

RECETARIO



DE  
COSTANAS

**Edita**

Ayuntamiento de Herminsende

**Cofinancia**

Gabinete de Iniciativas Transfronterizas de Castilla y León y Junta de Castilla y León

**Realiza**

ZIES Investigación y Consultoría S.L.

**Ilustraciones, diseño y maquetación**

Noelia Sánchez Gómez

**Traducción**

Marina Viera



GABINETE de INICIATIVA  
TRANSFRONTERIZA  
de Castilla y León



# PRESENTACIÓN

La castaña constituye el producto más significativo del municipio de Hermisende. La abundancia de castaños y su repoblación en las últimas décadas, ha propiciado la obtención de una castaña de gran calidad así como de una abundante producción. El aprovechamiento del castaño le da valor al monte y esto tiene una repercusión positiva en la conservación del medio.

Hermisende apuesta por este recurso natural y ha puesto en marcha un proyecto de aprovechamiento integral del castaño con fines socioeconómicos y ambientales. Se trata de un proyecto formativo en técnicas de cultivo y el fomento de iniciativas empresariales para comercializar el producto.

Hermisende recibió en 2010 el Primer premio del apartado de la acción a la sostenibilidad para entidades locales otorgado por la Junta de Castilla y León. Este premio pone en valor el respeto de los vecinos por el maravilloso entorno natural de nuestro pueblo, que bien merece una visita. Los castaños son los protagonistas de una bella ruta de senderismo: un recorrido en el cual apreciar la envergadura de algunos ejemplares antiquísimos a los que el tiempo ha dotado de caprichosas formas.

Hermisende comparte sus recursos con el vecino Parque Natural de Montesinho en Portugal, por lo que la cooperación transfronteriza es fundamental para un desarrollo económico-empresarial común, que ponga en valor los aspectos culturales del castaño y contribuya a la conservación del patrimonio natural.

Con el apoyo del Gabinete de Iniciativas Transfronterizas de la Junta de Castilla y León se diseña y edita este rectorio que ensalza la castaña como elemento fundamental en la gastronomía tradicional e innovadora del territorio transfronterizo.

Jose Ignacio González Nieto  
Alcalde de Hermisende



## *ELECCIÓN Y CONSERVACIÓN DE LAS CASTAÑAS*

Se deben escoger las castañas que tengan la piel tersa, sin manchas o cortes y que muestren firmes al tacto.

Las castañas tiernas se deben conservar en un lugar fresco, seco y ventilado.

Si se congelan y se guardan en recipientes herméticos pueden conservarse hasta 6 meses. Se deben descongelar sumergiéndolas en agua durante una hora antes de guisarlas. De esta manera se hidratan y recuperan su estado original.

Las castañas cocidas aguantan de tres a cuatro días en la nevera y congeladas pueden aguantar hasta 9 meses.

