. Remover para que no se queme el tomate. Cuando el tomate y el aceite empiecen a separarse, retirarlo del fuego.



Cada cosa al seu temps i per maig cireres



# CARAGOLS AMB SALSA



VAL.

CAS.

ENG.

1/2 quilo de caragols • 2 tomaques rallades • 100g de cuixot a trossos xicotets • 1 tros de vitet • Un manoll d'herba-sana • 1 cullerada de farina • Sal i julivert • 6 cullerades d'oli d'oliva.

1/2 k de caracoles • 2 tomates rallados • 100g de jamón a trozos pequeños • 1 guindilla • Un manojo de hierbabuena • 1 cucharada de harina • Sal y perejil • 6 cucharadas de aceite de oliva.

1/2 k of sniles • 2 sliced tomatoes • 100g of parma ham • 1 chili pepper • Mint • 1 spoon of flour • Salt and parsley • 6 spoons of olive oil.

S'enganyen, ficant-los vius en una cassola plena d'aigua. Es tapa la cassola posant pes al damunt, perquè no se n'isquen. Es deixen tota la nit.

Se limpian los caracoles poniéndolos en un recipiente con agua y sal. Se cambia el agua y se repite la operación 3 ó 4 veces.

Soak the sniles with water and salt. Change the water 3 or 4 times.

Es netegen els caragols, posant-los en un recipient amb aigua i un pessic de sal. Es canvia l'aigua i es repeteix l'operació tres o quatre vegades.

Se engañan poniéndolos vivos en una cacerola llena de agua. Se tapa la cacerola poniendo peso encima, para que no se salgan. Se dejan toda la noche.

Put in a pot the sniles with water overnight. Cover the pot and put weight on it.

Es tornen a netejar amb aigua, altres dues vegades.

Se vuelven a limpiar con agua dos veces.

Put oil in a clay casserole and fry the jam, the tomatoes and the chili pepper. Add the flour and fry them. Add the parsley, the mint and the chili pepper. Remove. Add the cleaned sniles and water until it covers them.

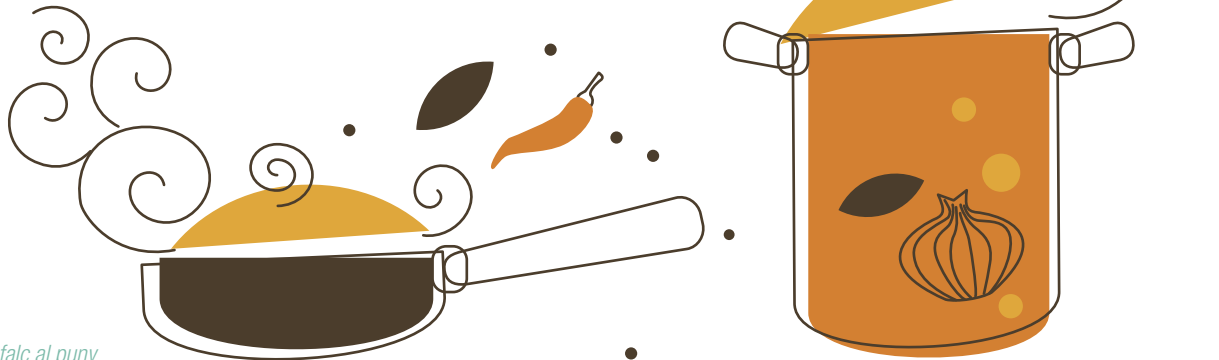
Posar l'oli a calfar en el perol i sofregir el pernil, la tomaca i el vitet. Afegir la farina i sofregir un poc. Afegir el julivert, l'herba-sana i el vitet. Remenar-ho. Afegir els caragols nets i aigua fins a cobrir-los.

Poner aceite a calentar en una cacerola y sofreír el jamón, el tomate y la guindilla. Añadir la harina y sofreír un poco. Añadir el perejil, la hierbabuena y la guindilla. Remover. Añadir los caracoles limpios y agua hasta cubrirlos.

Leave for 1 hour on a low fire.

Deixar coure a foc lent durant una hora aproximadament. A meitat cocció, rectificar de sal.

