



Cocina de los Templarios



EXCMO. AYUNTAMIENTO
JEREZ DE LOS CABALLEROS

JAVIER GARCÍA GUERRA



Cocina de los Templarios





presentación

El recetario que ahora tienen en sus manos ha sido ideado, por una parte, para dar a conocer algunas recetas olvidadas aunque adaptadas a los nuevos tiempos e ingredientes- y, por otra, para dotar de un atractivo más al tradicional Festival Templario de Jerez de los Caballeros.

Basado su contenido en la cocina templaria se han cambiado algunos ingredientes, principalmente por no existir en la actualidad, solucionándose con la incorporación de otros similares.

La cocina actual siempre ha tenido una base que es la cocina tradicional y la tradicional viene de la cocina Templaria, Sefardi, Romana, Hispano visigoda o Andalusí todas ellas han contribuido a la cocina actual.

El autor, Javier García Guerra, en una meticulosa investigación, ha sabido rescatar lo mejor de las distintas culturas mencionadas y conformar un amplio recetario que se espera sea del disfrute de

los paladares más curiosos y exigentes.

Javier García es uno de los nombres del mundo de la alta cocina con más proyección en nuestra tierra. Desde que, en el año 2004, ganara el premio al mejor cocinero extremeño, su curriculum no ha dejado de aumentar notablemente. Varias publicaciones, cargos en el mundo corporativo de los fogones e innumerables actividades de promoción del arte culinario hacen que este autor sea referencia para todo aquel que quiera inmiscuirse en este secular oficio.

Para el Ayuntamiento de Jerez de los Caballeros, a través de sus concejalías de Cultura y Turismo, es un motivo de satisfacción que haya querido prestar sus conocimientos para dotar de una nueva visión a este tradicional evento templario: su relación con la cocina.

que aproveche

Receptario





AJO COLORADO

ingredientes

Pan (1 bollo)
Agua
Pimentón dulce
Ajo
Comino
Sardinas

preparación

Machamos los cominos enteros, en un mortero, con una pizca de sal.

Añadir y majar dos dientes de ajos pelados. Añadir el pimentón dulce. Desenliar, con agua, la mezcla anterior.

Ponemos a calentar el agua, añadiendo lo anterior y cubriendo con las rebanadas de pan y unos lomos de sardinas asadas. Servir caliente.

SOPA DE ESPÁRRAGOS

ingredientes

Espárragos
Aceite
Ajos
Pimiento rojo
Patatas
Agua
Cilantro
Laurel
Leche
Huevo
Pimentón dulce

preparación

Poner en una cazuela un poco de aceite, y pochar media cebolla y cuatro ajos laminados. Añadir pimiento rojo. Freír hasta que se poche. A continuación freír los espárragos, añadir las patatas en láminas un poco gruesas. Echar un poco de agua, cilantro verde en manojo y una hoja de laurel.

Finalmente, añadir la leche. Cuando la verdura este en su punto, echar un huevo crudo y escalfar.



SOPA DE ALCACHOFAS

ingredientes

Alcachofas (1Kg)
Ajos
Comino
Aceite
Arroz (150g.)

preparación

Pelar y partir a cuartos las alcachofas, frotarlas con limón y ponerlas en agua fría.

Poner en una cazuela agua a hervir con un chorro de aceite, dos ajos machacados y diez cominos.

Cuando empiece el hervor echar las alcachofas y cocer hasta que estén tiernas.

Entonces incorporamos el arroz, que debe estar escaldado y dejarlo hacer durante doce minutos.

PUCHERO DE VERDURAS

ingredientes

Guisantes (1 Kg.)
Zanahorias (3 uds.)
Patatas
medianas (3 uds.)
Cebollas (10 grs.)
Jamón ibérico (150g.)
Aceite de oliva
Una hora de laurel
Perejil
Azúcar
Sal y pimienta
negra molida

preparación

Pele las cebollas y pártalas por la mitad. Lave las zanahorias, ráspelas, pélelas y córtelas en rodajas bastante finas. Pele las patatas y córtalas en cuadro. Finalmente desgrane los guisantes.

A continuación vierta en una cazuela de barro todas las verduras preparadas y agregue el jamón picado, finito, y una rama de perejil picada. Incorpore el laurel, una pizca de azúcar y sazone con sal y pimienta molida al gusto. Rocíe con el aceite, remueva todo bien, tape la cazuela y cocine a fuego lento hasta que las verduras estén tiernas.

Finalmente, vierta las verduras en una fuente de servir caliente como primer plato.



BERENJENAS A LA PARRILLA

ingredientes

Berenjenas (4 uds)
Cebollas (2 uds.)
Lechuga
Puré de tomate
Aceite de oliva
Sal gruesa

preparación

Asar las berenjenas sobre la parrilla a fuego lento dándole la vuelta asándolas por los dos lados.

Una vez asadas se pelan y se pican junto con la cebolla, condimentándola con aceite, sal y orégano.

Si se desea, se puede mezclar con puré de tomate.

CONEJO DE CAMPO

ingredientes

Conejo de campo (700g.)
Cebollas pequeñas (3 uds.)
Aceite de oliva (200 cl.)
Tres dientes de ajo
Un poco de perejil, sal y tomillo
Un vaso de agua

preparación

En una cazuela de barro poner el aceite de oliva a fuego lento y rehogar la cebolla. Cuando esté pochada, añadimos el conejo, previamente picado y salado, dejándole cocer durante unos 10 minutos, dándole vueltas de vez en cuando.

Añadir el agua y dejarlo cocer 30 minutos.

Machacar en un mortero el ajo, perejil, tomillo y una pizca de sal. Añadir el contenido del mortero al guiso antes de sacarlo del fuego.



ESTOFADO DE TERNERA

ingredientes

Carne de ternera
a dados (600g.)
Zanahorias (500g.)
Sofrito de
pimientos
Guisantes (500g.)
Judías verdes (300g.)
Sal
Pimienta
Aceite de oliva
Pan

preparación

Remojar la carne en aceite de oliva.
Cuando esté dorada le agregaremos las zanahorias troceadas.
Incorporar el sofrito y salpimentar.
Añadir el agua hasta cubrir la carne, los guisantes y las hierbas.
Dejar cocer hasta que la carne esté tierna.
Rallar el pan e incorporárselo para espesar la salsa.
Rectificar sal y pimienta.

REVUELTO DE TRIGUEROS

ingredientes

Espárragos
Ajo
Rebanada
de pan frito
Laurel
Aceite de oliva
Vinagre
Sal

preparación

Aprovecharemos la parte más tiernas de los espárragos.
Freiremos abundante ajo partido en una sartén y retirar.
En ese mismo aceite freír unas rebanadas de pan y una hoja de laurel y volver a reservar.
Dejar enfriar algo de aceite de la sartén y pasar los espárragos hasta que se ablanden ligeramente. Machar en un mortero los ajos y el pan frito. Desenliar con agua. Añadir el majado, una pizca de comino, un poco de vinagre y sal. Añadir a los espárragos. Cocer un momento.



PERDIZ A LA SALVIA

ingredientes

Perdiz de campo (2 uds.)
Pimienta negra
Aceite de oliva
Vinagre
Una rama de salvia

preparación

Limpiar las perdices. Salpimentar por dentro y por fuera; pasar por el aceite de oliva y dorar.

Pasar a una cacerola y poner a cocer con un vaso de agua, un poco de aceite de oliva y un vaso pequeño de vinagre de vino, una cabeza entera de ajo y un ramo de salvia. Cocer hasta ablandar.

JUDÍAS BLANCAS CON LIEBRE

ingredientes

Judías blancas (500g.)
Liebre (500g.)
Una cebolla
Un pimiento rojo
Dos dientes de ajo
Dos hojas de laurel
Sal
Aceite de oliva
Un vaso de vino blanco

preparación

Se ponen las judías la noche antes a remojo.

En una cazuela se hace un sofrito con la cebolla, aceite, ajo, laurel y aceite.

Se agrega la liebre y se rehoga todo muy bien, el vino blanco y sal.

Se le añade un litro de agua y las judías blancas se dejan cocer a fuego lento.

Las judías tienen que estar cubiertas con el agua, dejándolas hervir una hora aproximadamente, hasta que estén hechas

El caldo tiene que estar espeso y ligado.



COCHINILLO AL HORNO

ingredientes

Cochinillo
de 4 ó 5 Kg.
Sal (300g.)
Vaso de
vino blanco
Manteca de
cerdo para untar
Dos limones

preparación

Se unta la manteca en el cochinillo con la sal, el vino blanco y se cortan los limones a la mitad y se le añade.

Se mete al horno con un poco de tomillo y romero seco a una temperatura de 225° de temperatura, una hora y media aproximadamente, hasta que esté tierno.

PERDICES DE CAMPO ESTOFADAS

ingredientes

Perdices (4 uds)
Cuatro
dientes de ajos
Una cebolla
Un puerro
Dos zanahorias
Dos lonchas
de tocino
Un vaso de
vino tinto dulce
Dos tomates
Aceite de oliva

preparación

Limpiamos muy bien la perdiz y ponemos el tocino en el interior de la perdiz.

Cortar en dados la cebolla, ajos, puerros, zanahoria y tomates.

