

# TAVERNES<sup>DE LA</sup> VALLDIGNA

## GASTRONOMÍA TRADICIONAL



Turisme  
Tavernes  
Valldigna



## NUESTRA GASTRONOMÍA

La cocina de Tavernes de la Valldigna es típicamente mediterránea y por este motivo presenta una gran variedad de platos. Pescados, mariscos y moluscos, carne, embutidos y salazones, verdura, legumbres y fruta llenan nuestras despensas.

Al terminar una buena comida, llega la hora de los postres, con una clara influencia árabe. La presencia de frutos secos, la miel y el aceite de oliva endulzarán el paladar más exigente.

No podemos olvidar las naranjas que, junto con el resto de cítricos que cultivamos, es una fruta deliciosa para preparar multitud de recetas.



## PAELLA DE LA VALLDIGNA

### Ingredientes (4 personas):

- 200 cl. de aceite de oliva
- Sal
- Ajo
- Tomate triturado
- 200 g. de judía verde
- 200 g. de judía blanca
- 110 g. de garrofón
- ½ pollo y ½ conejo
- 8 albóndigas de magro con piñones y perejil
- 12 caracoles cocidos
- Colorante
- 1'5 l. de agua
- 500 g. de arroz

En el caldero ponemos el aceite y la sal y sofreímos el pollo y el conejo. Añadimos las judías y el garrofón y lo rehogamos todo a fuego lento. Agregamos el ajo y el tomate.

Ponemos el agua y lo elevamos al punto de ebullición. Incorporamos las albóndigas y los caracoles previamente cocidos. Después añadimos el arroz y el colorante.

Dejamos cocer a fuego rápido hasta que el arroz esté al punto.





## PAELLA VERDE O DE INVIERNO

### **Ingredientes (4 personas):**

- 500 g. de alcachofa limpia y cortada en cuartos
- 400 g. de habas tiernas peladas
- 300 g. de pollo troceado
- 250 g. de costillas de cerdo troceadas
- 500 g. de arroz
- 90 g. de tomate triturado
- 2 dientes de ajo picados
- 1 cuchada de pimentón
- Azafrán, aceite de oliva, sal

En un caldero de hierro sofreímos el pollo y las costillas con 8 cucharadas de aceite. Cuando esté dorada la carne, agregamos las alcachofas y las habas y lo sofreímos todo a fuego lento.

A continuación, doramos el ajo picado, el pimiento rojo teniendo cuidado que no se queme, rápidamente añadimos el tomate y dejamos de sofreír.

Agregamos 2 l. de agua y lo dejamos hervir unos 20 minutos hasta que reduzca un tercio. Añadimos el arroz y el azafrán, probamos de sal cuando pare de hervir y rectificamos. Tendremos cuidado con el arroz para que cueza en unos 20 minutos y quede socarraet.



## ARROZ DE VIGILIA

### Ingredientes (4 personas):

- 500 g. de arroz
- 1 bote de garbanzos hervidos
- 2 patatas grandes
- 200 g. de pasas
- 1 cabeza de ajos
- 8 croquetas de bacalao
- 1 l. de caldo de verduras
- Sal
- Aceite
- Colorante
- Pimentón dulce

Precalentamos el horno a 200°. Calentamos el caldo de verduras. Sofreímos la patata en una cazuela de barro. Cuando esté pocha, echamos 3 ajos y los sofreímos. Añadimos el arroz y lo sofreímos con los ajos unos 30 segundos.

Incorporamos las pasas y los garbanzos y lo removemos todo. Echamos el caldo de verduras caliente y ponemos la cazuela al horno unos 45 minutos.

Cuando esté a la mitad de la cocción, le añadimos las croquetas y lo dejamos que termine de cocer.





## ALLIPEBRE

### Ingredientes (4 personas):

- 1 k. de anguilas
- 1 k. de patatas
- ¼ l. de aceite de oliva
- 1 cabeza y media de ajos
- Sal
- Pimentón dulce ahumado de la Vera
- Agua

Sofreímos los ajos machacados y cuando empiecen a dorarse, añadimos las guindillas, una cucharada de pimentón y un poco de agua para que no se queme. Sin esperar, agregamos las patatas rotas a cuadros y las anguilas. Incorporamos el agua sin llegar a cubrir las anguilas.

Tapamos la cazuela y cocemos a fuego fuerte hasta que las anguilas estén en su punto (aproximadamente unos 25 minutos desde que empieza a hervir el caldo). Durante la cocción, retiramos las guindillas, damos el punto de sal y comprobamos el punto de picante.



## PIMIENTOS RELLENOS

### Ingredientes (4 personas):

- 4 pimientos rojos grandes
- ½ k. de magro picado
- 6 ajos
- 6 tomates maduros o un bote de tomate troceado
- 500 g. de arroz
- 1 tacita de aceite de oliva
- Sal

Rallamos el tomate, si es natural, y lo sofreímos con los ajos. Cuando esté cocido añadimos la carne picada, salamos y la dejamos hasta que esté dorada. Añadimos el arroz, le damos una vuelta junto a la carne y reservamos.

