


Concurso "Culturas conectadas"
Modalidad Receta

Ficha de la Receta		Nº receta
Título	Sarmale	
Región y/o país	Tradición rumana	
Ingredientes	<p>Una col blanca o repollo (pieza de 1 – 1,300kg) Carne picada de cerdo y ternera 500 gr, Tres o cuatro cebollas picadas muy finas, Una zanahoria, 2 cucharadas de tomate frito Tres cucharadas de aceite de oliva, Un puñado de arroz largo Pimentón, pimienta en grano, sal, eneldo y tomillo 100gr de chorizo, 150gr de tocino, Una morcilla ahumada Pimienta en grano y laurel, Agua y una olla de 5 o 6 litro 250mg de tomate frito, Perejil para adornar, Nata para adornar</p>	
Modo de Elaboración	<p>Se pone la olla con agua para cocer bien fuerte con el laurel grano de pimienta y sal y 250mg de tomate frito. Sacar el corazón a la col y meterla en la boca abajo con el agua hirviendo, Cuando esta blanda a punto medio se saca y se deja enfriar. Se le quita la parte dura de cada hoja. Después se enrolla con el relleno. Preparación del relleno: Se pone en una sartén las tres cucharadas de aceite de oliva y añadir la cebolla y pocharla bien con la zanahoria rallada. Se añade la carne picada de cerdo y ternera y añadir los condimentos al gusto. Sal, pimienta, pimentón, tomillo y eneldo se mezcla y se añade el arroz Dejar reposar 10 minutos y envolver en las hojas de la col. Colocar en una olla algunas hojas en el fondo de la olla con una pizca de aceite y encima de las hojas de col se colocan los sarmale de pie. Añadir el chorizo, la morcilla, el tocino y las hojas de laurel. Se deja hervir unos 35 minutos al fuego medio</p>	
Fotografía de la receta (al menos una)		

Cofinanciado por: