

Guía  
gastronómica  
*de* **Recetas**  
**Tradicionales**  
*del* Rincón de  
Ademuz

RINCÓN DE ADEMUZ

**Q**UALITAT INTERIOR

MARCA DE CALIDAD





RINCÓN DE ADEMUZ

# QVALITAT INTERIOR

MARCA DE CALIDAD



# Prólogo

Me complace presentaros esta guía de 20 recetas tradicionales de la gastronomía del Rincón de Ademuz. Una guía que recoge la sabiduría y herencia cultural de nuestra comarca, a través de alimentos, recetas, técnicas culinarias, utensilios de cocina, festividades, trabajos del campo y sobretodo personas. Las personas son clave a la hora de asegurar la continuidad de estas recetas tradicionales y en algunos casos hasta históricas. Si bien hoy en día ya no se pueden preparar con tanta dedicación por falta de tiempo en el día a día, no podemos dejar perder esta gastronomía tan nuestra, tan sabrosa y tan especial. Es esencial que la restauración del Rincón de Ademuz vuelva a ofrecer en sus cartas estas recetas que hoy día un nicho de consumidores busca pero no encuentra. Hace falta la mano de los chefs actuales para ponerlas en valor. Recopilar estas recetas y darle visibilidad a través de esta guía es uno de los primero trabajos que abordamos desde la Mancomunidad del Rincón de Ademuz para promocionar nuestra gastronomía tradicional. La guía podrá descargarse de la web [www.qualitatinterior.com](http://www.qualitatinterior.com) la nueva marca de calidad territorial del Rincón de Ademuz, y

también a través de Jornadas Gastronómicas que contarán con la participación de restaurantes de la comarca para ofrecerlas en sus menús y que el público asistente pueda volver a disfrutarlas con todo el rigor y sabiduría de la comarca. Inspirados por el recetario tradicional redactado por las mujeres de la Escuela de Adultos Jaime I de Ademuz, hemos seleccionado las 20 recetas que nos han resultado más atractivas o interesantes a la hora de transmitir al consumidor actual. Por este motivo, quiero agradecer sinceramente la ayuda que todas estas cocineras amas de casa nos han prestado para poder diseñar esta guía. Seguro que durante los próximos años tendremos que ampliar esta guía para seguir enriqueciendo las cartas de la oferta gastronómica del Rincón de Ademuz. No se puede perder la sabiduría de nuestras cocineras, transmitida de generación en generación. Tan solo me queda deseáros que disfrutéis de esta guía de recetas.

**Eduardo Aguillar Villalba**

**Presidente, Mancomunidad Rincón de Ademuz**





# Índice

## 1.- OBJETIVO

- 08 A la conquista de la Qualitat Interior
- 11 Un impulso para la comarca

## 2.- EL PAISAJE CON QUALITAT INTERIOR, EN EL PLATO

- 14 Las carnes
- 16 Los cereales
- 18 Las manzanas

## 3.- GASTRONOMÍA TRADICIONAL

- 22 Los platos de cuchara
- 24 La conserva de alimentos
- 26 La repostería y los dulces

## 4.- COMIDAS SALADAS

- 30 Regañao
- 32 Mona saldada
- 34 Gachas
- 38 Arroz empedrao
- 40 Almortas
- 42 Migotes
- 44 Puchero de pueblo

## 5.- CONSERVA DE ALIMENTOS

- 48 Orza de frito
- 50 Adobo Enajao
- 52 Adobo en aguasal
- 54 Tomates secos
- 56 Aliño de olivas caseras
- 58 Aliño de olivas de sosa
- 60 Manzana esperiega confitada

## 6.- POSTRES, TARTAS Y DULCES

- 66 Buñuelos de manzana
- 68 Tarta de manzana esperiega
- 70 Alajuz
- 72 Píngano
- 74 Torta de manteca y chichorritas
- 76 Turrón negro o guirlache

## 7.- AGRADECIMIENTOS

# Objetivo

## *A la conquista de la Qualitat Interior*

**Al amparo de la nueva marca territorial de calidad creada, Qualitat Interior, para representar a la comarca del Rincón de Ademuz a escala local, nacional e internacional, surge esta pequeña guía de recetas tradicionales, con dos objetivos claros.**

De una parte, poner en valor y visibilizar el producto y la cultura gastronómica local tradicional, a las generaciones presentes y futuras.

De otra parte, inspirar y motivar al sector hostelero de la comarca, para recuperar dichas recetas tradicionales en sus cartas, como principal elemento tractor que atraiga al público que anda buscando precisamente lo que el Rincón de Ademuz puede ofrecerle: autenticidad, calidad y tradición.

Los alimentos utilizados en la elaboración de estas recetas son de la comarca, dibujan su territorio y su paisaje.

El Rincón de Ademuz, ha sido históricamente una comarca agrícola cultivando gran variedad de productos de huerta como patatas, tomates, pimientos, cebollas, ajos... para autoconsumo, así como el cultivo del manzano y del almendro aún en la actualidad.





## 1. Objetivo

Tradicionalmente también ha sido zona de cereales, vid y olivos, éstos dos últimos en proceso de recuperación en la actualidad.

Mención especial merece la crianza y matanza del cerdo en las casas como fuente de productos básicos en la economía y alimentación familiar.

Una comarca de 370 km cuadrados. Un territorio de interior, un crisol de paisajes agrícolas, fluviales y forestales, salpicado por 7 municipios rurales que a lo largo de la historia han desarrollado una gastronomía que se nutre directamente de sus paisajes y en la que además confluyen tres culturas peninsulares: la aragonesa, la castellana y la valenciana.

Sí, el Rincón de Ademuz ofrece una singularidad gastronómica excepcional, que solo los territorios-frontera son capaces de regalarnos de manera natural.