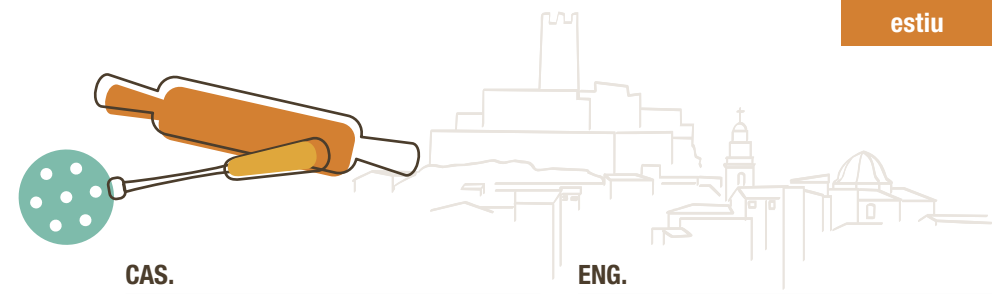
Dejar cocer a fuego lento durante 1 hora aproximadamente. A mitad de cocción, rectificar de sal.



Per juny, la falç al puny



# ESPENCAT



VAL.

4 bajoques roges torrades al forn • 4 albergínes torrades al forn • Bacallà o capellans • 2 dents d'all • Oli d'oliva i sal.

Si les bajoques i les albergínes no estan torrades, torrar-les al forn fins que estiguen tendres.

Una vegada gelades les verdures, mesclar-les amb el bacallà i els alls tallats a trossos xicotets.

Rectificar de sal i afegir oli d'oliva abundant.

CAS.

4 pimientos rojos asados al horno • 4 berenjenas asadas al horno • Bacalao o capellán desmigado • 2 dientes de ajo • Aceite de oliva y sal.

Si los pimientos y las berenjenas no están asadas, asarlas al horno hasta que estén tiernos.

Una vez frías las verduras, mezclarlas con el bacalao y los ajos cortados a trozos pequeños.

Rectificar de sal y añadir aceite de oliva abundante.

ENG.

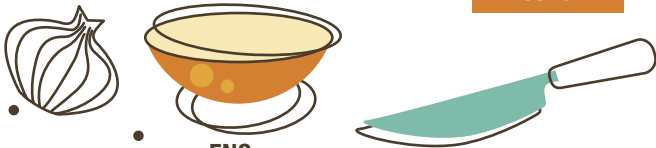
4 red peppers toasted in the oven • 4 aubergines toasted in the oven • Cod • 2 garlic cloves • Olive oil and salt.

If the red peppers and the aubergines are not toasted, toast them in the oven.

Cut the cod and the cloves of garlic into small pieces

Add salt and soak all the ingredients in olive oil.

# COQUES FREGIDES



VAL.

500g de farina forta • 25g de llevat • 1/2 got d'aigua tèbia i sal • 1/4 de got d'oli d'oliva • Sal al gust.

Fer les coques agafant una bola de massa, donant-li forma plana i redona. Deixar-les reposar.

Fregir-les amb abundant oli calent fins que estiguen dauradetes. Reservar-les.

Es mengen calentes amb dolç (sucre, mel) o salat (llonganissa, cansalada, etc.).

Per la Magdalena, l'anou plena

CAS.

500g de harina fuerte • 25g de levadura de panadero • 1/2 vaso de agua tibia y sal • 1/4 de vaso de aceite de oliva • Sal al gusto.

Hacer las cocas cogiendo una bola de masa, dándole forma plana y redonda. Dejarlas reposar.

Freírlas con abundante aceite caliente hasta que estén doradas y reservarlas.

Se comen calientes y se pueden acompañar con dulce (azúcar, miel) o salado (longanizas, panceta...).

ENG.

500g of flour • 25g of fresh yeast • 1/2 glass of warm water and salt • 1/4 glass of olive oil • Salt.

Melt the fresh yeast with the warm water. Add the flour with salt. Graze during 10 or 15 minutes. Graze adding the olive oil. Let the dough stand until it turns the volume up. It should be in a vat with a cloth during 30 or 40 minutes.

Form a circle with the dough and fry it in a frying pan with plenty of olive oil. Eat them warm. You can eat them with sweet or salty things.





# RENYONS DE MASER



VAL.

CAS.

ENG.

Tomaques madures, però dures, partides per la meitat. Una per persona • Alls pelats i tallats a trossos i un ramet de julivert • Sal • Oli d'oliva.

Tallar les tomaques per la meitat. Empolvorar-les amb l'all, el julivert i la sal. Posar oli en abundància.

Cobrir amb paper d'alumini i ficar al forn a foc mitjà. Als 20 minuts llevar el paper. Torrar fins que tot estiga tendre.