Limpiamos los pimientos quitándoles la parte superior y las semillas, los untamos con aceite y los rellenamos con la carne y el arroz, tapándolos, de nuevo, con la parte superior.

A continuación los ponemos en una bandeja y los introducimos en el horno a 180° durante 40 minutos.



## ARROZ CALDOSO CON JUDÍAS Y NABOS

### Ingredientes (4 personas):

- ¼ pollo
- ¼ conejo
- 1 nabo blanco
- ½ vasito aceite
- 1 manojo acelgas
- 250 g de arroz
- 1/4 kg de judías blancas secas
- Sal
- Azafrán

Limpiamos las acelgas y cortamos el nabo. Las alubias las tendremos en remojo desde la noche anterior. En un cazo las pondremos a cocer a parte.

Ponemos una olla con aceite al fuego, antes que esté muy caliente, se le añade la carne, le damos unas vueltas y añadimos las acelgas y el nabo. Salamos.

A continuación se añaden las judías y el agua que precisemos hasta que esté todo cocido. Si es necesario, se le puede añadir más agua templada. Cuando ya esté todo cocido, se prueba de sal y añadimos el arroz y el azafrán. Se recomienda comer muy caliente.





## COCA DE MESTALL

### Ingredientes:

- 2 vasos de harina de fuerza
- 1 vaso de harina de maíz
- Embutido, tocino o sardina al gusto
- 40 g. de levadura en pastilla
- Agua
- Sal

Precalentamos el horno a la máxima potencia.

Mientras, mezclamos las dos harinas en un recipiente. Deshacemos muy bien la levadura en agua tibia y la añadimos a la harina con un poco de sal. Amasamos la mezcla con agua tibia de forma que la masa quede más blanda que dura.

Ponemos papel de hornear en una bandeja, lo untamos con aceite y esparcimos la masa sobre él con las manos untadas de aceite para poder soltar la masa.

Ponemos encima el embutido, el tocino o la sardina y la ponemos en el horno unos 20 minutos.



## PEPITOS

### Ingredientes:

- Panecillos tipo bocadillo pequeño
- 1 k. tomate natural triturado
- 4 pimientos rojos picados
- 250 g carne magra triturada
- 2 cucharadas soperas de piñones
- 3 huevos cocidos
- Huevo y leche para rebozar
- Sal y aceite de oliva

Ponemos una olla al fuego con 3 cucharadas de aceite, vertemos el tomate triturado, añadimos sal, azúcar y pimentón al gusto, añadimos los pimientos, mezclamos bien y lo cocinamos 45 minutos a temperatura media baja removiendo a menudo hasta que esté bien cocido. Le añadimos los piñones y los huevos cocidos cortados a trozos pequeños. Cortamos una punta a cada panecillo y sacamos la miga sin que se llegue a romper la corteza. Reservamos el panecillo junto a la punta que servirá de tapón. Los rellenamos con el relleno, los tapamos y los pasamos por leche y huevo batido y los freímos por ambos lados con abundante aceite caliente.



## COCA D'AMETLÓ

### Ingredientes:

- 250 g. de almendra molida
- 250 g. de azúcar
- 4 huevos
- Ralladura de medio limón
- Canela molida
- Una oblea

En un recipiente ponemos las claras de huevo y las batimos a punto de nieve.

Después añadimos 200 g. de azúcar, las yemas, la corteza de limón rallada, la canela y lo mezclamos sin que las claras se bajen. Finalmente, introducimos la almendra molida muy poco a poco.

En una bandeja ponemos la oblea y vertemos encima la mezcla. Lo introducimos en el horno a 180° durante 20-30 minutos. Cuando esté cocida molemos el resto del azúcar y espolvoreamos por encima cuando la coca ya esté fría.





## PASTELES DE BONIATO

### **Ingredientes para la pasta:**

- 2 vasos de aceite de oliva
- 1 vaso de aguardiente
- 1 vaso de azúcar
- Harina de trigo
- Ralladura de medio limón
- 2 huevos

### **Ingredientes para el relleno:**

- 650 g. de azúcar
- 1 k. de boniato hervido
- Canela molida

Hervimos el boniato con agua y cuando esté cocido lo sacamos, lo escurrimos y lo pesamos. Lo cocinamos con el azúcar removiendo sin parar hasta que se forme una mermelada fina y reservamos.

Ponemos los ingredientes de la pasta en un recipiente, excepto un huevo y amasamos hasta formar una pasta homogénea. Después hacemos bolitas de pasta, las ponemos entre dos papeles vegetales, las allanamos, ponemos una cucharada de boniato encima y las tapamos formando pequeñas empanadillas. Las pintamos con huevo batido, las espolvoreamos con azúcar y canela y las cocemos a 180°.



## TURRÓN DE CACAHUETE Y BONIATO

### Ingredientes:

- 300 gr de boniato asado o hervido
- 200 gr de azúcar
- 300 gr de cacahuete molido
- Ralladura de limón
- Canela
- Obleas

Asamos el boniato en el horno. Ponemos en una cazuela el boniato asado y con el tenedor lo vamos aplastando.

Agregamos el azúcar y vamos removiendo hasta conseguir una mezcla homogénea.

Dejamos a fuego lento unos 30 minutos sin dejar de remover. Añadimos la ralladura de limón y la canela, removemos bien.

Cuando esté hecho dejamos enfriar un poco y agregamos el cacahuete molido, mezclamos.

Cogemos una oblea, ponemos un poco de la mezcla encima, colocamos otra oblea y con la ayuda de una plancha presionamos para que quede de un 1 cm de grosor.

Dejamos reposar por lo menos dos días.



## TURRÓN NEGRO

### Ingredientes:

- 2 cucharadas de aceite
- 500 gr. de azúcar
- 500 gr. de almendras
- Canela
- Ralladura de limón

Asamos las almendras al horno y reservamos. Ponemos en un cazo dos cucharadas de aceite a calentar a fuego suave. Añadimos el azúcar y removemos con una cuchara de madera. Cuando el caramelo coja color dorado, añadimos las almendras y mezclamos. A continuación incorporamos la canela y la ralladura de limón y removemos bien.

Extendemos la mezcla sobre una oblea y la aplanamos para que las almendras queden juntas pero no amontonadas. Dejamos enfriar un poco y con un cuchillo untado en aceite cortamos en porciones.





## BUÑUELOS DE CALABAZA

### Ingredientes:

- Media calabaza asada o hervida y escurrida
- Harina
- Levadura en polvo
- Ralladura de limón
- Canela
- Azúcar
- Aceite

Deshacemos la levadura con un poco de harina. Añadimos la calabaza, canela, ralladura de limón, un poco de azúcar y la harina que admita para hacer una masa espesa pero no dura.

Calentamos gran cantidad de aceite. Nos mojamos la mano en agua para que no se pegue la masa y vamos haciendo buñuelos y echándolos en el aceite para freírlos. Cuando están por una parte se les da la vuelta.

Siempre tiene que haber un buñuelo en el aceite para introducir otro. Servirlos espolvoreados con azúcar.



## CARAMULL

### Ingredientes:

- Calabaza asada
- Azúcar
- Almendra, nueces y piñones
- Ralladura de limón
- Canela molida

Retiramos la carne de la calabaza y la escurrimos en una tela. Fundimos el azúcar con agua. La proporción será de una parte de azúcar por dos de calabaza. Cuando el azúcar esté al punto, añadimos la calabaza. Lo ponemos a fuego lento unos 20 minutos sin parar de remover. A continuación añadimos la ralladura de 4 limones y dos cucharadas de canela.

Si queremos refinarlo, lo pasamos por la batidora. Lo dejamos enfriar y después hacemos pequeñas montañas en un plato de barro y las adornamos con nueces, almendras y piñones. Poner unos minutos al horno para dorar los frutos secos.



## SARVATXO

### Ingredientes:

- 1 k. de harina
- 100 g de levadura fresca
- 150 cl. de agua
- 6 huevos
- 250 g. de azúcar
- 250 cl. de aceite de oliva suave
- Huevos duros

Deshacemos la levadura en un recipiente con agua tibia y 1/2 k. de harina hasta formar una bola. En otro recipiente batimos 4 huevos y 2 yemas, el aceite, el azúcar y 1/2 k. de harina formando otra bola. Mezclar las dos bolas formando solo una masa muy trabajada y dejar reposar tapada hasta que aumente tres veces su volumen.

Después haremos las formas de lagarto y les pondremos un huevo duro en la boca.

Dejaremos reposar para que vuelvan a aumentar su volumen. Los pintaremos con clara de huevo, le haremos escamas con unas tijeras y los horearemos a 180°.

Los decoraremos con azúcar y anisetes.





## AGUALIMÓN

### Ingredientes:

- 4 limones
- 200 gr de azúcar
- 1 litro de agua mineral
- 100 gr de azúcar quemado (caramelo líquido)
- 1 rama de canela

Rallamos la corteza de dos limones y sacamos el zumo de los cuatro. Ponemos en un cazo 100 gr de azúcar y un poco de agua. Cocinamos hasta que el agua reduzca y quede un caramelo líquido. Metemos un poco de zumo de limón y una cucharada de agua. Movemos bien con el mango del cazo, nunca con cuchara, para que integren los elementos. Ponemos otra olla al fuego con el agua, canela, azúcar y la ralladura de limón. Llevamos a ebullición durante 5 minutos. Retiramos, incorporamos el caramelo hecho y removemos. Colamos la mezcla y dejamos enfriar. Una vez frío añadimos el zumo de los limones. Congelamos, removiendo de vez en cuando, para que quede granizado.



## ROLLITOS DE ANÍS

### Ingredientes:

- 2 vasos de aceite de oliva
- 1 vaso de aguardiente
- 1 vaso de azúcar
- Harina de trigo
- Ralladura de medio limón
- 1 huevo

Ponemos todos los ingredientes en un recipiente y amasamos hasta formar una pasta homogénea. Después hacemos rollitos de pasta, los espolvoreamos con azúcar y canela y los cocemos en el horno a 180°.



Ajuntament de  
**Tavernes de la Valldigna**  
Regidoria de Turisme



Turisme  
Tavernes  
Valldigna