Ahora, en la era de las fusiones gastronómicas, donde se suman las influencias de estas y aquellas culturas, resulta que el Rincón de Ademuz lleva siglos realizándola, su posición geográfica así lo ha querido.

Descubramos pues cuáles son estas recetas tradicionales, las que ahora busca el visitante.

Pero no a un visitante cualquiera. A aquellos que saben apreciar y valorar, la estrecha relación entre cocina y paisaje de la que puede presumir esta comarca, y la tradición que esconden sus recetas.

A continuación esta guía recoge las primeras 20 recetas tradicionales del Rincón de Ademuz, y que han sido posibles gracias a la colaboración de los restaurantes El Desván y Casa Domingo, ubicados en la comarca, pero sobre todo al recetario elaborado por las Mujeres de la Escuela de Adultos de Ademuz.



*Un impulso para la comarca del Rincón de Ademuz: la puesta en valor de las recetas tradicionales de su gastronomía.*

### **Un impulso para el Rincón de Ademuz**

Inspira y motiva al sector hostelero de la comarca, es un objetivo clave para recuperar dichas recetas tradicionales en sus cartas, como principal elemento tractor que atraiga al público que anda buscando precisamente lo que el Rincón de Ademuz puede ofrecerle: autenticidad, calidad y tradición.

La celebración de Jornadas Gastronómicas de Recetas Tradicionales del Rincón de Ademuz servirá para que la restauración de la comarca participe en la elaboración y difusión de dichas recetas, que será previamente presentadas a los restauradores con una misión común, recuperar la gastronomía tradicional y hacerla actual.

Qualitat Interior - Pintxo i Vins de Muz

Guía gastronómica de recetas tradicionales

# 2



# El paisaje *Qualitat Interior*, en el plato

## **Alimentos auténticos. Cultivados y criados en la propia comarca del Rincón de Ademuz.**

Predominan variedades y razas, autóctonas y naturalizadas a lo largo de las décadas, que han ido definiendo la identidad de su paisaje. Trigo Aragón 03, Almendra Desmayo Rojo, más de 100 variedades tradicionales de Tomate del Rincón, Manzana Esperiega famosa por su exquisitez, pero también las Manzanas Miguela, Ricarda, Normanda, García, Comadre...En la Vega del Río Turia se sitúan las fértiles huertas que dan lugar a un gran surtido de verduras, frutas y hortalizas. En temporada, se consumen en fresco, y fuera de ella en conservas, compotas, secas,...La Vega también acoge el cultivo de forraje para la alimentación del ganado.

La carne es un alimento muy presente en su dieta, sobretodo la carne de cerdo. El embutido fresco es de una gran calidad (la longaniza, güeña, chorizo, salchichón, sobrasada, morcilla de cebolla, de pan y de arroz), y la "orza del frito" (carne de cerdo conservada en aceite) hace las delicias de los guisos fuertes del invierno. Y en sus montes encontramos gran variedad de setas comestibles, así como diferentes tipos de plantas aromáticas y medicinales como el tomillo, romero, té, espliego, orégano y manzanilla, entre otras.

**El recetario tradicional del Rincón de Ademuz es fruto de su paisaje, que goza de una *Qualitat Interior* indiscutible.**



# Las carnes

2. El paisaje  
*Qualitat Interior,*  
en el plato

**La carne es un alimento muy presente en su dieta, sobretodo la carne de cerdo.**

El embutido fresco es de una gran calidad (la longaniza, güeña, chorizo, salchichón, sobrasada, morcilla de cebolla, de pan y de arroz), y la “orza del frito” (carne de cerdo conservada en aceite) hace las delicias de los guisos fuertes del invierno.

En la preparación de esta guía de recetas tradicionales de la gastronomía del Rincón de Ademuz, las carnes y embutidos salen a relucir en muchas de las recetas saladas revisadas.

Hoy día, aunque el Rincón cuenta con antiguas dehesas, la cabaña ganadera está presente en territorios vecinos y es en el Rincón de Ademuz donde se ha desarrollado una industria cárnica que se encarga de realizar la antigua mantanza familiar y prepara los diferentes elaborados y adobos.

El cerdo como decíamos, es el principal producto cárnico de la comarca, y en torno a él encontramos no solo las recetas, también herramientas de la matanza, festividades muy marcadas en el calendario, fraseología popular en el habla de la comarca y un largo etcétera.



# Las manzanas

2. El paisaje  
*Qualitat Interior,*  
en el plato

**El Rincón de Ademuz se asocia instantáneamente al cultivo de la manzana Esperiega, famosa por su exquisitez, pero también cuenta con manzanas de otras variedades como la Miguela, Ricarda, Normanda, García, Comadre...**

La manzana es un ingrediente de gran notoriedad en el recetario tradicional del Rincón de Ademuz, no solo en sus postres y repostería, también la encontramos en sus conservas y recetas saladas.

La Esperiega, la que sin duda dota de personalidad diferenciada a su recetario, es una manzana dorada con pequeñas manchas rojizas en el lado por el que están expuestas al sol. Se parecen a las manzanas que custodian las Hespérides de la mitología griega, similitud que posiblemente les dé su nombre.

La Esperiega tiene una pulpa muy dura a la vez que jugosa, lo que las hace muy resistentes, una de sus grandes virtudes: las manzanas, que se recogen en noviembre, aguantan hasta prácticamente el verano siguiente sin necesidad de ninguna cámara frigorífica.

Al probarlas apreciamos un sabor muy dulce. Hay un motivo: en su interior acumulan azúcares que se cristalizan hasta el punto de que parecen hielo. Por eso reciben también el nombre de manzanas heladas.