Tomates maduros, pero duros, partidos por la mitad. Uno por persona • Ajos pelados y cortados en trozos y una ramita de perejil • Sal al gusto • Aceite de oliva.

Cortar los tomates por la mitad. Espolvorearlos con ajos, perejil y sal. Tirar aceite en abundancia.

Cubrir con papel de aluminio y poner en el horno a fuego medio. A los 20 minutos quitar el papel. Asar hasta que estén tiernos.

Ripe tomatoes cut in two parts. 1 per person • Some gloves of garlic • Salt and parsley • Olive oil.

Cut the tomatoes in two parts. Add over the tomatoes the garlic, salt, parsley and olive oil.

Cover it with aluminium foil and put in the oven on a low fire. In 20 minutes throw up the aluminium foil. Back them until they are ready.



# PERICANA

VAL.

CAS.

ENG.

6 o 7 bajoques seques • 1 cabeça d'all • 2 capellans o bacallà sec • Oli d'oliva • Sal al gust.

Es torren a la flama les bajoques seques, la cabeça d'all senceres i el capellà o bacallà.

Es tallen les bajoques i els capellans ens trossos xicotets. Es pelen i es trossegen els alls.

Es mesclen els ingredients en un plat i es reguen en l'oli d'oliva.

6 o 7 pimientos secos • 1 cabeza de ajos • 2 capellans o bacalao seco • Aceite de oliva • Sal al gusto.

Se torran a la llama los pimientos secos, la cabeza de ajos y los capellanes o bacalao.

Se cortan los pimientos y los capellanes en trozos muy pequeños. Se pelan y se trocean los ajos.

Se mezclan los ingredientes y se añade el aceite de oliva.

6 or 7 dry peppers • 1 head of garlic • 2 poor cods • Salt • Olive oil.

Toast the dry pepper, the garlic, set them apart and cut them into pieces in a serving dish.

Toast the poor cod on the fire and break it into small pieces and add it.

Soak it in a large quantity of olive oil.

Agost, figues i most





dolços

## BORRATXOS

VAL.

1 got de vi blanc • 1 got d'oli • Farina la que admeta • Sucre en pols per a cobrir.

Mesclar els ingredients excepte el sucre. Donar forma de rolo. Ficar al forn uns 30 minuts a 180°C. Deixar refredar i empolvorar amb sucre.



CAS.

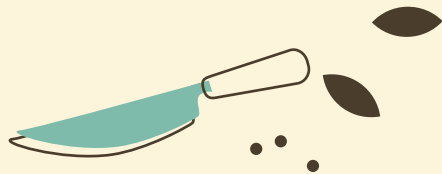
1 vaso de vino blanco • 1 vaso de aceite • Harina la que admita • Azúcar glass para cubrir.

Mezclar los ingredientes excepto el azúcar glass. Se le da forma de rulo. Se meten al horno 30 minutos a 180°C. Se dejan enfriar y se espolvorean con azúcar.

ENG.

1 glass of white wine • 1 glass of olive oil • Flour • Icing sugar.

Mix all the ingredients except the sugar. Shape the rolls and place them in a tray to bake in the oven at 180°C for 30 minutes. Once they are baked, cover in sugar.



Cuina de Banyeres de Mariola

## COCA D'AMETLA

VAL.

625g d'ametlla mòlta • 600g de sucre • 600g de farina • 4 papers de gasosa • 12 ous • Ratlladura d'una llima.

Es baten les clares dels ous a punt de neu, quan estiguen ben muntades afegim a poc a poc el sucre remonent bé.

Afegir la ratlladura de la llima i els rovells.

Afegir a poc a poc l'ametlla mòlta, la farina i la gasosa. Quan està tot ben mesclat es col·loca en una llanda coberta amb paper de forn i es posa al forn, que ja estarà calent, a 200°C, durant 20 minuts i després es baixa a 160°C durant aproximadament 1 hora.

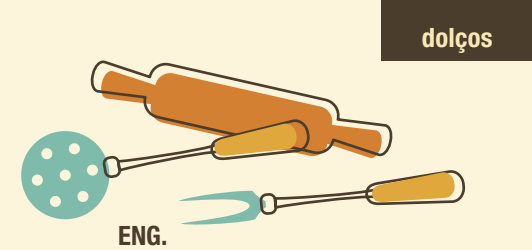
CAS.

625g de almendra molida • 600g de azúcar • 600g de harina • 4 papeles de gaseosa • 12 huevos • Ralladura de limón.

