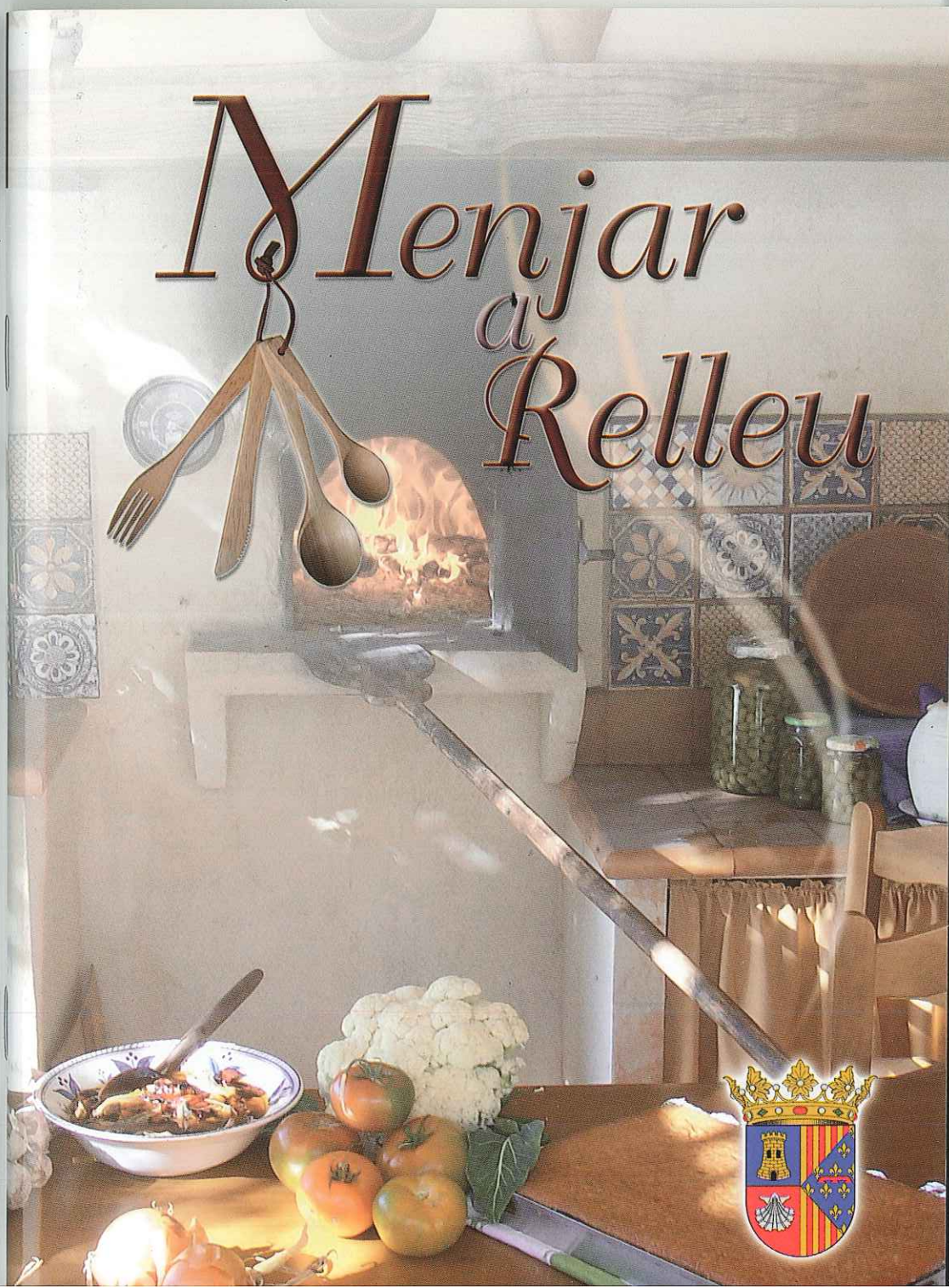


Menjar a Relleu





Menjar a Relleu

La gastronomia forma part del patrimoni cultural d'un poble; el qual estem obligats a conservar, mantindre i difondre.

A més a més els nostres menjars tradicionals formen part de l'anomenada dieta mediterrània que tant valor i prestigi ha aconseguit en els últims anys arreu del món. Fins i tot a l'any 2010 ha estat designada com a Patrimoni Immaterial de la Humanitat.

Per aquest motiu la Comissió de Festes de Sants Metges i de la Mare de Déu del Miracle ha volgut editar aquesta guia.

Amb el patrocini de l'Obra Social de la CAM i la col·laboració de l'Ajuntament de Relleu, esperem conscienciar de la importància de la nostra dieta i de les receptes tradicionals relleueres.

No estan totes les nostres receptes, hauria fet falta un llibre molt voluminós, però entre tots podem reviscolar i donar a conèixer, per a menjar allò que els nostres avantpassats ens han deixat; oblidant-nos d'influències externes que no afavoreixen gens la nostra alimentació i en definitiva la nostra salut.

COMISSIÓ FESTES
MARE DE DÉU DEL MIRACLE 2011

Index



ENTRANTS

Aigua sal
Ametles fregides
Anxoves
Embotits
Espencat
Fetge amb salsa
Pericana
Renyons de masero
Sagi

COQUES

Coca enflocà
Coca escaldà
Coca fassia
Coca molletes
Coca a la paleta
Pa de casa
Minxos

MENJARS

Arròs a part
Arròs caldós
Arròs amb fesols i penques
Arròs de batuda
Arròs melós amb carn de caça
Borra
Bullit
Cruet
Farinetes
Fassaures
Fregit de conill
Gaspatxo
Olleta de Blat
Perdiu escabetxada
Potage
Rostit al forn
Sopa d'all

DOLÇOS

Bunyols
Coca dolça
Codonyat
Pastissets de moniato
Quatre iguals
Rollets de candeal
Tonyes i mones de pasqua
Tortada d'ametla
Almendraos, Pastissets de glòria, Magdalenes d'ametla, Magdalenes
Orxata relleuera
Herbero

entrants



Aigua Sal



Ingredients:

- Pebreres, tomaques verdes, raïm de pastor...
- Aigua, sal, vinagre
- Fulles i branquetes de llimoner

Les tomaques i les pebreres verdes, ben rentades se les fa uns tallets i es posen en un recipient amb aigua, sal i vinagre.