## *CONSEJOS PARA PELAR BIEN LAS CASTAÑAS*

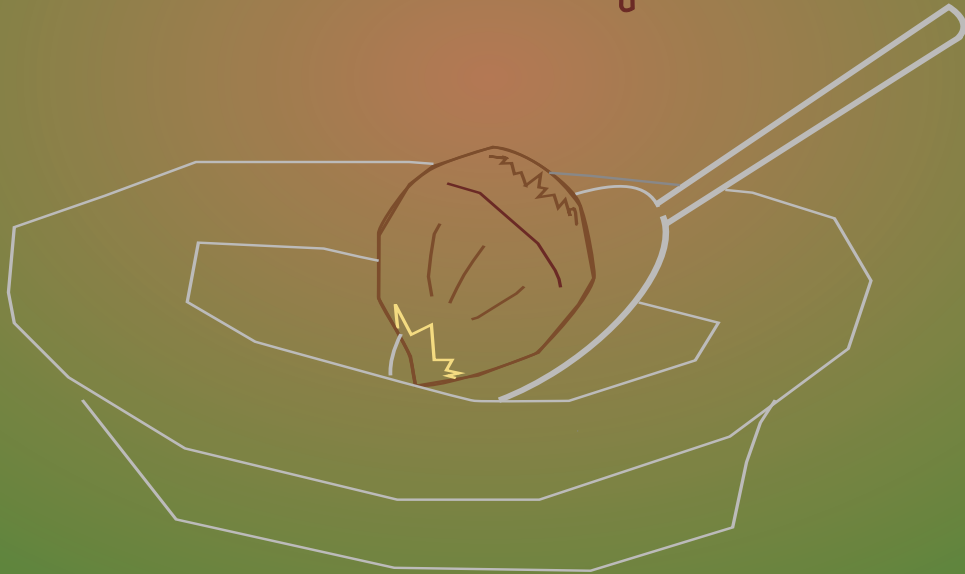
Si las castañas son difíciles de pelar, cocer durante dos minutos en agua hirviendo a la que se añade una cucharada de aceite de oliva. Escurrir y envolverlas en un paño para secar y posteriormente pelar sin dificultad.

Otra variante para pelar las castañas si no se van a utilizar ese mismo día: introducir toda una noche en el frigorífico y al sacarlas ponerlas en un recipiente que contenga agua hirviendo. Los cambios bruscos de temperatura harán que la piel de la castaña se desprenda.

Un buen truco para pelar las castañas que sean cocinadas posteriormente es "pellizcarlas" (quitarlas un trozo de piel) y meterlas en agua hirviendo con un poco de sal (también se puede añadir un poco de hinojo) durante 20 minutos aproximadamente.



PIMPEROS PLATOS



## SOPA DE CASTAÑAS



- INGREDIENTES** - 1 kilo de castañas  
- 1 puerro grande  
- 2 cebollas medianas  
- 2 zanahorias  
- 2 cucharadas de harina de trigo  
- 2 litros de agua/caldo, aceite.

### ELABORACIÓN

Se cuecen y pelan las castañas. Se pochán las cebollas y se calienta el caldo aparte. Una vez pochada la cebolla se añade la harina y se diluye. Luego se añade poco a poco el caldo. Se echan las castañas cocidas. La zanahoria y el puerro se hacen aparte pasados por la batidora y se añaden junto con las castañas hasta que la mezcla rompe a hervir. Sazonar al gusto.

*(Receta cedida por vecinos de San Ciprián de Hermisende y Castelos)*

## ARROZ CON CASTAÑAS

- INGREDIENTES** - 1 kilo de arroz  
- 1 kilo gramos de castañas  
- 1,5 litros de agua/caldo  
- 2 cebollas medianas  
- aceite, sal y pimienta.

### ELABORACIÓN

Pochar la cebolla con la castaña cocida y pelada. Agregar el agua/caldo hasta que rompa a hervir. Se añade arroz lavado y se deja cocer hasta que esté tierno. Sazonar con sal y pimienta al gusto.



## CALDO PEGO



- INGREDIENTES - 100 gramos de alubias blancas  
- 1 kilo de castañas  
- 1 manojo de grelos  
- 50 gramos de unto  
- un trozo de tocino salado  
- un trozo de costilla de cerdo sin adobar  
- 1 chorizo  
- 3 litros de agua  
- sal

Es como el caldo gallego, pero con castañas en lugar de patatas. El caldo es uno de los platos más representativos y conocidos de la cocina sanabresa. Si antaño en la mayoría de los hogares castellanos no faltaba el cocido, más o menos abundante según los bolsillos, en los fogones sanabreses, ninguno carecía de su diaria ración de caldo. En su interior podemos encontrar los populares grelos y en función de la época del año, la nabiza, el repollo o la berza.