En 2005 la cooperativa Vircoop C.V. comenzó a recuperar este cultivo tradicional con la compra de terrenos a los agricultores de la zona. Ahora, con una producción cercana a los 500.000 kilos al año, todavía no alcanzan la cantidad mínima para lograr la Denominación de Origen, pero pueden presumir de haber salvado a su fruta más representativa.



# Los cereales

2. El paisaje  
*Qualitat Interior,*  
en el plato

**El cultivo del cereal mantiene todavía fresca su huella en hornos, molinos y pajares del Rincón de Ademuz, así como en las recetas típicas de esta comarca, en su paisaje, en su artesanía y en la actividad de algunos de sus habitantes.**

De la molienda de estos cereales surgen muchas de las comidas que tienen como base este producto, entre ellas, gachas, almortas, buñuelos y prácticamente todas las especialidades que encontramos al revisar el recetario de repostería y postres.

La arquitectura vernácula del Rincón de Ademuz es testigo del cultivo histórico de cereales en esta comarca.

Lo compruebas al visitar el Museo Etnológico de la Puebla de San Miguel; el Molino 'Centro de Interpretación del Agua', de Ademuz; el Museo del Horno, en Mas del Olmo, o la arquitectura popular de Castielfabib.

# Gastronomía tradicional

## *Gachas, enajaos y guirlaches*

**Carnes, cereales, manzanas y almendras se repiten en el recetario tradicional.**

A base de alimentos de su paisaje, el Rincón de Ademuz cuenta con una rica y diversa gastronomía tradicional. Con sus elaborados de carnes de cerdo, como la longaniza, güeña, chorizo, salchichón, sobrasada, morcilla de cebolla, de pan y de arroz, se elaboran tortas como el Regañao, hecha con jamón, sardina y pimiento, o la Mona salada típica de Pascua, rellena de orza y huevos. Las Gachas es quizá el plato tradicional más representativo, realizado a base de harina de maíz cocida en un caldero de cobre y trabajada con un cucharón, que se acompañan de tomate, pollo, conejo, pimientos, bacalao, costillas e hígado de cerdo y ajoaceite. Otros platos típicos que encontramos, el Arroz empedrao, con alubias pintas y carne de cerdo. También los Migotes (ajo, patata, tomate y pan), las Almortas (ajo, tajadas de cerdo y harina de guijas), y el Puchero, entre otras delicias. La repostería elaborada con manzanas del terreno, tiene mucho protagonismo en la gastronomía tradicional, con recetas a base de tartas, buñuelos, pastelitos, mermeladas, y compotas. Con almendras y nueces se elabora el Alajuz, el Píngano, y el turrón.





RINCÓN DE ADEMÚZ  
**QUALITAT INTERIOR**  
MARKA DE CALIDAD



# Platos de cuchara

**Si hay una colección de recetas que da forma a un recetario tradicional, esa es la de los platos de cuchara.**

El frío, la escasez de alimentos, la disponibilidad de más tiempo por parte de las familias a la hora de elaborar la comida, la necesidad de sentarse todos juntos a la mesa a la hora de comer.

Todos estos factores de tiempos pasados, permitieron el desarrollo de un rico surtido de platos de cuchara, bien elaborados a base de unos pocos ingredientes (los de la estación, los de la matanza, los de aprovechamiento),

que hacían las delicias de la comarca del Rincón de Ademuz, y que con mayor o menor suerte han llegado hasta la actualidad.

En la revisión de recetas tradicionales de la gastronomía del Rincón de Ademuz, los cereales sobre todo son los protagonistas de estas recetas tradicionaes que se acompañan de los productos de la matanza, en fresco o en conserva.

Aunque también encontramos platos de cuchara donde el arroz o las legumbres son las protagonistas, como ocurre con su famoso arroz empedrado.



# La conserva de alimentos

**La conservación de alimentos es una práctica que existe desde tiempos ancestrales, tanto en el Rincón de Ademuz como en las diversas culturas del mundo.**

Era la forma de guardar los alimentos por más tiempo, para poder tener comida en los tiempos de escasez. De esta forma también garantizaban su soberanía alimentaria.

En el recetario tradicional del Rincón, la conserva de alimentos se aplica a las carnes, pero también a frutas y hortalizas.

Encontramos de esta manera las confituras, las mermeladas, las compotas, los adobos en aguasal, la orza o los turrone.

Lo más interesante es que estas recetas perviven sobre todo en los hogares de la comarca y también se han convertido en el leit motiv de algunos comercios artesanales que venden compotas, mermeladas, zumos y turrone en formato de conserva.



# La repostería y los dulces

**La almendra y la manzana son sin duda los protagonistas del recetario tradicional repostero del Rincón de Ademuz.**

Una forma de arte que en la comarca han sabido preservar muy bien y que hace las delicias de los paladares de sus habitantes y visitantes.

En el recetario destacan ingredientes naturales como el pan, la miel, la almendra, la manzana, o el chocolate.

La repostería se desarrolló con el paso de los años, y se ha convertido en una parte importante de la cultura

gastronómica del Rincón de Ademuz.

Mucho más que una cuestión de sabor, es una forma de arte que ha permitido a la comarca del Rincón, expresar su creatividad e imaginación, con recetas como los buñuelos de manzana o el guirlache.

Los postres constituían una parte importante de las comidas en el Rincón, ya que añadían sabor y variedad a sus menús.

En esta guía de recetas tradicionales se encuentra una variedad de postres ricos y únicos que pueden satisfacer los deseos de los comensales y añadir un toque de belleza a la comida.



Comi

idas saladas

4.

#### 4. Comidas saladas

El Regañao es una torta horneada con forma de pizza que se cubre con sardina en salazón, jamón de Teruel y pequeñas tiras de pimiento rojo que se suelen incrustar en la masa.

Su elaboración es muy sencilla. Es necesaria una barra de masa de pan (o masa hecha en casa, para los más mañosos).



# *Receta*

**Ingredientes:**

Masa de pan  
Jamón  
Sardina  
Pimiento rojo  
AOVE  
Origen Teruel

## Regañaio

---

**Preparación:**

- Se enharina una superficie de mármol y se amasa la masa mezclándole, poco a poco, un buen aceite de oliva.
- Después se estira la masa en la bandeja del horno, en una única porción o cortada en varias, a gustos, y encima se pone por encima el jamón de Teruel y la sardina en salazón.
- Se incorporan los pimientos, intentado que todo quede bien cubierto, y se dan unas pinceladas de aceite de oliva antes hornear a unos 180º.
- Cuando la masa se vea dorada, normalmente en unos treinta minutos, el 'regañaio' ya está listo para comer.



#### 4. Comidas saladas

Hay muchas variedades de esta mona salada, pero la receta que recogemos aquí es la tradicional de la zona.

Normalmente se utilizaban las tajadas del frito, o sea del arreglo del cerdo que se tenía para todo el año y que da un sabor especial a la masa.



*Receta*



### **Ingredientes:**

1 Kg de masa de pan

4 huevos duros

4 costillas

4 longanizas

4 trozos de lomo.

Aceite del que resultará de freír las tajadas anteriores.

Harina.

## *Mona salada*

---

### **Preparación:**

- Freír o calentar las tajadas y guardar el aceite.
- Colocar la masa en un recipiente donde se pueda trabajar, añadir el aceite anterior y mezclarlo bien.
- Coger la mitad de la masa y moldear en forma de cesta.
- Colocar y repartir los huevos enteros y todas las tajadas anteriores.
- Extender bien la masa que nos había sobrado y ponerla de manera que tape la anterior.
- Se puede hacer algún adorno por encima con masa sobrante y se extiende untando toda la mona un huevo batido con un pincel.
- Meter en el horno durante una hora aproximadamente.





# Gachas

Las gachas presentan muchas variedades. Sólo en la comarca del Rincón de Ademuz encontramos gachas hechas con harina de maíz, con harina de trigo o mezcladas con los dos tipos de harina.

Las gachas en sí no es más que la mezcla de harina con agua y sal. Después a este plato acompaña un sinfín de ingredientes que lo complementan.

Tradicionalmente, era un plato muy básico en la alimentación de esta comarca, se cocinaban y se comían por la mañana, al

levantarse, antes de ir al campo para todo el día.

También ha sido el plato propio del día del matacerdo. Se solían hacer en un caldero de cobre pero da igual utilizar otro tipo de recipiente como cualquier tipo de olla. Es importante tener un cucharón de madera, para poder darle vueltas.

Actualmente hacer gachas constituye casi un día de fiesta y se aconseja comerlas en un día de frío y lluvia. Y como bien dicen después “las gachas son para dormirlas”.

## 4. Comidas saladas



### Cómo comerlas:

Tradicionalmente se comían en el mismo caldero donde se cocían. Una vez removidas, se echaba sobre ellas las tajadas de carne con el “unto” que resultaba de freírlas con el ajo y se mezclaban muy bien. Con cada cucharada, una chicha, o bien se cogía una porción de gachas con la mano y sobre éste un trozo de bacalao o sardina.

La otra manera es colocar cada cosa por separado sobre la mesa y cada uno en su plato de gachas mezclarse los ingredientes que desee sin olvidar el tomate frito y el ajoaceite.





### **Ingredientes (4pax):**

*Para las gachas:*

*8 vasos de agua*

*4 vasos harina de maíz*

*Sal*

## *Gachas*

---

### **Preparación:**

*Para las gachas:*

- En un caldero o cualquier otra olla, se pone el agua a cocer y se espolvorea en ella un puñadito de harina bien extendida de manera que quede como una capa muy fina.

*Para el complemento:*

- Cuando el agua empiece a hervir se echa el resto de la harina. Con el cucharón de madera haremos una cruz sobre el montón de harina y un agujero en medio donde echaremos la sal.
- Dejaremos cocer a fuego lento sin que deje de hervir durante una hora aproximadamente.
- Se retiran del fuego y con el cucharón se remueven hasta conseguir una masa bien unida o uniforme.

*Para el acompañamiento:*

- Freír por separado el bacalao, las sardinas, el conejo, el pollo, la panceta y las tiras del jamón.
- Hacer una picada de ajo. Juntar toda la carne en una sartén o cazuela grande con aceite y añadirle la picada del ajo para freírlo todo conjuntamente de manera que quede bien mezclado con el ajo.

# *Receta*

#### 4. Comidas saladas

Esta receta debe su nombre al aspecto que configura la mezcla de sus dos ingredientes básicos, el arroz y las alubias moradas.

Tradicionalmente podemos hablar de dos tipos de empedrao, de pobres y de ricos en función de los ingredientes que contiene.



*Receta*



### **Ingredientes:**

**(4 personas)**

400 g. de alubias moradas.

300 g. de arroz.

4 trozos de espinazo

de cerdo.

Una pata de cerdo troceada.

300 g. de careta u oreja de cerdo.

2 rodajas de morcilla de pan.

2 morcillas de cebolla.

2 hojas de laurel

Azafrán

Aceite de oliva y sal.

## *Empedrao de ricos*

### **Preparación:**

- Poner a cocer las alubias en una olla con bastante agua y añadir todos los trozos de carne citados en los ingredientes menos la morcilla de cebolla que añadiremos más tarde para que no se deshaga.
- Añadir también el laurel, la sal y el azafrán.
- Cocer aproximadamente durante una hora sin olvidar de añadir la morcilla de cebolla hasta que veamos que el caldo esté hecho.
- En una paella a parte se vierte todo lo anterior y se añade el arroz (2 tazas de caldo por una de arroz), dejándolo cocer unos 20 minutos.