Batir las claras a punto de nieve, cuando estén bien montadas añadir poco a poco el azúcar removiéndolo bien.

Añadir la ralladura de limón y las yemas.

Añadir muy poco a poco la almendra molida, la harina y la gaseosa. Cuando esté todo bien mezclado se coloca en un molde con papel de horno y se mete al horno, precalentado a 200°C, durante 20 minutos y bajar después a 160°C durante una hora.



ENG.

625g of ground almonds • 600g of sugar • 600g of flour • 4 sachets of baking soda • 12 eggs • A grated lemon.

Whip the whites until light, when they are light and fluffy add little by little the sugar, stirring with a wooden spoon.

Add the grated lemon, the yolks and at the end, very little by little, the ground almonds and the flour with the baking soda.

When it is all well mixed, place in a cake-tin with glassine paper and put in the oven, which will be already hot, at the maximum 200°C for 20 minutes, the lower to 160°C for an hour.





# ESPARTERO

VAL.

CAS.

ENG.

500g de farina de força • 25g de llevat • 2 ous • 250 ml de llet • 500g de sucre • 500 ml d'oli • 1 clara d'ou • 4 cullerades de sagí i 1 cullerada rasa de canella • 2 cullerades de sucre amb un poc de canella en pols.

Amassar tots els ingredients fins que quede una massa homogènia. Deixar que la pasta es faça “bona”doblant el seu volum.

Fer coquetes com les de fregir i cobrir-les amb la mescla de sagí i canella, escampant-la amb una forqueta.

Doblar les coquetes com si foren un rul·lo i amb un ganivet finet, fer-li dos talls al damunt i als costats.

Batre la clara d'ou i untar per damunt tots els esparteros. Empolvorar-los amb sucre i canella. Enfornar-los i coure-los a forn mitjà fins que estiguin ben daurats.

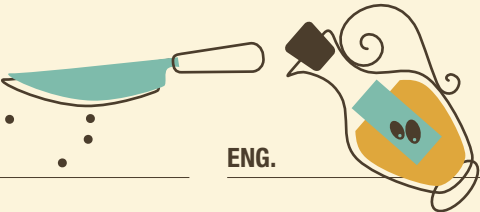
500g de harina de fuerza • 25g de levadura de panadero • 2 huevos • 250 ml de leche • 500ml de aceite • 1 clara de huevo • 4 cucharadas de manteca de cerdo y 1 cucharada de canela • 2 cucharadas de azúcar con un poco de canela en polvo.

Amasar todos los ingredientes hasta que quede una masa homogénea. Dejar que la pasta se haga “buena” doblando su volumen.

Hacer cocas como las de freír y cubrirlas con la mezcla de manteca y canela, escampándolo con un tenedor.

Doblar las cocas como si fueran un rulo y con un cuchillo fino hacerle dos cortes encima y a los lados.

Batir la clara de un huevo y untar por encima los esparteros. Espolvorearlos con azúcar y canela. Hornearlos y cocerlos a fuego medio hasta que estén bien dorados.



dolços

500g of flour • 25g of fresh yeast • 2 eggs • 250 ml of milk • 500 ml of olive oil • 1 white egg • 4 spoons of lard and 1 spoon of cinnamon • 2 spoons of sugar with cinnamon.

Knead all the ingredients and make a fine past. Let the paste settle until it turns the volume up.

Make circles with the mass and add the lard and the cinnamon over. Shape the rolls and make two cuts.

Paint the mass with whipped egg and sprinkle sugar and cinnamon on them. Bake in the oven on a low fire until they are brown.



dolços

# MAGDALENES

VAL.

CAS.

ENG.



6 ous • 5 tassetes de llet (tassetes de cafè) • 4 tassetes d'oli (tassetes de cafè) • 1/4 d'ametla ratllada • 3/4 de sucre • La farina que admeta. La consistència ha de ser la de la crema • 2 papers de llimonada i 2 de bicarbonat • 1 llima ratllada.

Separar les clares dels rovells. Alçar les clares a punt de neu ferma. Tirar el sucre i remoure amb atenció perquè no s'abaixen les clares.

Trencar els rovells amb una forqueta i afegir-les a la mescla anterior. Remoure amb atenció.

Afegir la llet. Remoure. Afegir l'ametla ratllada. Afegir l'oli. Remoure. Afegir la farina mesclada amb la llimonada. Remoure.