### ELABORACIÓN

Se ponen en remojo las alubias la noche anterior. En un recipiente aparte se hace lo mismo con el tocino y las costillas, para desalarlos. En una cacerola con abundante agua se cuecen el tocino, la costilla y el unto durante una hora, hasta que el agua adquiera un color blanquecino. Se cuela el agua y se cuecen en ella las alubias y las castañas, entre una hora y hora y media. Cuando estén casi a punto, añadimos los grelos troceados a mano y sin tallos gordos. Dejar cocer a fuego lento unos 15 minutos. Se sazona de sal y se sirve. La costilla, el tocino y el chorizo se pueden servir aparte. El caldo debe quedar turbio pero con cuerpo: si fuera demasiado líquido podemos machacar unas patatas y añadirlas al caldo mientras cuece en los últimos minutos para que espese.

*(Receta cedida por los vecinos de Castromil)*

## SETAS CON CASTAÑAS

### ELABORACIÓN

Derretir la mantequilla en una sartén y añadir las setas y freírlas a fuego lento hasta que estén marrones. Añadir la harina, sal y la pimienta y darle vueltas para mezclar bien todo. Poco a poco se le añade la nata, a fuego lento, añadir las castañas cocidas y cortadas en cuatro trozos. Seguir friendo y añadir al final el perejil.

- INGREDIENTES
- 1 kilo de castañas
  - 1 kilo de setas
  - 5 cucharadas de mantequilla
  - 2 cucharadas de harina
  - 1 cucharadita de sal
  - 1 taza de nata ligera
  - 1 cucharadita de perejil picado
  - pimienta



## CASTAÑAS GUIADAS

- INGREDIENTES
- 250 gramos de castañas
  - 1 cebolla
  - 1 tomate
  - 1 zanahoria
  - 4 ramos de brócoli
  - 2 decilitros de caldo de verduras
  - aceite, sal y pimienta

### ELABORACIÓN

Cocer las castañas, pelarlas y cortarlas a la mitad. Rehogar ligeramente la cebolla picada, el tomate en pedazos, la zanahoria en daditos y los ramos de brócoli troceados. Cuando estén pochados, añadir las castañas y el caldo vegetal. Salpimentar y dejar cocer a fuego suave hasta que estén hechas las verduras.





# LENTEJAS CON CASTAÑAS



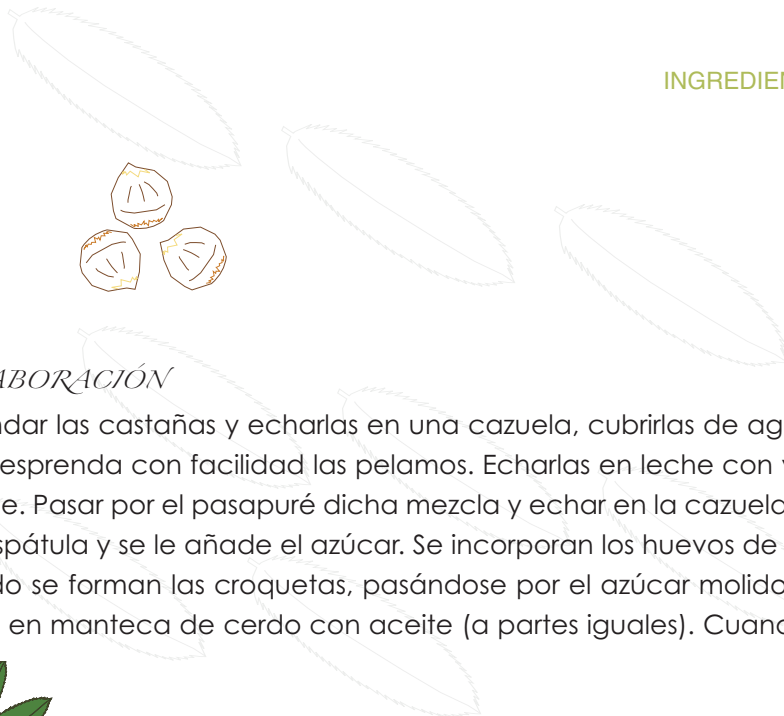
- INGREDIENTES - 200 gramos de lentejas  
- 2 hojas de laurel  
- 50 gramos de panceta picada  
- 18 castañas asadas y peladas  
- unas rebanadas de pan tostadas o fritas  
- aceite de oliva  
- mejorana en polvo  
- concentrado de tomate  
- albahaca, tomillo, sal y pimienta