La part superior del recipient es tapa amb fulles i unes branquetes de llimoner per evitar que suren.

Ametles Fregides



Ingredients:

- Ametles
- Oli i sal

Es gallons de les ametles es poden fregir amb oli o sense pell.

Per a llevar-los la pell, s'escalden amb aigua calenta i es pelen fàcilment, després es frigen fins que queden daurades i en calent es posa la sal.

Les ametles es poden fer torrades al forn; ja que els gallons d'ametlla podríem dir que és l'estrella dels aperitius de Rellou.



Anxoves



Ingredients:

- Aladroc.
- Sal grossa.

La millor època per preparar unes bones anxoves, és durant els mesos de maig o juny. Es neteja l'aladroc, es lleva el cap i les tripes, després en un recipient es posen els aladroc amb sal i es remouen deixant-los mig dia per a que perden part de l'aigua que tenen.

Continuació en un gerronet de vidre o fang es posa una capa de sal i una capa d'aladroc, altra vegada una de sal i altra d'aladroc, així fins omplir el recipient; acabant sempre amb la capa de sal; a la qual s'afegeix una miqueta de l'aigua que han soltat els aladroc al principi quan han estat macerant amb la sal. Al llarg de les diferent capes es posa unes boletes de pebre o de clavell i unes fulles de llover.

Al cap d'un mes es poden començar a menjar, van traient-se de la gerreta a mesura es mengen, sempre deixant la capa de sal a la superfície. Quan es trauen es preparen, es lleva l'espina i es parteixen en dos, posant-les en un platet amb oli d'oliva.

Embotits



Botifarres

Ingredients:

- Ceba, cansalada, panxeta, sang, orenga, pebre, clavell i sal.

Es bull la cebra, es deixa escórrer i es mol.

Per cada kg de cebra, posarem un 1Kg de carn ben trossejada, de la qual dos parts seran de cansalada i una part de panxeta.

La cebra i la carn es pasta amb la sang i s'afegeixen els condiments: sal, clavell, pebre i orenga. Abans d'omplir les botifarres calfarem un poc de pasta amb una paelleta al foc, per a provar el gust i ajustar els condiments.

Després omplirem els budells per fer les botifarres i per últim les bullirem amb aigua tèbia de 3 a 5 minuts.

Els budells del porc es netejaven amb aigua i llimó. Per a netejar les ferramentes i les mans, es tenia a mà aigua calenta amb timonet, per eliminar la grassa amb facilitat.

Llonganisses

Ingredients: • Magre, cansalada, sal, pebre roig, pebre, clavell, canyella (poqueta).

Es mol la carn i la cansalada, després es pasta tot afegint els condiments.

Per a tastar-les de gust es fa una mica de la pasta en un recipient d'estrassa al foc per a rostar i provar-ho.

Per últim s'ompliren els budells de llonganisses i es pengen a sec.

Una varietat són els Blanquets, els qual porten de condiments: sal, pebre blanc, clavell i moscada.



Espencat



Ingredients:

- Tomaques, pebrera, ceba, albergínia.
- Bacallà sec
- Alls
- Sal i oli.

En una llanda es posen tots estos ingredient sencers, i es deixen rostir fins que es pugen pelar amb facilitat. També es poden rostir al foc amb una rostidora tapada.

Després es pelen i es fan a tires, en una plàtera es mulla d'oli i se li posa trossets d'all i sal. També se li pot afegir molletes de bacallà.



Fetge amb salsa



Ingredients:

- Fetge de corder o de porc
- Freixurat
- Oli, sal i julivert

El fetge i el freixurat es tallen a trossets i en una paella amb oli es van fent poc a poc. Quan ja esta cuit, es trauen un trossets de fetge i es molen en un morter es piquen amb unes dents d'all fregit i julivert; després el picat s'afeg al fetge i es posa tot en una cassoleta a la qual se li afeg una mica d'aigua i es deixa al foc lent i amb molta paciència. Després se li van pegant voltes per a que no s'apeguen i quan cal se li torna a posar una mica d'aigua.



Sagí



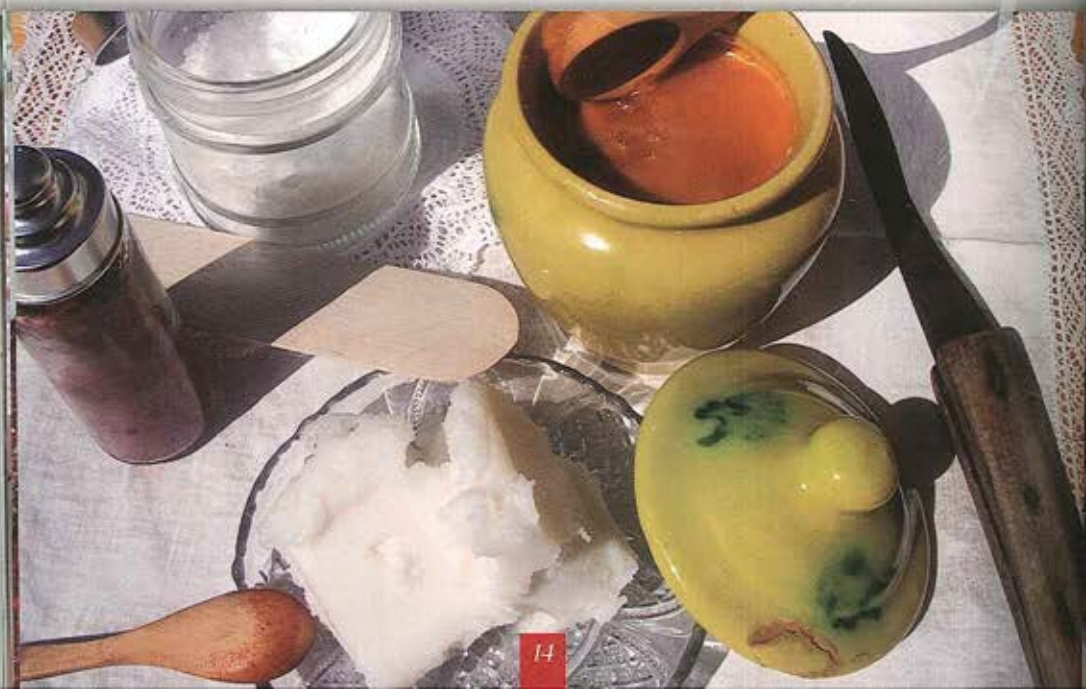
Sagí

En una paella es desfà la mantega. Després se li afig la sal i el pebre roig. Va remenant-se fins que es faça una maça d'un color uniforme.