#### 4. Comidas saladas

Esta receta se elabora con la harina procedente de guijas y garbanzos, recibiendo el nombre de harina de almortas.

Este plato, originariamente se comía mojando pan en la misma sartén donde se elabora.



*Receta*

**Ingredientes:**

Harina de almortas.

Ajos, aceite y agua

Tripera de cerdo

Papada de cerdo

Tajadas de brazuelo de cerdo.

## *Almortas*

---

**Preparación:**

- Se sofríen los ajos cortados en láminas.
- Se añade la harina y se sigue removiendo todo hasta tostarla un poco.
- Poco a poco se empieza a echar el agua hasta conseguir una textura no demasiado espesa.
- Se deja cocer durante una 1/2 hora sin parar de remover.

**Variedad de la receta:**

Este plato se puede acompañar con trozos de papada, tripera, y brazuelo fritos previamente para aprovechar el aceite para hacer en él las almortas.



#### 4. Comidas saladas

La base de esta receta es pan, acompañado de pollo y conejo, no lleva huevos. Es como una tortilla pero sin huevos.

Una receta tradicional. Mientras haya alguien que las prepare, seguirán vivas.

Una receta de aprovechamiento, un poco de carne de un día, unas patatas y el pan sobrante de otro.





### **Ingredientes:**

**(4 personas)**

- 2 patatas grandes,
- 300 g de carne de pollo
- 200 g de carne de conejo
- 1 barra de pan  
(del día anterior)
- Agua
- 2 hojas de laurel
- 5 dientes de ajo
- Aceite
- Sal

## *Migotes*

---

### **Preparación:**

- Pelamos, lavamos y cortamos en trozos las patatas como si fuera para tortilla.
- Freímos en abundante aceite caliente.
- Sofreímos los ajos sin pelar y los retiramos.
- Echamos en la sartén las patatas y el laurel.
- Echamos agua hasta que lo cubra todo. Dejamos que hierva unos 20 minutos a fuego medio.
- Quitamos las hojas de laurel y añadimos el pan a trozos. Vamos removiendo y apretando con una cuchara hasta que el pan se integra con el resto de ingredientes.
- Lo tenemos a fuego fuerte hasta que empiece a secarse. Una vez empiece, lo bajamos a fuego medio o bajo (según veamos) mientras le damos tantas vueltas como si de una tortilla se tratase hasta que esté cuajado y con una bonita forma.



#### 4. Comidas saladas



*Receta*



### **Ingredientes:**

300 g alubias moradas.

3/4 de Kg de patatas.

4 trozos de espinazo de cerdo

4 trozos de morcilla de pan

4 trozos de oreja de cerdo

2 pencas de cardo

Aceite de oliva

Sal

2 hojas de laurel

Pimentón dulce

## *Puchero de pueblo*

---

### **Preparación:**

- Poner a cocer las alubias junto con el cardo, morcilla, oreja y espinazo.
- Cuando las alubias suben a la superficie de la olla se añade agua para “asustarlas”.
- Una vez cocidas las alubias, añadiremos las patatas y sofreiremos un poco de pimentón dulce en una cucharada de aceite de oliva para añadirlo al guiso. Añadir una hoja de laurel.

### *Consejo:*

Se recomienda cocinar el guiso a fuego lento durante al menos tres horas y dejarlo reposar antes de comer.

### *Opcional:*

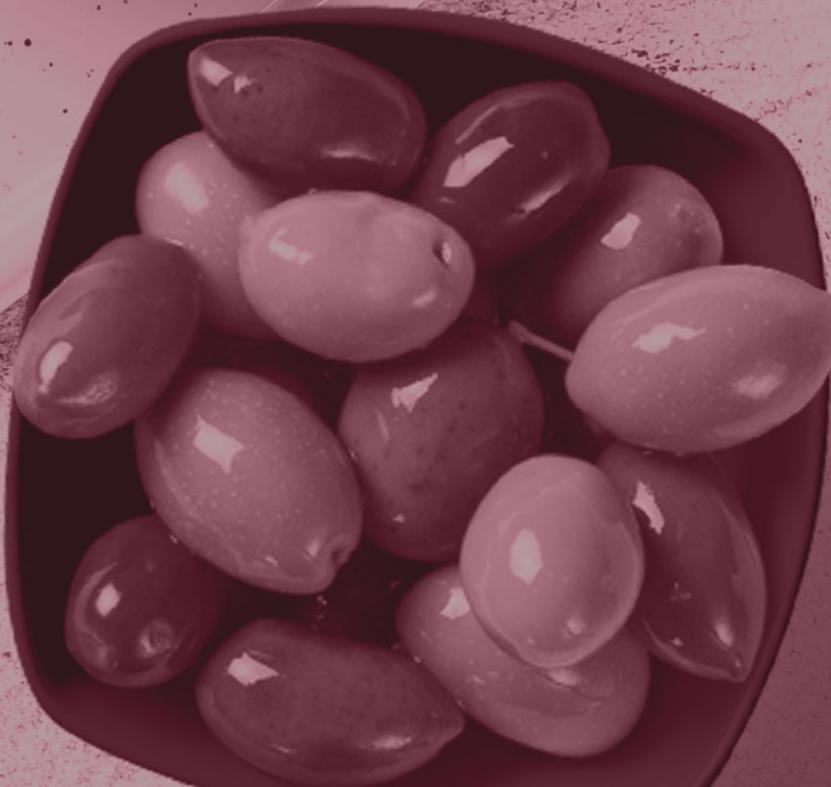
Se pueden poner a remojo las alubias la noche anterior a la elaboración.



# Conserva de alimentos

Las conservas del Rincón de Ademuz no solo preservan sabores únicos, sino que también capturan la esencia de la tierra, ofreciendo una experiencia gastronómica incomparable. Conservar alimentos tras la matanza, los adobos en aguasal de sus frutos, el secado de los mismos, los aliños de sus aceitunas, o la confitura de su protagonista estrella, la manzana esperiega, son los mejores representantes de un proceso que antaño servía para disponer de alimentos en las estaciones menos propicias para la tierra. Déjate llevar por un festín de autenticidad y tradición con las conservas tradicionales del Rincón de Ademuz.





Estad leyendo esto en un momento de ocio. No se permite su uso en dispositivos móviles.

RINCÓN DE ADEMÚZ  
**QUALITAT INTERIOR**  
MARCA DE CALIDAD

## 5. Conserva de alimentos

“Tres días hay en el año que relucen más que el sol, saca el cubo, mata el puerco y el día de la fritada”.

Esta manera de conservar los productos derivados de la matanza ha dado lugar al llamado “día del frito”, otra fiesta familiar a celebrar en el Rincón de Ademuz.

El frito se hacía como manera de conservación para el resto del año de la carne y embutido procedente del día de la matanza del cerdo (matagorrino).

Así, al cabo de unos días, una vez elaborado y secado se freía y se colocaba en las orzas bien cubierto de aceite para su buena conservación.

Este era un producto muy utilizado como base para la alimentación familiar del resto del año.



# Receta



## Orza de frito

---

### Preparación:

- En una sartén grande se calienta gran cantidad de aceite, de oliva preferentemente y se comienzan a freír las costillas, las longanizas y el lomo.
- Cuando esté frito se retiran las piezas y se colocan en las orzas o tarros de cristal.
- Se cubren con el aceite que hemos utilizado para freírlo asegurándose que quede bien cubierto.
- Se tapa bien y ya lo tenemos para aguantar y consumirlo a lo largo de todo el año.



## 5. Conserva de alimentos

Enajao se llama al adobo que se prepara para darle un sabor especial a las carnes del cerdo antes de consumirla o prepararla para su conservación.

Normalmente esta carne puede secarse y así aguantar durante un tiempo o bien puede freírse o congelarse para consumirse cuando se desee.



# *Receta*



### **Ingredientes:**

Las proporciones que se indican aquí serían las necesarias para el adobo de la carne resultante de la tripera, la careta, los lomos y costillas de un cerdo.

3 litros de vinagre

2 kilos de sal

3/4 kg de ajos

## *Adobo Enajao*

---

### **Preparación:**

- Se necesita un recipiente de gran tamaño.
- Picar los ajos sin pelar. Añadirlos y mezclarlos con el vinagre en un recipiente a parte.
- Colocar la sal en un plato hondo.
- Ahora empezaremos a coger las piezas, por ejemplo la careta y le restregaremos bien un puñado de sal con la mano por las dos caras hasta que la sal haga un poco de agua.
- A continuación le restregaremos también la mezcla del vinagre con los ajos por ambas caras y lo vamos colocando en el recipiente de gran tamaño.
- Haremos lo mismo con el resto de la carne que queramos adobar juntándolo todo en el mismo recipiente y pasados 4 días se le da la vuelta de manera que lo que esté abajo pase arriba y se vuelve a dejar unos 4 días tapándolo siempre con un paño limpio.
- Pasado ese tiempo se saca y con un paño limpio se secan un poco para que no goteen, ya se pueden colgar para que se seque bien.



## 5. Conserva de alimentos



*Receta*



**Ingredientes:**

Alguna de estas frutas:

Cerezas

Uvas verdes

Ciruelas

Albaricoques

Con:

Agua

Sal

## *Adobo en aguasal*

---

**Preparación:**

- Para este adobo se recomienda utilizar agua no clorada y existe un truco para saber la cantidad de sal que hay que echar y es el siguiente:

Se coloca un huevo crudo en el fondo del recipiente que vamos a utilizar lleno de agua y se empieza a añadir y disolver la sal hasta que veamos que el huevo sube a la superficie. Esto indica que esa es la cantidad de sal adecuada.

- Se conservarán en recipientes cubiertos del adobo y tapados hasta que se desee consumir.



## 5. Conserva de alimentos

“Con tomates, mil manjares”

Secar tomates es una manera muy fácil y práctica de conservarlos para su consumo a lo largo de todo el año.

Así que sólo necesitaremos los tomates que cada uno quiera secar y la sal. Se aconseja utilizar los de la variedad de pera o bombilleros pero puede hacerse con cualesquiera.

*Receta*





### **Cómo consumirlos:**

Antes de freírlos hay que ponerlos a remojo un rato antes en agua templada para que se vuelvan a hidratar.

Se sacan del agua y se secan un poco con un paño o papel de cocina.

Se fríen en una sartén con el aceite bien caliente vuelta y vuelta.

Entre pan están exquisitos y como guarnición para acompañar las gachas también.

## *Tomates secos*

---

### **Preparación:**

- Cortar los tomates que queramos secar a lo largo.
- Añadirles sal de manera moderada.
- Colocarlos en un triguero o ciasco al sol para que estén aireados por arriba y por abajo.
- Dejarlos expuestos al sol los días necesarios para que estén completamente secos dándoles la vuelta de vez en cuando.
- Cuando veamos que están bien secos se guardan en un sitio que sea fresco y seco.



## 5. Conserva de alimentos



*Receta*

**Ingredientes:**

Un cubo de olivas

Agua

Sal

Naranjas

Limones

Ajos

Ajedrea o hierba de olivas

## *Aliño de olivas caseras*

---

**Preparación:**

- Poner la cantidad de olivas que se quieran adobar en agua de manera que les cubra y cambiarles el agua cada dos días hasta que pierdan el amargor.
- Quitarles el agua y añadir unos dos o tres puñados de sal sobre ellas.
- Al cabo de unos días las lavamos bien debajo del grifo para que se les vaya bien la sal.
- En el mismo cubo o bien repartidas en botes se las cubre otra vez de agua y se les añade la ajedrea, los trozos de naranja, de limón y los ajos troceados.
- Se dejarán así al menos unos seis meses para que se puedan comer.
- A este aliño también se le puede añadir más variedades de plantas aromáticas, sea tomillo, laurel u otras que se desee.