## ELABORACIÓN

Cocer las lentejas con laurel y sal en un puchero con litro y medio de agua durante 35 minutos. Sofreír en una cazuela con aceite, la panceta y las castañas cortadas en trozos y añadir el tomillo y la mejorana, albahaca, sal, pimienta y el concentrado de tomate disuelto en un poco de caldo de cocer las lentejas. Incorporar a las lentejas, rectificar de sal y dejar cocer otros 10 minutos. Se sirven enseguida acompañadas de las rebanadas de pan.



# CROQUETAS DE CASTAÑAS



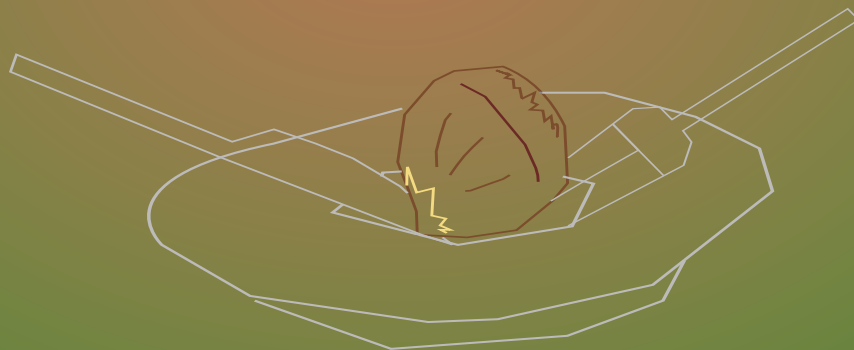
- INGREDIENTES**
- 1 kilo de castañas
  - 1 litro de leche
  - 150 gramos de azúcar
  - 100 gramos de azúcar molido
  - 50 gramos de mantequilla, 3 huevos
  - 100 gramos de pan rallado
  - esencia de vainilla o anís
  - 100 gramos de manteca de cerdo y aceite

## ELABORACIÓN

Mondar las castañas y echarlas en una cazuela, cubriéndolas de agua y ponerlas a fuego vivo; cuando la piel se desprenda con facilidad las pelamos. Echarlas en leche con vainilla y cocerlas hasta que se evapore la leche. Pasar por el pasapuré dicha mezcla y echar en la cazuela añadiendo la mantequilla. Se trabaja con la espátula y se le añade el azúcar. Se incorporan los huevos de uno en uno. Con el puré de castañas templado se forman las croquetas, pasándose por el azúcar molido, rebozándose en huevo y pan rallado. Se fríen en manteca de cerdo con aceite (a partes iguales). Cuando estén doradas se escurren y se sirven.



# SEGUNDOS PLATOS



## TERNERA CON CASTAÑAS Y SETAS



- INGREDIENTES** - 600 gramos de ternera  
- 400 gramos de castañas  
- 200 gramos de setas  
- 1 cebolla  
- 1 tomate

### ELABORACIÓN

Se toman unas lonchas de ternera, se sazona con sal, se pasan por harina y se fríen. En una cazuela se hace el refrito con el aceite de cocer la carne, la cebolla y el tomate, luego se echa un cazo de agua, se pone un poco de sal y se añade la carne. Añadir las castañas peladas y las setas al guiso. Dejar cocer todo a fuego suave.