Desfer el bicarbonat en un poc de llet i afegir-lo. Tirar la ratlladura de llima. Remoure.

Deixar reposar i reomplir els motles. Ficar-los al forn, prèviament calfat i enfornar a foc mitjà.

6 huevos • 5 tazas tipo café, de leche • 4 tazas tipo café, de aceite • 1/4 de almendra rallada • 3/4 de azúcar • Harina la que admita. La consistencia tiene que ser de crema • 2 papeles de limonada y 2 de bicarbonato • 1 limón rallado.

Separar las claras de las yemas. Montar las claras a punto de nieve firme. Tirar el azúcar y remover con atención para que no se bajen las claras.

Romper las yemas con un tenedor y añadirlas a la mezcla anterior. Remover.

Añadir la leche. Remover. Añadir la almendra rallada. Añadir el aceite y remover. Añadir la harina mezclada con la limonada. Remover.

Deshacer el bicarbonato en un poco de leche y añadirlo. Tirar la ralladura del limón. Remover.

Dejar reposar y llenar los moldes. Ponerlos al horno, previamente calentado y hornear a fuego medio.

6 eggs • 5 coffee cup of milk • 4 coffee cup of oil • 1/4 of ground almonds • 3/4 of sugar • Flour • 2 pairs of sachets of baking soda • A grated lemon.

Whip the whites until light, when they are light and fluffy add little by little the sugar.

Add the yolks and remove. Add the milk and the ground almonds. Remove. Add the olive oil.

Add the sachets of baking soda with the flour. Remove. Add the grated lemon.

Let the mass settle, after put it in the molds. Put it in the oven, which will be already hot, and back them in a medium fire.





# MANTECAOS

VAL.

1 quilo de farina • 1/2 quilo de sagí de porc • 1/2 quilo de sucre • 1/4 d'ametles ratllades • 1 tasseta d'oli (de les de café) • Ratlladura de llima • 2 rovells • 2 clares, sucre i canella per a encarar-los.

En un llibrell es posen tots els ingredients menys els que s'utilitzaran per a encarar les mantecaos. Es pasta mesclant tot bé fins a aconseguir una massa compacta.

S'agarren porcions de massa i es modela perquè quede redona.

S'unta la llanda amb sagí de porc i es van col·locant els mantecaos.

Es baten les clares. Cada mantecao es passa per la clara de l'ou i s'empolvora amb sucre i canella. S'enfornen i es deixen fer ben daurats.

CAS.

1 kilo de harina • 1/2 k de manteca de cerdo • 1/2 k de azúcar • 1/4 de almendras ralladas • 1 taza tipo café de aceite • Ralladura de limón • 2 yemas • 2 claras, azúcar y canela para encararlos.

En un recipiente se ponen todos los ingredientes menos los que se utilizarán para encarar los mantecados. Se pasta mezclando todo bien hasta conseguir una masa compacta.

Se cogen las porciones de masa y se modelan los mantecados, tienen que quedar redondos.

Se unta la bandeja con manteca de cerdo y se van colocando los mantecados.

Se baten las claras. Cada mantecado se pasa por la clara de huevo y se espolvorea con azúcar y canela. Se hornean y se dejan hacer bien dorados.

ENG.

1k of flour • 1/2 k of lard • 1/2 k of sugar • 1/4 of ground almonds • 1 coffee cup of olive oil • A grated lemon • 2 yolks • 2 whites, sugar and cinnamon.

Put all the ingredients in a recipient except the whites and the cinnamon, make a fine past.

Flatten the paste and form the “mantecaos”.

Grease the recipient with the lard.

Wet them with the egg white and sprinkle with cinnamon and sugar. Finally, back in the oven at 150°C for 20 minutes.

dolços



# PASTISSETS DE MONIATO

VAL.

1 got d'aiguardent • 1 got d'oli d'oliva • 1 got de sucre • Farina de pastisseria • Canella en pols • Per al farcit: 1 kg. de dolç de moniato.

Mesclar tots els ingredients líquids, afegir la farina i treballar bé la massa fins que estiga fina.

Agafar trossos de pasta de la grandària d'un ou, aplanar-la i donar-li forma de redona.

Omplir-los amb dolç de moniato per la meitat, tancar-los amb els dits donant-los forma de mitja lluna.

Empolvorar-los amb una mescla de sucre i canella. Col·locar-los en una llauna per al forn. Enfornar a foc mitjà fins que estiguen daurats.

CAS.