Untar una placa de horno con aceite de oliva y colocar en ellas las perdices.

Ponemos al horno a una temperatura de 200°, durante 15 minutos, y cuando esté dorada le añadimos el vino.

A continuación las ponemos en una cacerola a fuego lento durante una hora y media aproximadamente.

Una vez estén tiernas las sacamos de la cacerola y trituramos la salsa y, seguidamente, le añadiremos de nuevo las perdices.



ATÚN CON DÁTILES Y MENTA

ingredientes

Atún (800g)
Pimienta
Semilla de apio
Aligustre
Semillas de hinojo
Dátiles (200g.)
Miel
Vinagre
Vino dulce
Aceite

preparación

Una vez asado el atún en brasas, se sirve con una salsa de pimienta, aligustre, semillas de apio, hinojo, menta, dátiles, miel, vinagre, vino y aceite, todo muy machado.

ESTURIÓN AL ESTILO DE POSADA

ingredientes

Esturión (800g.)
Setas (400g.)
Un litro de
vino cocido
Cebollas (500g.)
Comino
Cilantro
Aceite
Miel
Vinagre

preparación

Limpiamos y cortamos el esturión.
Asamos con las setas y un poco de aceite.
Añadimos la cebolla muy picada, el comino, vino, miel y vinagre.
Una vez asado espolvorear con cilantro.



BOLLOS

ingredientes

Almendra
molida
Azúcar (120g.)
Media docena
de huevos
Ralladura
de limón

preparación

Amasamos todos los ingredientes y hacemos pastas pequeñas o bollos grandes. Adornar con almendra entera pelada.

Cocer en el horno durante 15 minutos a 180 grados.

Al sacar del horno pintaremos los bollos con un almibar de azúcar y agua.

DULCE BLANCO TIERNO

ingredientes

Miel (500g.)
Almendras
peladas (250g.)
Cinco claras
de huevos

preparación

Ponemos en el fuego lento la miel en un recipiente hondo, removeremos muy bien.

Cuando esté bien caliente retiramos del fuego y batiremos hasta que espese y se enfríe.

Añadimos las claras de huevo y batimos hasta que se mezclen muy bien.

Ponemos de nuevo a fuego lento y, sin dejar de mover, le añadiremos las almendras.

Retirar del fuego y dejar enfriar.



ROSQUILLAS RELLENAS CON AZÚCAR

ingredientes

Harina (500g.)
Azúcar (200g.)
Almendras (200g.)
Un litro de
agua de rosa
Sal y canela

preparación

Se amasa la harina con un poco de agua y sal hasta formar una pasta homogénea que no se pegue a los dedos.

Se cortan las almendras y después se trituran en un mortero mezclándose muy bien con el azúcar, un chorrito de agua de rosas y un pellizco de canela.

Se deja reposar la masa durante un par de horas cubierta con un paño.

A continuación se forma con ella, sobre una superficie lisa previamente engrasada con mantequilla, una tira larga y delgada de unos 15 cms. de largo que luego se rellena con la almendra.

Se forma con ello un rollo que se cierra por los extremos y con el que se moldea una rosquilla juntando nuevamente los extremos y apretándolos muy bien con los dedos mojados.

Estas rosquillas se pueden llevar al horno o freírlas en abundante aceite, espolvoreándose después con azúcar.



TRABADO DE AZÚCAR



ingredientes

Azúcar (400g.)
Agua (200g.)
Almendras
peladas y
picadas (200g.)
Agua de
rosa (100g.)
Aceite de
almendras (100g.)

preparación

Ponemos en una olla al fuego el agua, el azúcar y el agua de rosas hasta hacer un almíbar fuerte.

Una vez echo el almíbar, añadir las almendras.

Remover y poner de nuevo al fuego hasta que este bien trabado.

Para finalizar, colocar el trabado sobre una placa engrasada con el aceite de almendra, dejar enfriar un poco y darle forma redonda y plana.



BOCADITOS DE ALMENDRAS Y CLAVO

ingredientes

Almendras
tostadas (500g.)
Tres huevos
Azúcar (100g.)
Un poco de
clavo molido
Una cucharada
de canela molida
Levadura en polvo
Vainilla
azucarada (1 ud.)

preparación

Triturar las almendras dejando un puñado para adornar.

Verter el azúcar en una ensaladera, agregar los huevos y el clavo. Batir enérgicamente. Incorporar las almendras picadas, amasando hasta obtener una pasta homogénea.

Coger pequeñas porciones de pasta, aplastar ligeramente, y meter al horno a cocer a una temperatura de 150°C, durante 10 minutos.

Con cada porción ponemos un poco de almendra molida por encima.