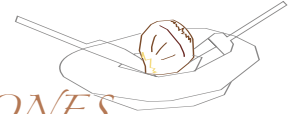
## CARNE CON CEBOLLITAS Y CASTAÑAS

- INGREDIENTES** - Redondo de ternera - almendras  
- cebolla - castañas  
- tomate - cebollitas  
- canela - ajo  
- un poco de tocino  
- vino  
- manteca o aceite y sal

### ELABORACIÓN

Dorar la carne, añadir cebolla, tres dientes de ajo, canela, tomate y un poco de tocino. Cuando esté dorada la carne añadirle un vaso de vino y agua. Una vez cocida se retira la carne para que se enfríe bien, el resto se pasa por el chino. En la salsa resultante se añaden las cebollitas, las castañas tostadas y las almendras tostadas y picadas.





## LOMO DE CERDO CON CASTAÑAS Y CHAMPIÑONES

### ELABORACIÓN

Saltear en una cazuela los lomos con un poco de aceite durante 5 minutos. Después añadir la cebolla y el ajo picados y salpimentar. Añadir el vino blanco y dejar cocer a fuego suave durante 30 minutos. Mientras tanto, saltear en una sartén los champiñones entre 8 y 10 minutos. Añadirlos junto con las castañas cocidas y dejarlo hacer durante 10 minutos más. Por último, cortar los lomos en lonchas y servirlos con la salsa y perejil espolvoreado.

- INGREDIENTES**
- 2 lomos de cerdo
  - 250 gramos de champiñones
  - 250 gramos de castañas cocidas
  - 1 cebolla,
  - 1 diente de ajo
  - 2 decilitros de vino blanco
  - perejil, aceite, sal y pimienta

## CORDERO CON CASTAÑAS

### ELABORACIÓN

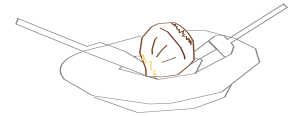
Cocer las castañas con agua y sal y reservarlas. Rehogar la cebolla sazonada a fuego suave, agregar el jamón y el tocino en tiras finas y sofreír. Añadir orégano, tomillo, la corteza de naranja y los clavos de olor y rehogar unos minutos. Salpimentar y enharinar la carne y rehogar unos minutos; añadir el vino y la pastilla de caldo disuelta en medio litro de agua y dejar cocer tapado hasta que la carne esté tierna. Agregar las castañas y dejar otros 5 minutos a fuego suave.

### INGREDIENTES

- 1 kilo de castañas
- 1 kilo de paletilla de cordero cortada en dados
- 100 gramos de tocino magro
- 100 gramos de jamón curado
- 1 cebolla grande
- 1 clavos de olor
- 2 vasitos de vino tinto
- 1 pastilla de caldo
- 1 cáscara de naranja
- orégano, tomillo, aceite, sal y pimienta.



# JABALÍ CON CASTAÑAS



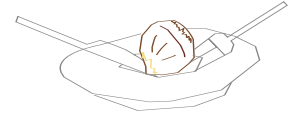
- INGREDIENTES**
- 8 trozos grandes de jabalí
  - 1 kilo de castañas
  - 3 cebollas grandes
  - 3 dientes de ajo
  - 1 pimiento rojo
  - 1 pimiento verde
  - 1 vaso de vino blanco seco
  - 2 vasos de vino tinto
  - laurel, orégano, perejil, vinagre, aceite sal y pimienta negra

## ELABORACIÓN

Los trozos de jabalí deberán permanecer macerando durante 10 horas con el vino blanco, el vino tinto, el laurel, una cucharada sopera de vinagre, otra de orégano y media de pimienta negra molida. En una cazuela con un poco de aceite, echar la cebolla picada en trozos grandes y a continuación, los pimientos y los ajos finamente picados. Dejar hasta que la cebolla quede blanda pero sin que llegue a dorarse. Secar el jabalí con un paño y dorarlo en una sartén con aceite bien caliente. Trasladarlo a la cazuela junto con el jugo de la maceración y un poco de sal. Dejar cocer unas dos horas, tras lo cual se les quita la piel (en caliente, para que salga mejor), teniendo cuidado de no romperlas. Media hora antes de que se cumpla el tiempo de cocción del jabalí, les incorporamos las castañas y el perejil picado muy fino y se termina de cocer, moviendo frecuentemente la cazuela para que no se pegue.