1 vaso de aguardiente • vaso de aceite de oliva • 1 vaso de azúcar • Harina de pastelería • Canela en polvo. Para el relleno: 1 kilo de dulce de moniato.

Mezclar todos los ingredientes líquidos, añadir la harina y trabajar bien la masa hasta que esté fina.

Coger trozos de pasta del tamaño de un huevo, aplanarla y darle forma de tortita.

Rellenarlos con el dulce de moniato y cerrarlos por la mitad, cerrar bien los bordes con los dedos dándoles forma de media luna.

Empolvar los pasteles con una mezcla de azúcar y canela. Colocarlos en una bandeja para horno. Horneare a fuego medio hasta que estén dorados.

ENG.

1 glass of eau-de-vie • 1 glass of olive oil • 1 glass of sugar • Flour • Ground cinnamon • For the filling: 1 quilo of sweet potato.

Mix all the liquids and make a paste, adding flour little by little. Make a fine paste.

Spread the paste out in round portions (using a glass as a mould).

Fill with the sweet potato paste and close. Seal the ends by crimping with the fingers.

Cover them with sugar and cinnamon and bake in the oven at 150°C until they are ready.

dolços





# ROLLETS D'AMETLA

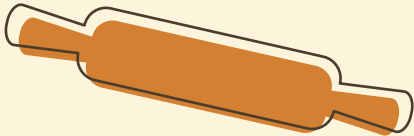
| VAL.                                                                                             | CAS.                                                                                            | ENG.                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1/2 quilo d'ametles mòltes • 3 ous • 1/4 quilo de sucre • Canella mòlta • Ratlladura d'un llimó. | 1/2 kilo de almendra molida • 3 huevos • 1/4 kilo de azúcar • Canela • Ralladura de limón.      | 1/2 k of ground almonds • 3 eggs • 1/4 k of sugar • Ground cinnamon • A grated lemon. |
| Col·locar tots els ingredients en un recipient. Amassar tota la pasta fins obtindre una bola.    | Colocar todos los ingredientes en un recipiente. Amasar toda la pasta hasta obtener una pelota. | Mix all the ingredients in a recipe. Knead the paste until obtain a ball.             |
| Ficar la pasta en una mànega pastissera i anar donar-li forma de rotllo.                         | Poner en una manga pastelera y darle forma de rollo.                                            | Make the rolls. Bake them in the oven at 160°C until they are toasted.                |
| Coure al forn a 160°C fins que estiguen daurats.                                                 | Hornear a 160°C hasta que estén dorados.                                                        |                                                                                       |



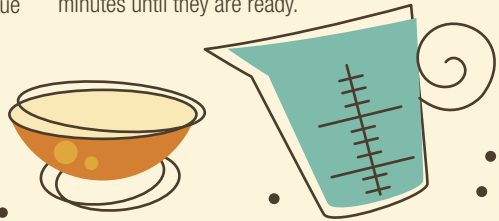
Cuina de Banyeres de Mariola

dolços

# ROLLETS D'ANÍS



| VAL.                                                                                                           | CAS.                                                                                                                   | ENG.                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 400g de farina • 100g de sucre • 100g d'oli • 100g d'anís.                                                     | 400g de harina • 100g de azúcar • 100g de aceite • 100g de anís.                                                       | 400g of flour • 100g of sugar • 100g of olive oil • 100g of anisette.     |
| Mesclar tots els ingredients i treballar-los bé. Fer rotllos allargats amb la pasta i donar-li forma de rosca. | Mezclar todos los ingredientes y trabajarlos bien. Hacer rollos con trozos alargados de pasta y darles forma de rosca. | Mix all the ingredients until they are well mixed. Make the rolls.        |
| Ficar-los al forn a temperatura mitjana fins que queden ben daurats.                                           | Ponerlos al horno a temperatura media hasta que queden bien dorados.                                                   | Back them in the oven at 150°C-160°C for 20 minutes until they are ready. |





cuina casolana i festes populars / gastronomia y fiestas populares / gastronomy and festivities



Ajuntament de  
Banyeres de Mariola

Regidoria de Turisme

Tourist Info Banyeres de Mariola  
Parc de Vil·la Rosario, s/n  
03450 Banyeres de Mariola (Alacant)  
Tel: 965 567 453  
[banyeres@touristinfo.net](mailto:banyeres@touristinfo.net)  
[turisme@portademariola.com](mailto:turisme@portademariola.com)

[www.portademariola.com](http://www.portademariola.com)