REVENTONES

ingredientes

Almendras
crudas (300g.)
Nueces
peladas (125g.)
Dos huevos
Cáscaras de
limón ralladas
1 cucharada
de canela
Azúcar (200g)

preparación

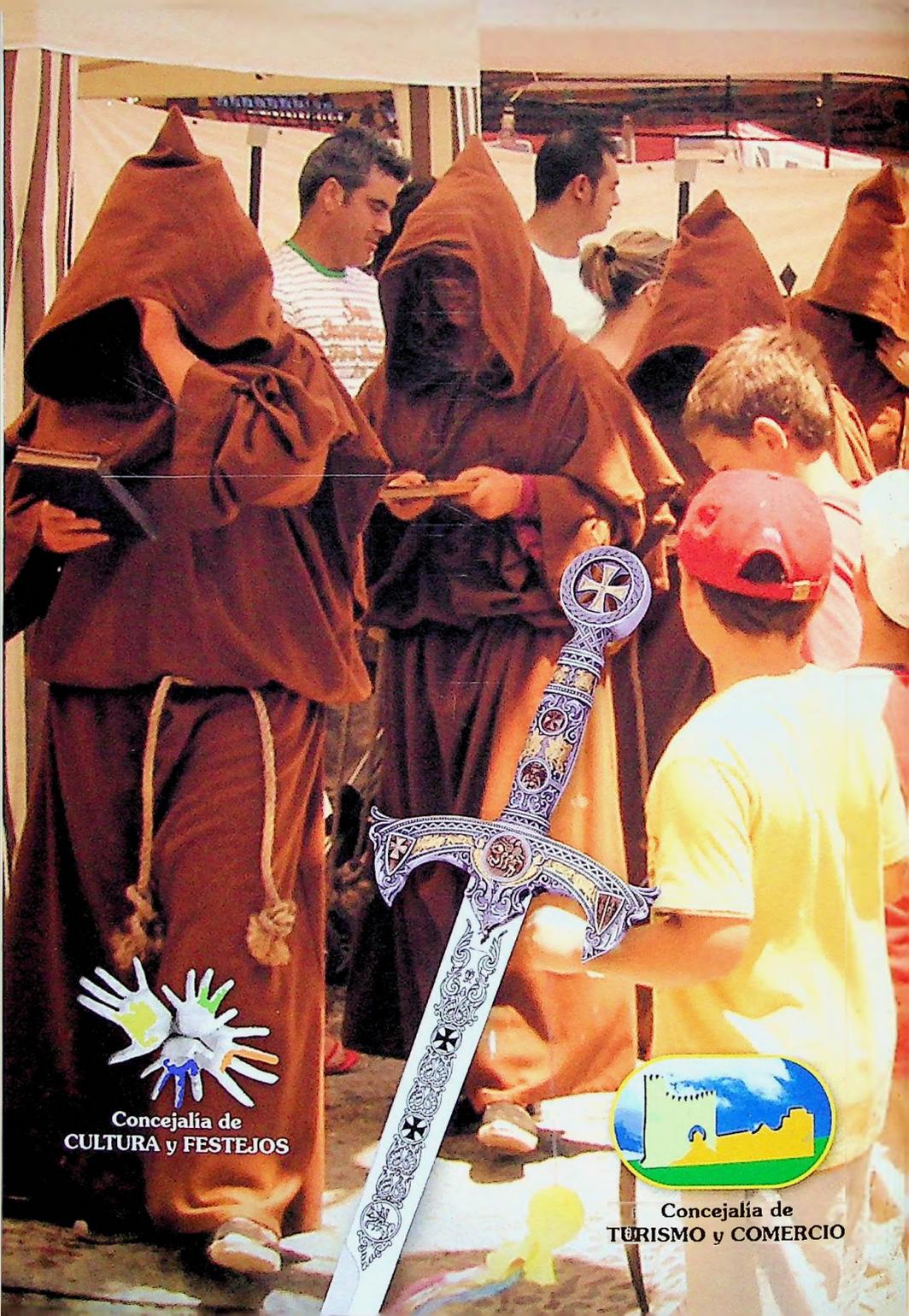
Se trituran las almendra y después las nueces, dejándolas muy trituradas.

Se mezcla en un recipiente la almendra y la nuez picada con los huevos, la ralladura de limón y la canela. Se tapa con papel film y se deja reposar en frío el día antes de la elaboración.

Se forma unas bolas del tamaño de una nuez, se pasa por azúcar y se coloca sobre cápsulas de papel y papel parafinado en una placa de horno a una temperatura de 180° C, durante unos 8 minutos.

Las bolas estallarán con el calor por eso se llaman reventones.





Concejalía de
CULTURA y FESTEJOS



Concejalía de
TURISMO y COMERCIO