## 5. Conserva de alimentos



*Receta*

**Ingredientes:**

Un cubo de olivas

Un vaso de sosa

Ajedrea

Naranjas

Limones

Sal

Un cucharón de madera

## Aliño de olivas de sosa

---

**Preparación:**

- Colocamos las olivas en el cubo lleno de agua y añadimos el vaso de sosa removiendo con el cucharón de madera para mezclarlo bien.
- Dejarlas así durante 24 horas.
- Transcurrido ese tiempo se lavan bien y se tienen en agua durante unos 15 días cambiándoles el agua dos veces el día.
- Pasado ese tiempo se llenan de agua y se le añade la ajedrea, la sal que a uno le parezca, los trozos de limón y de naranja.
- Dejarlas reposar como mínimo 48 horas y ya pueden comerse.
- Variedad: La ajedrea puede añadirse en rama o puede cocerse previamente y añadir esta agua resultante de la cocción al adobo en general.



## 5. Conserva de alimentos



*Receta*

**Ingredientes:**

3 Kg de manzana  
esperiega

1 Kg de azúcar

## *Manzana esperiega confitada*

---

**Preparación:**

- La noche anterior a su elaboración se pone la manzana pelada y troceada a rajitas con el azúcar espolvoreado por encima y se deja así toda la noche.
- Al día siguiente se cuece la manzana a fuego lento durante una hora más o menos con el agua que habrá hecho el azúcar al deshacerse hasta que veamos que las rajitas tienen un aspecto confitado.
- Se coloca en botes de cristal y se cuece al baño María para conservar.



# Postres, tartas y dulces

**Embárcate en un dulce viaje al Rincón de Ademuz, donde sus tartas, postres, dulces y pastas tradicionales se convierten en verdaderas joyas gastronómicas.**

**Cada bocado es una expresión de la herencia culinaria local, fusionando sabores auténticos con técnicas artesanales transmitidas de generación en generación. Desde tentadoras tartas hasta exquisitos dulces, cada creación encierra la pasión y el cuidado que caracterizan a esta región.**





RINCÓN DE ADEMÚZ

**QUALITAT INTERIOR**

MARCA DE CALIDAD



# Con manzana Esperiega

## **El protagonismo de la manzana esperiega en la repostería del Rincón de Ademuz es indiscutible.**

Es su producto estrella, y los paladares más exigentes agradecen dicho protagonismo; la finura, elegancia, dulzor, textura y aroma que aportan a postres, tartas, pastas y dulces es inigualable.

Generaciones y generaciones llevan utilizando este dulce fruto dorado, con pequeñas manchas rojizas en el lado por el que están expuestas al sol, y que se asemejan a las manzanas que custodian las Hespérides de la mitología griega, similitud que posiblemente les dé su nombre.

Cuenta la leyenda que a principios del siglo XX las aguas del Turia se desbordaron a su paso por el Rincón de Ademuz, y allí dejaron unas semillas un tanto especiales. De ellas crecieron unos árboles silvestres de los que brotaron unas frutas que, un siglo después, suponen uno de los tesoros más preciados de esta comarca: las manzanas esperiegas.

Este fruto prohibido en el Jardín del Edén ha encontrado su paraíso particular para crecer en el Rincón de Ademuz, donde es considerado como autóctono, ya que principalmente se cultiva allí. Las condiciones del clima de este enclave del interior valenciano fueron fundamentales para su adaptación. Los esperiegos florecen tarde, allá por el mes de abril, con lo que evitan las heladas del lugar que se producen en febrero y marzo, que dañan la flor. A principios de noviembre ya se puede recoger la fruta, meses después que el resto de variedades de manzana.

Son piezas con una pulpa muy dura a la vez que jugosa, lo que las hace muy resistentes. Esa es una de sus grandes virtudes: su facilidad para almacenarlas. Seguramente esta propiedad mucho tenga que ver con la capacidad de crear postres y más postres a lo largo del año. Las manzanas, que se recogen a mano en noviembre, aguantan perfectamente hasta prácticamente el verano siguiente sin necesidad de ninguna cámara frigorífica.

## 6. Postres, tartas y dulces



Qualitat Interior - Rincón de Ademuz

66

Guía gastronómica de recetas tradicionales

*Receta*





### **Ingredientes:**

Manzanas Esperiega y  
Golden, 4 Kg  
2 huevos  
1/2 litro de leche  
200g de azúcar  
Una pizca de sal  
Dos servicios de gaseosa  
40g de levadura  
400g de harina

## *Buñuelos de manzana*

---

### **Preparación:**

- Mezclar la sal y los huevos.
- Añadir a la mezcla el azúcar, la leche, la gaseosa y la harina y mezclarlo todo bien
- Por último añadir la manzana pelada y troceada en trocitos muy pequeños, mezclándolo todo.
- En una sartén con aceite muy caliente, iremos depositando la masa en forma de buñuelos
- Rebozar los buñuelos ya cocinados en azúcar



## 6. Postres, tartas y dulces



*Receta*

**Ingredientes:**

2 barras de masa de pan  
1 tacita de aceite de oliva  
1 taza de azúcar  
1 taza de harina  
De 4 a 6 manzanas  
Esperiega.

## *Tarta de manzana esperiega*

---

**Preparación:**

- Amasar las barras de masa con un poco de aceite y harina para que no se pegue en las manos al trabajarla.
- Extender toda la masa sobre una llanda, colocar sobre ella la manzana cortada a rodajas muy finas y muy juntas.
- Untar por encima con el aceite y añadir una o dos cucharadas de azúcar.
- Introducir en el horno aproximadamente durante media hora.