Tot s'aboca en una gerreta per a que es gele. Per a menjar-lo sullarem una llesca de pa amb el sagí.

Ingredients:

- Mantega de porc
- Sal i pebre roig



A Relleu, com a tots els pobles de la contornada es prepara molts tipus de coques: coca farcia, enflocà, escaldà, de molletes, a paleta, empanadetes, fregides, minxos.

Servisquen de referència aquestes modalitats de coques molt característiques del poble.

(La temperatura i el temps de forn, és aproximada; tot depèn del tipus de forn: elèctric, llenya...)

Coca enflocà



Ingredients:

- Llevat
- Fregitó de tomaca, pebrera roja, pebrera verda, ceba
- Melva
- Pebre roig, oli i sal
- 1/2 Kg de farina

Posem la farina en un llibrell i li afegim un polset de sal. En un gotet d'aigua tèbia es desà el llevat i s'afig a la farina per a pastar-ho amb l'aigua tèbia que atmeta. Es deixa que fermente.

Sullarem la llanda amb oli i escamparem la pasta ben fineta. Quan està escampada es posa per damunt el fregitó que hem preparat. Si no es vol posar el fregitó, posarem en el seu lloc, la tomaca i la pebrera en cru, tot tallat a trossets.

Per damunt se li posa un rall d'oli i un poc de pebre roig.

Forn a 180°C uns 30 minuts.



Coca escaldà



Ingredients:

- Farina, sal i aigua bullint
- Oli d'oliva
- Pebre roig

Es posa la farina amb un rall d'oli, la sal i s'afig aigua bullint s'escalda tot i es pasta amb una cullera de fusta; després la pasta s'escampa sobre una llanda sullada d'oli. La pasta molt fina sobre ella es posa oli i pebre roig. Es pot posar allò que a cadascú li agrada: peixets, embornals, cansalada, tomaca, magre, etc...

Forn a 180°C uns 20 minuts.



Coca fassia



Ingredients:

- 1/2 Kg de farina
- 1 gotet de vi o de cervesa
- Anís dolç
- Fregitó de tomaca, pebrera roja, pebrera verda, ceba
- Melva, tonyina , anxoves
- Pebre roig, oli i sal

*F*arem un fregitó amb la tomaca, les pebreres, la ceba i la melva, els quals prèviament hi haurem fet a trossets.

En un llibrell posarem la farina i li afegirem un got d'oli calent del fregitó, un got de vi o de cervesa, un xorret d'anís dolç i uns pessics de sal. Tot ben pastat, s'escampa ben fineta en una llanda sullada d'oli. Per damunt posarem el fregitó, el qual acompanyarem amb tonyina o anxoves.

Es tapa i es forada amb la forqueta i es pinta amb un rovell d'ou batut.

Forn a 180°C uns 30 minuts.



Coca de molletes



Ingredients:

- 3 gots de farina
- 1 got i mig d'oli d'oliva
- 1 gotet xicotet de vi blanc
- 1 graciosa i un poc de sal

*A*quests ingredient es pasten , la pasta s'escampa en una llanda sullada d'oli per a que no s'apegue.

Les molletes es fan apart, amb farina, oli d'oliva i sal, ben remenat fins formar les molletes, després es posen sobre la coca, i tot al forn.

Forn a 180°C uns 20 minuts.



Coca a la paleta



Ingredients:

- Farina, sal i aigua bullint
- Melva i oli d'oliva

S'escalfa la farina, es posa sal i es pasta, després es fan coquetes redonetes i es posen al foc quan la paleta estiga ben calenta.

Es mengen en un plat fons amb melva i molt d'oli.

Pa de casa

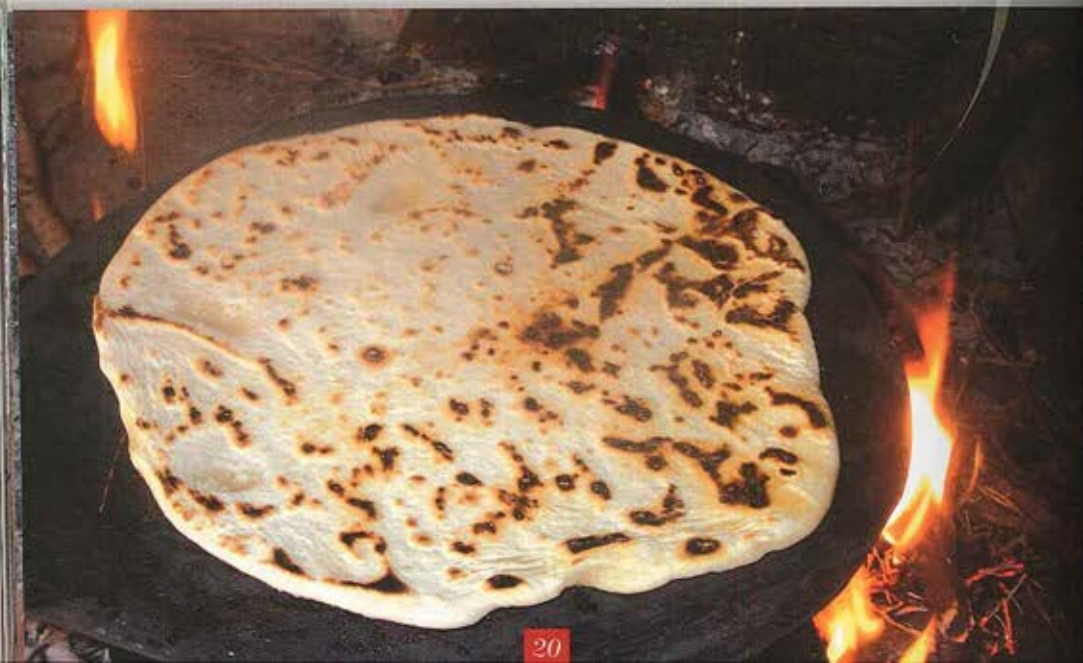


Ingredients:

- 1 kg de farina
- 25 gr. de llevat
- 1 pessic de sal
- Aigua tèbia

Es desfà el llevat amb aigua tèbia. En un llibrell es posa la farina se li afeg el llevat desfet, un pessic de sal i l'aigua tèbia fins que la pasta no s'aparta al llibrell.

Es tapa el llibrell fins que la pasta s'unifica (fermente), després es talla a trossos i se li dona la forma de barra o pa, i es torna a tapar per a que es torne a unflar. Per últim es fan un talls als costats o a les barques i al forn uns 45 minuts a 180°C.



Minxos



Minxos

Ingredients:

- Farina de panís, sal i aigua bullint
- Oli d'oliva
- Pebre roig

És minxos és com la coca escaldà però amb farina de panís, aquesta farina costa més de pastar que la de blat. (per pastar-la millor es pot barrejar amb farina de blat). Aquesta pasta de minxos es pot fer al forn o també a la paleta (al foc).
Forn a 180°C uns 20 minuts.



menjar's

Arròs a part



Ingredients:

- Caldo de putxero
- Arròs
- 3 pebreres seques
- 4 dents d'all
- Oli, safrà i sal

En una cassola es posa 3 o 4 cullerades d'oli, i es sofrigen les pebreres seques i les dents d'all.

Es trauen les pebreres sofregides i es sofrig l'arròs (una tasseta per persona)

Després es posa el caldo del putxero calent. Per cada tasseta d'arròs dues de caldo i es deixa coure.

S'esquedella i es desfà la pebrera seca per damunt de l'arròs.



Arròs caldós



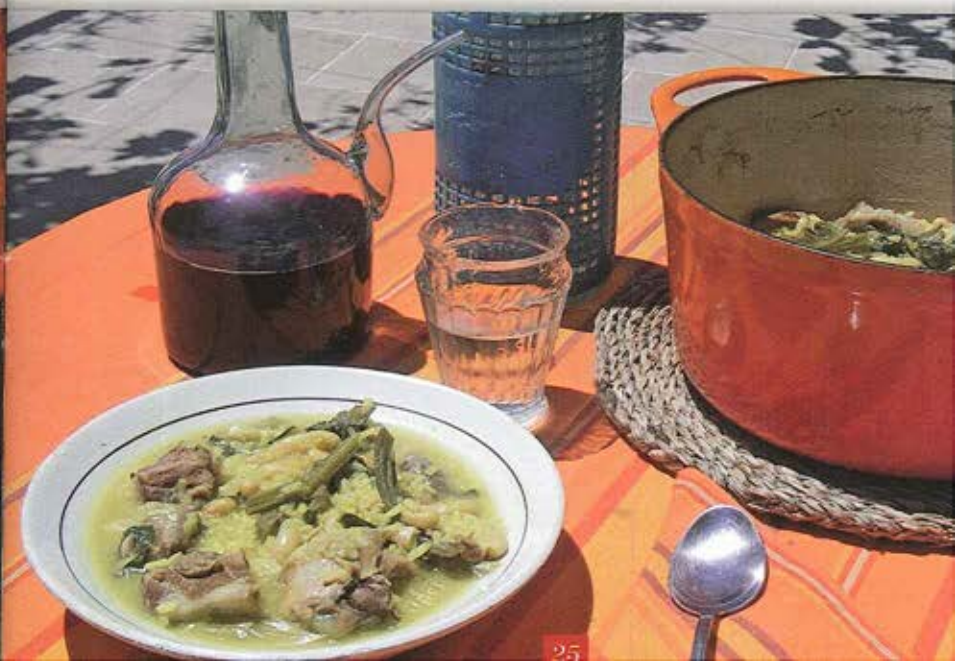
Ingredients:

- Arròs (2 grapats per persona)
- Fesols o cigrons. (si es fa amb cigrons es posen un dia a remulla)
- Costelletes de porc (4 costelletes)
- Pollastre , conill (4 trossets)
- Penques, bledes i nap
- Safrà, sal
- Oli (3 cullerades)

En un calder de ferro es posen els fesols o cigrons (una cosa o altra) a bullir amb aigua. Si són els fesols, al primer bull s'afegeix l'aigua i a aquesta aigua quan torne a bullir es posa l'oli, la sal i el safrà.

Quan els fesols estiguen cuits, es posa la carn a bullir i 20 minuts després la carn, es posa a poc foc.

Quan tot estiga cuit (entre hora i mitja hora) es posa l'arròs. En estar cuit l'arròs (20 minuts) ja es pot escudellar.



Arròs amb fesols i penques



Ingredients:

- Fesols, penques i naps.
- Cansalada, costelletes i rabaetes de porc
- Mantega de porc
- Safrà, oli i sal

Posarem al foc un calder de ferro amb els fesols. Després es posen les penques i la carn a trossets, tot a bullir amb sal i safrà.

S'ha de bullir a foc molt lent.

Quan tot està ja cuit, es posa l'arròs, dos grapats per persona.

Arròs de batuda



Ingredients per a 4 persones:

- Conill
- Cigrons
- Una cabeça d'alls
- Pebrera roja tendra
- Safrà, oli i sal

La nit anterior posarem els cigrons. En la paella es sofreig la pebrera, la carn s'aparten.

Després trossejarem el conill i el safrà. Per últim sofreigrem l'arròs.

Afegim els cigrons. (en els dies de batuda es posaven els cigrons verds) i per últim s'afegirà l'aigua bullint (2 tasetes d'aigua per un grapat).

Es posa el safrà i es condimenta amb oli i sal. L'arròs, al final, s'adorna amb la carn i la pebrera enmig de la paella i la pebrera.



Arròs melós amb carn de caça



Ingredients:

- 1 conill (tudó o llebre)
- Una cabeça d'all.
- 250 gr. de garrofó (fesols de la peladilla)
- Una cullerada de farina
- 4 grapats d'arròs
- Oli i sal

Es sofrig el conill (o el tudó o la llebre) en una paella.

Amb l'oli que hem sofregit el conill sofregirem la tomaca i els fesols i després posarem una cullerada de farina.

Quan està llest es posa el sofregit i el conill en un calder amb aigua. Quan esta cuit s'afig l'arròs, dos grapats per persona.



Borra

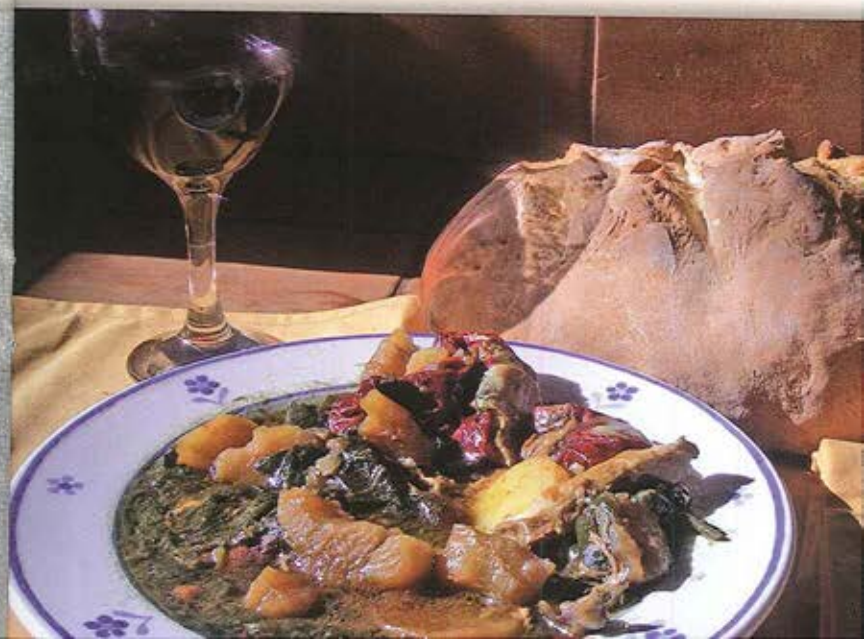


Ingredients:

- Pebrera i tomaca seca
- Bacallà i melva
- Ceba, creïlla, espinacs
- Una cabeça d'all i oli

Prèviament es posen a rentar les tomaques seques. En una paella bullir amb oli, les creïlles i la melva. Quan l'aigua comença a bullir s'afegiran els ingredients, menys la melva i mica més tard.

Uns 15 minuts abans de traure el calder d'all esclafada i un ou per persona. Per últim es prova de sal.



Farinetes



Ingredients per a 4 persones:

- 200 gr. de bacallà
- Ceba, tomaca, creïlla i unes dents d'all.
- Oli.

Es dessala el bacallà i el tallem a quadrets. Tallem a trossets la cebra, la tomaca i la creïlla. Es sofrig el bacallà, després sofrigirem la cebra, la tomaca, la creïlla i les dents d'alls.

En una paella es posa aigua i quan aquesta bull s'afig tot el sofregit anterior, es deixa uns 20 minuts bullint.

Seguidament es desfan en aigua freda, per persona, 2 cullerades soperes de farina; a la farina desfeta se li afig un rovell d'ou batut.

Quan l'aigua de la paella on està el sofregit, estiga freda – per a que no es facen grums – s'afig la farina desfeta. Va remenant-se sense parar per evitar que la farina s'apegue; es deixa bullint fins deixar-les a gust dels comensals.

Varietats de Farinetes:

Farinetes Bordes, es fan de igual manera però sense posar-li bacallà.

Farinetes de Matança, es fan igual però posant-li trossets de cansalada fregida en compte del bacallà.

Fasseures



Ingredients per a 4 persones:

Per a la fassaura:

- 1/2 barra de pa a remulla
- 2 botifarres
- 200 gr. de cansalada
- 250 gr. farina de panís
- Safrà, julivert ben talladet, sal i oli

Per a l'olla:

- Penques, nap, xirivia, carlota, fesols
- 2 costelletes i un trosset de paleta de porc
- Aigua, oli i sal

Posarem a bullir els ingredients de l'aigua, sal i oli fins a que estiguin

Mentre l'olla està bullint es fan les fassures a fer-les, escorrem el pa, ben escorregut la botifarra, la cansalada, el safrà, sal a xorret d'oli. Es pasten ben pastades i fassures.

Un hora abans de dinar, les fassures es coure a l'olla.



Fregitó de conill



Ingredients:

- 1 conill
- Una cabeça d'all
- Una pebrera roja i una pebrera verda
- 4 tomaques
- Oli, sal i julivert

Trossegem i sofregim el conill.

Després es posen els alls i les pebreres talladetes i quan està tot ben daurat es posa la tomaca i el julivert ben talladet.

Sal al gust.



Gaspatxo



Ingredients:

- Carn variada de: conill, pitxó, perdiu, pollastre
- Tomaca, ceba
- Coca de gaspatxo
- Sal i oli.
- Orenga.

Trossegem la carn i es sofrig.

Després es posa a bullir.

En una paella sofregirem la ceba i la tomaca talladeta.

La coca de gaspatxo es fa amb aigua, sal i després al foc amb la paleta.

Aquesta coca es fa a trossets i es mescla fregitó de tomaca, ceba i l'orenga, remenant 10 minuts. Del calder de la carn bullida es cullerades de caldo al sofregit amb la coca remenant fins que es veja que està tot després es tapa. Ja està llest per a escud.

Altra varietat, s'escalfa la coca a part mesclar-la amb el fregitó. Aquest fregitó es fa amb la carn i es serveix per un costat i després s'escaldada i per altra el fregitó. La coca es fa amb trossos de ceba crua a mode de coca.



Olleta de blat



Ingredients:

- Penques, bledes, nap i un trosset de carabassa
- Fesols, cigrons, llentilles
- Blat picat
- Carn: pota, costella i orella de porc
- Botifarra i blanquet

Per a la picada:

- Pa.
- Ametles
- Alls
- Oli, sal i ceba

En un perol, un hora abans, es posa a bullir amb aigua i sal el blat ja picat i arreglat. Després s'afigen els llegums (cigrons, fesols i llentilles), les verdures (penques, bledes, nap) i la carn.

Quan la carabassa estiga cuita la traurem, la desfarem amb una cullera i la tornem a posar dins del perol.

Per preparar el picat torrem el pa, fregim les ametles, rostim la cabeça d'alls i sofregim la ceba.

Ho picarem tot en un morter i s'aboca al perol del bullit una mitja hora abans de traure'l.

A l'olla de blat se li pot posar carn quan es posen els llegums: pota, costella i orella de porc, botifarra i blanquet.

Perdiu Escabetxada



Ingredients:

- 4 perdius
- 1 gotet de vinagre
- 1 gotet d'oli
- Sal, 3 fulles de llorer, una cabeça d'alls i julivert

En un morter farem la picada amb 2 dents d'alls i el julivert.

Es sofrig la perdiu amb la cabeça d'alls. S'afegeix un got d'aigua, el vinagre, el llorer i la picada al gust.



Potatge



Potatge de Ric

Ingredients: Cigrons, Fesols, Llentilles, Favas, Creïlles, Nap, Bledes, Penques (admet qualsevol verdura de temporada), Ceba, Ametles, Pa, Oli, sal i pebrera molta.

En calder de ferro, posem a bullir a poc foc (dos a tres hores) tots els ingredients menys la creïlla, que la posarem més tard per a que no es desfaça.

Mentre està bullint fregirem una ceba a trossets.

Prepararem la picada amb el pa, les ametles fregides i la pebrera molta. 15 minuts abans d'apagar el foc, afegim al calder la ceba fregida i la picada.

Potatge de ric: Una varietat de potatge propi de la vigília de Quaresma.

Ingredients: (4 Persones). 200 gr. d'ametles pelades, 200gr. de cigrons, 4 trossos de bacallà, 400 gr. d'espinacs, 2 talladetes de pa, all, nyora, sal, farina, i oli.

Primer es posa a remulla el bacallà, dos dies abans, canviant l'aigua 3 o 4 vegades. Els cigrons es posen a remulla el dia abans. Bullir els cigrons i en una paella sofregir les ametles, reservar-les; fregir el pa, la nyora i l'all per separat i reservar-ho tot.

Enfarinar el bacallà i sofregir-lo. Quan estiguen els cigrons bons, se li afigen les ametles, els espinacs, el pa i els alls picats.

Coure-ho tot uns 20 minuts i afegir per últim el bacallà uns 10 minuts abans d'apagar el foc.



Rostit al forn



Ingredients:

- Paleta de corder
- Creïlles, cebes, albergínia, carlotes...
- Julivert, pebre molt
- Oli i sal
- Herbes aromàtiques (romer, timonet ...)

En una llanda es posa la carn salada i amb mantega de porc i un poquet de pebre, creïlles partides per la meitat, amb tallets d'elles julivert i trossets d'all. Es pot posar qualsevol hortalissa que es vulga: ceba, carxofa, albergínia...

Quan la llanda hi està preparada es posa a bullir a foc fort amb molta pebrera molta, l'oli d'oliva i les pebreres aromàtiques: romer, timonet.

Es posa al forn entre hora i mitja i dues hores, depenent de la temperatura del forn i de la carn.



Sopa d'all



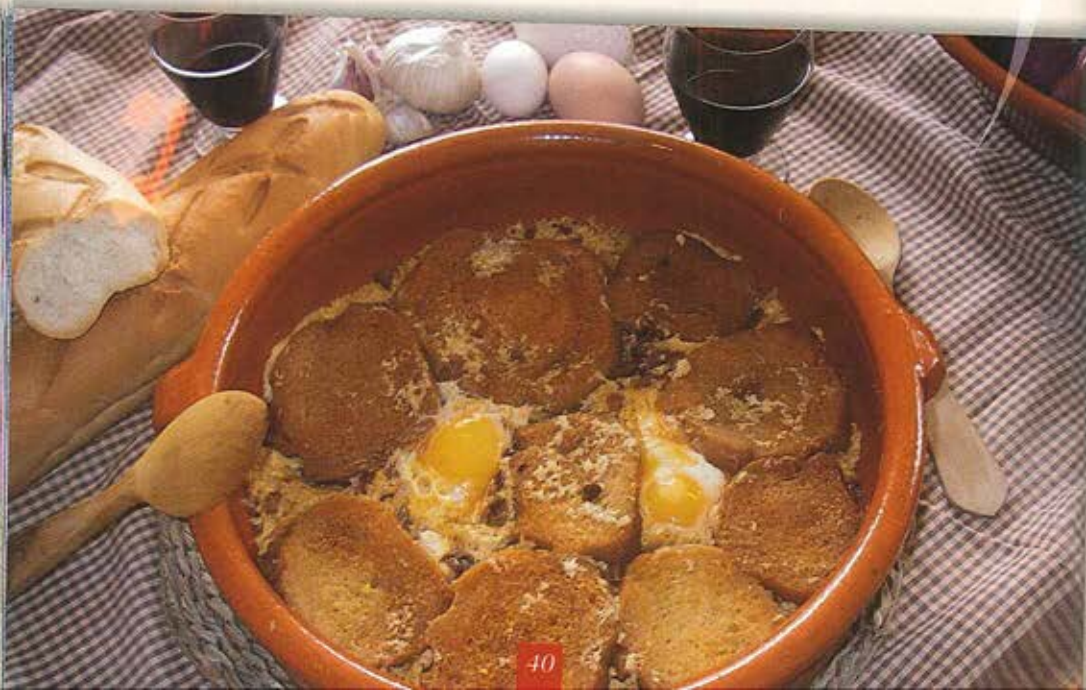
Sopa d'all

Ingredients:

- Mitja barreta de pa dur a talladetes
- Ous
- Pebre roig
- Mitja cabeça d'all
- Oli, safrà i sal

En una cassola de fang es sofrigen els alls, es trauen i es sofrig el pa. Després afegirem l'aigua, els alls sofregits i abans de que es calfe l'aigua, un ou batut, la sal, el safrà i una culleradeta de pebre roig. Es deixa bullir uns 15 minuts.

Dos minuts abans d'apagar el foc es deixa caure un ou per persona.



Dolços



La varietat de dolços i rebosteria de Relleu és molt gran. Aquests dolços s'elaboraven en funció de l'època de l'any. A Pasqua es preparaven les tonyes i les mones; per Nadal torrades, massapà o pastissets de glòria i per les festes patronals: almerelles, mantegadetes, quatre iguals, tortades, bescuits, etc. (la temperatura i el temps de forn, és orientativa; tot depèn del tipus de forn: elèctric, llenya...)

Bunyols



Ingredients:

- 1 Kg de farina
- 1/4 de pastilla de llevat
- 1 litre de llet
- Carabassa dolça
- Ratlladura de llimó
- 2 rovells d'ou
- Canyella i anís

Bullirem la carabassa i l'escorrerem bé.

Amb la llet tèbia es desfà el llevat i es barreja amb la carn de la carabassa, després se li posa la ratlladura del llimó, una culleradeta de canyella, un xorret d'anís, els dos rovells d'ou i se li posa la farina fins que quede la pasta lleugerament espessa per omplir la bunyolera. Es tapa per deixar-la reposar.