## 6. Postres, tartas y dulces

Esta receta aunque es más propia de Cuenca, desde siempre ha estado presente en el Rincón de Ademuz ya que por la situación de la comarca, hemos recibido buenas influencias gastronómicas de las comunidades lindantes y como se ha dicho en otras ocasiones, es esta zona de turroneiros.

# *Receta*





### Ingredientes:

1 Kg de miel

200 g de azúcar

Almendras o nueces

Pan rallado

Ralladura de corteza seca  
de naranja

Anisetes

Obleas redondas de unos  
20 cm de diámetro

## Alajú

### Preparación:

- Se pone en un caldero al fuego la miel con el azúcar y se deja cocer hasta darle el punto de una masa consistente. Cuando la miel parezca que hace hilos es que ya está.
- Se retira del fuego y se le añade el pan rallado, la ralladura de naranja, las almendras o nueces y los anisetes y se mezcla removiendo todo muy bien hasta tener una masa densa y homogénea.
- Antes de añadir el pan rallado, a éste se le puede echar unas gotitas de agua para que no se endurezca demasiado.
- Se extienden las obleas y se coloca sobre ellas la pasta anterior aplastándola bien por encima con otra oblea, presionando por los lados.
- Se recomienda dejarlo reposar y poner algo de peso por encima durante un día o dos para que no se comben las obleas y listo para tomar a temperatura ambiente.



## 6. Postres, tartas y dulces

Esta receta puede considerarse como una de las más tradicionales de la zona. Para su elaboración es recomendable llevarla al horno para que sea el panadero el que controle el punto de cocción.

También podemos hacer el Píngano sin azúcar ya que también existe la variedad de salado.

El Píngano era y es muy tradicional en la famosa noche de los toros de Ademuz.



# Receta

**Ingredientes:**

Masa de 2 barras de pan  
para 3 pínganos

1/2 litro de aceite de oliva

1 kg de nueces

Harina de trigo

## Píngano

---

**Preparación:**

- Amasar la masa junto con el aceite e ir añadiendo la harina mientras la vamos trabajando.
- Añadir las nueces a la masa y continuar trabajándola.
- Dejar reposar hasta que suba la masa.
- Dividir la masa en porciones en forma de torta,
- Hacer unos cortes superficiales a la masa y volver a dejarla en reposo hasta que adquiera el punto deseado.
- Espolvorear con un poco de azúcar y meter al horno hasta que este cocido.



## 6. Postres, tartas y dulces

Esta torta también está relacionada con el día del matagorrino pues se hacía para aprovechar las chichorritas que se obtenían como resultado de la elaboración de la manteca a partir de las pellas del cerdo por su alto contenido en grasa y que después utilizarían en otros usos culinarios el resto del año.

Ahora los ingredientes se pueden conseguir en la carnicería.



# Receta



### **Ingredientes:**

Una pella de manteca.

1/2 l de agua

2 pastillas levadura

de pan.

Sal

Harina de trigo

Azúcar

Canela

## *Torta de manteca y chichorritas*

---

### **Preparación:**

- Cortar a trozos pequeños la pella de manteca y poner a derretir en una sartén al fuego hasta que veamos que esté completamente derretida.
- Colarlo todo con un colador de manera que en este se quedarán lo que llamamos chichorritas y en el recipiente el aceite que se ha obtenido y que será la manteca cuando se enfríe.
- Amasar la harina con el agua, la sal y la levadura y una vez bien amasada se deja reposar en una cazuela tapada con un paño blanco hasta que suba la masa.
- Trabajar de nuevo la masa, extenderla y añadirle la manteca y las chichorritas. Seguir trabajándola y cuando consideremos que ya está bien, la separaremos a trozos.
- Aplastar los trozos para darle forma de torta y volver a dejarlos en reposo un tiempo.
- Espolvorear por encima con una mezcla de azúcar y un poquito de canela y pellizcar las tortas antes de llevar al horno.
- Meterla en el horno y cocer hasta que se vea su punto.

## 6. Postres, tartas y dulces

El Rincón de Ademuz es una región con abundantes almendras y siempre ha habido tradición de turroneiros en la zona. Uno de los turrónes más tradicionales hechos en casa es el llamado turrón negro o guirlache, muy rico en almendras.



# *Receta*

**Ingredientes:**

Miel

Almendras sin pelar

Obleas

## Turrón negro o guirlache

---

**Preparación:**

- Colocar la miel al fuego en una cazuela de barro o cualquier otra para deshacerla a medio fuego y conseguir el punto de caramelo. Para saber el punto se va echando en un plato con agua gotitas de miel y cuanto la notemos crujiente y que no se pegue al paladar ya la tenemos a punto de caramelo.
- Añadir las almendras, mezclarlas bien con la miel y cuando comience a hervir todo junto se retira del fuego.
- Extender bien la mezcla anterior sobre las obleas y cuando esté bien extendida se deja enfriar y ya se puede cortar para comer y guardar.





Agra

adecimientos







# 7. Agradecimientos

Diputación de València

.

Mancomunidad de Municipios  
del Rincón de Ademuz

.

Alumnas de la Escuela de Adultos  
Jaime I de Ademuz. Recetario tradicional

.

Restaurante El Desván,  
Casas Bajas (Rincón de Ademuz)

.

# QVAI

[WWW.QUALITATINTERIOR.COM](http://WWW.QUALITATINTERIOR.COM)



Diputació  
de València

Per sempre  
pobles

ADEMUZ

RINCÓN DE ADEMUZ

QUALITAT INTERIOR

MARCA DE CALIDAD

YTERIO

IDAD