Mentre reposa la pasta, calentarem l'oli i amb la bunyolera calenta farem els bunyols.

Una varietat són els bunyol d'arròs. Es diferencien en que es posa 1/2 de farina i 1/2 d'arròs ben bullit i ben pastat. En aquest cas no es posa carabassa.



Coca dolça



Ingredients:

- 6 ous
- 200 cl. d'oli
- 400 cl. de llet
- 750 gr. de sucre
- 750 gr. de farina (500gr. de farina i 250gr. de ametla molta, si la volem fer d'ametla)
- 6 gracioses blaves i blanques.

En un recipient es posen les 6 clares a punt de neu i sense deixar de remenar el sucre, els rovells d'ou, la ratlladura d'una culleradeta de canyella, l'oli i l'ametla (si la volem fer d'ametla) fins que estiga ben barrejat. Al final es posa la farina i la llet restant. ho tot, es deixa reposar un poc. Quan es posa al forn es posen les gracioses i tot en una llanda gran coberta amb

Forn a 180°C uns 45 minuts aproximadament



Codonyat



Es pelen els codonys i es trossegan, a continuació es pesa la carn de codony. Tot seguit es bullen i s'escorre la carn per a desfer-la, fent una massa que es torna a posar al foc afegint el seu pes de sucre. A foc lent i contínuament remenant per a que no s'apegue, fins que el sucre es desfà i la massa adquireix el seu color característic, per comoditat es pot fer en dos dies consecutius.

(A aquesta massa se li pot posar un poc de canyella)

Per últim, el codonyat s'esten en una llanda i es deixa unes dies per a que s'eixugue.

Ingredients:

- Codonys i sucre

Pastissets de moniato



Ingredients:

- 2 gots d'oli d'oliva
- 1 got d'aiguarent o de sala
- 1 got de sucre
- Canyella, ratlladura de llimó i un rovell d'ou

Es posa l'oli al foc, i amb l'oli calent s'escalfa la farina, es posa el sucre, l'aiguarent, el rovell i es pasta tot. Després amb ajuda d'un paper de tonya es van fent coquetes que es retallen amb la boca d'un got. Seguidament s'omplin de moniato confitat i es tanquen com si foren empanadetes.

Per acabar es passen per ou, canyella i sucre abans de ficar-los al forn.

Forn a 180°C uns 15 minut.

Moniato confitat

Ingredients:

- Moniatos i sucre.

Es pelen els moniatos i es bullen amb raïm de pell d'un llimó i amb canyella amb raïm. Seguidament es pesa el moniato, a 1kg de moniato escorregut se li afeg 1/2 kg de sucre. Es barreja el sucre i el moniato i es posa al foc per a que el sucre es desfà, sempre remenant bé i a poc foc per evitar que s'apegue (es pot fer en dos dies consecutius, un dia bullir-los i l'altre ensucrar-los, estaran ben escorreguts).

Una vegada confitat el moniato, aquesta pasta està preparada per farcir el pastís de glòria o els pastissos de moniato.



Quatre iguals



Ingredients:

- 250 gr. d'ametla
- 250 gr. de sucre
- 250 gr. de farina
- 250 gr. de mantega de porc
- Ratlladura de llimó i canyella

A parts igual es pasta: la farina, el sucre, l'ametla i l'oli. Una vegada pastat es fan boletes i s'esclafen fent coquetes d'un dit de grosses, les quals es retallen amb la boca d'un gotet. Abans de posar-se al forn es pinten amb un ou batut. Forn a 180°C uns 20 minuts.



Rollets de candeal



Ingredients:

- 1/2 kg de farina de candeal
- 2 gots grans d'aiguarent
- 1 got gran d'oli
- 1 got gran de sucre
- 3 gracioses

Es pasten ben pastats per a que la pasta ben dura, i per damunt es posa un pessic amb canyella.

Forn a 200°C uns 15 minuts.



Tonyes i mones de pasqua



Ingredients:

- Matalafuga (anís en gra)
- 2 kg de farina de força
- 9 ous
- 600 gr. de sucre
- 75 cl d'oli d'oliva
- 125 gr. de llevat
- Un llimó

En un casset bullir matalafuga (anís en gra) amb tres trossos de pell de llimó, i colar-ho.

En un llibrell es posa la farina, el sucre, l'aigua bullida amb el llevat desfet. Mentre anem pastant-ho tot afegim 8 ous batuts i l'oli. Aquesta massa hi ha que deixar-la molt ben treballada, si s'aplega a les mans i al llibrell s'afeg un poc d'oli.

La pasta es tapa i es deixa reposar, en un lloc calent, aproximadament un hora o fins que augmente un triple el seu volum.

A continuació la pasta es talla a trossos i se li dona la forma de tonya, col·locant-se sobre un paper vegetal i tornant-se a deixar tapada fins que torne a augmentar.

Amb un ou batut es pinten les tonyes;. Per a ficar-les al forn se li posa una cullerada de clara a punt de neu en la part més alta i un pessic de sucre, com a decoració.

El forn hi ha d'estar fluix, anar vigilant-les fins que estiguen bones.

Forn a 160°C de 20 a 30 minuts.

En Pasqua de Resurrecció es preparen amb la mateixa pasta les típiques mones, amb el seu ou i la creu; de formes molt variades. Es preparaven també tonyetes més xicotetes i els ous es colorien bullint-los amb paper de seda de diferents colors.

Tortada d'ametla



Ingredients:

Tortada de 8 ous:

- 8 ous, el blanc de l'ou a punt de neu.
- 1/4 d'ametla
- 1/4 de sucre
- 1 cullerada de farina
- Ratlladura de llimó i canyella

Tortada de 12 ous:

- 12 ous, el blanc de l'ou a punt de neu.
- 1/2 kg d'ametla
- 1/2 kg de sucre
- 2 cullerades de farina
- Ratlladura de llimó i canyella

Primer es bat el blanc de l'ou a punt de neu, després es posa el sucre, després els rovells i últim la farina d'ametlla. S'aboca tota la pasta en una llanda redona i fonda, recoberta amb paper vegetal.

30 minuts a 180°C





Almendraos

Ingredients:

4 ous, 1/2 kg de sucre, 1/2 kg de farina d'ametla, Llimó ratllat

Es baten els ous a punt de neu i es pasta tot, fent una pasta que ha de quedar dura, i al forn a 180°C uns 10 minuts.

Mantegades d'ametla

Ingredients:

1/4 kg de mantega de porc
1/4 kg de sucre
1/4 kg de farina d'ametla
1/4 kg de farina
4 rovells d'ou
1 ditet d'oli d'oliva i canyella

Tot pastat, es van fent les mantegadetes. Es fan boletes amb la mà i s'esclafen un poc. Se les posa per damunt una culleradeta de clara d'ou batuda i un pessic de sucre i canyella.

Forn a 180° C uns 15 minuts.



Pastissets de glòria

Ingredients: 1/4 i meitat d'ametla pelada i molta, 1/4 de sucre

Es posa al foc un got xicotet d'aigua, a la qual en estar calenta se li afeg el sucre i quan comença a bullir es trau del foc i es pasta amb la farina d'ametla pelada. Amb aquesta pasta es van fent boletes amb les mans banyades per a que no s'apeguen, després s'aplanen fent coquetes fines en tot el que dona la mà. Seguidament aquestes coquetes s'omplien amb el moniato confitat i s'enrotllen formant boletes que es passen per la clara d'ou i es deixen tota la nit, a l'endemà es posen en una llanda espolvorada amb farina i al forn flux molt poc de temps. Quan es trauen del forn es passen per sucre glassé i s'enrotllen amb paper. Forn a 150°C uns 10 minuts.

Magdalenes

Ingredients: 4 ous, 1/2 kg de sucre, 1/2 kg de farina, 1 got de llet, 1 got d'oli d'oliva, 4 gracioses, canyella i ratlladura de llimó

Tot ben mesclat en un recipient. Amb la pasta s'omplien els motlles i per damunt se li posa un pessic de sucre i canyella.

Forn a 180° C uns 20 minuts.

Orxata Relleuera



Un o dos dies abans es posen a remull gallons d'ametla, l'arròs i les xufes. (poden utilitzar-se també gallons d'ametles verdes "pa...

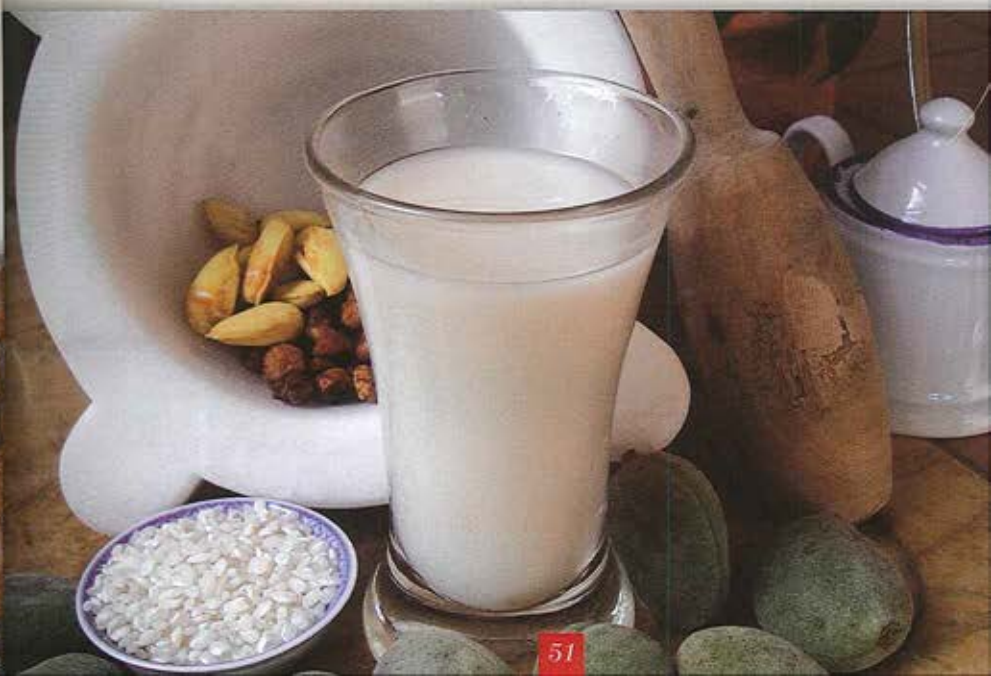
Per elaborar l'orxata, s'escorren els ingredients en un morter es pica tot ben picat fins que es fa una massa homogènia. A aquesta picada se li afeg 2 o 3 litres d'aigua (depenent de la concentració que es vulga per a l'orxata) i es deixa macerar durant 4 hores.

Amb un colador es separa l'aigua de la picada. La substància resultant se li afeg el sucre i s'hi afeg un poc de canyella en pols i una pell de llimó.

Per últim es posa a congelar abans de consumir-la.

Ingredients:

- 250 gr. d'ametla
- 250 gr. d'arròs
- 250 gr. de xufa
- 250 gr. de sucre



Herbero



Aquesta beguda estomacal s'ha de preparar durant el mes de juny, ja que és en aquesta època de l'any quan es recullen els seus ingredients principals.

Ingredients:

- Camamirla
- Cantueso
- Timonet
- Timó reial
- Herba Lluïsa
- Sàlvia
- Romer
- Fenoll
- Pericó o herba de Sant Joan



En un calder es posen a bullir les 9 herbes acabades de recollir, uns 10 - 15 minuts amb uns quants grans de café. Després s'apaga el foc i es posa el sucre a gust de cadascú; es va remenant fins que es disolga completament el sucre.

En estar gelat es lleven les herbes i es cola amb dos coladors a la vegada, un de metall i l'altre de tela.

La mesura per fer l'herbero és de tres quartes part del beuratge d'herbes bullides i una quarta part d'aiguardent. Es deixa reposar aquesta mescla i al dia següent s'embotella, si és possible en botelles de 2 litres o més.

Dins de la botella es fiquen 6 - 7 cireres, 2 branquetes de canyella, unes estreletes d'anís i una branqueta d'herba Lluïsa sense les flors.

Es deixa a mig tancar durant 12 hores. Es convenient que la botella tinga una aixeta per facilitar l'extracció de l'herbero.

SALUT!

EDITA:
Comissió de Festes
Mare de Déu del Miracle 2011, Relleu

PATROCINA:



Obra Social

COL-LABORA:



**AJUNTAMENT
DE RELLEU**