# BACALAO CON CASTAÑAS



- INGREDIENTES**
- 4 lomos de bacalao desalado
  - 400 gramos de castañas cocidas
  - 2 cebolla, 12 chalotes
  - 2 dientes de ajo
  - 1 calabacín
  - vinagre balsámico
  - aceite, sal y pimienta.

## ELABORACIÓN

Calentar el horno a 190 grados. Colocar en una bandeja el bacalao junto con las castañas. Añadir las cebollas y las chalotas cortadas en medias lunas y los dientes de ajo laminados. Salpimentar, añadir la hoja de laurel y regar con aceite. Hornear durante 25 minutos y de vez en cuando regar con su propio jugo. Cortar el calabacín de daditos, cocerlos, escurrirlos, salpimentarlos y añadirlos al bacalao cuando lleve 20 minutos en el horno. Retirar del horno y servir enseguida regado con un poco de vinagre balsámico.

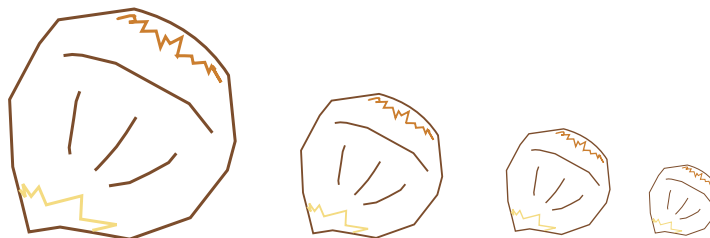


# SOLOMILLO DE CERDO CON CASTAÑAS



## INGREDIENTES - 2 solomillos de cerdo

- 300 g de castañas
- 1 cebolla grande
- 6 dientes de ajo
- brandy
- 1 tomate pequeño
- hierbas aromáticas
- 1 pastilla de caldo de verduras
- aceite, pimienta y sal



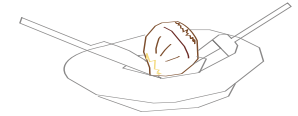
## ELABORACIÓN

Cocer y pelar las castañas. En una cazuela con aceite, poner los solomillos salpimentados con las hierbas y dejar rustir a fuego vivo. Mientras, pelar y cortar a trozos regulares los ajos, la cebolla y los tomates. Añadirlos a la cazuela por este orden. Cuando estén las verduras un poco cocinadas, añadir un chorro de brandy, dejar reducir el alcohol. Añadir las castañas, cubrir con el agua, añadir la pastilla de caldo de verduras y dejar cocer hasta que las castañas estén blandas. Apagar el fuego. Reducir la salsa si fuera necesario. Servir la carne cortada a lonchas con la salsa y las castañas como guarnición.





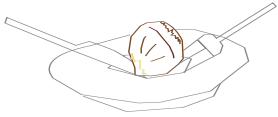
# CONEJO CON CASTAÑAS



- INGREDIENTES**
- 2 conejos
  - 500 gramos de castañas
  - 250 gramos de jamón
  - 2 dientes de ajo
  - una cebolla
  - 2 zanahorias
  - una copa de coñac
  - una copa de jerez seco
  - azafrán en rama
  - caldo
  - harina de maíz (maicena)
  - sal y aceite

## ELABORACIÓN

Limpiar, trocear y salar el conejo. En una cazuela con aceite, añadir el conejo troceado y los dientes de ajo picados. Dejar dorar el conejo y luego añadir el jamón troceado en tacos muy pequeños, la cebolla, las zanahorias y el azafrán (todo bien picado). Mantener a fuego bajo para que se cueza lentamente. Añadir el coñac, el jerez, el caldo y un poco de maicena para que espese la salsa. Dejar cocer todo junto durante 40 minutos. En una cazuela aparte dejar cocer las castañas; una vez hechas, pelarlas. Una vez casi terminada la cocción, añadir las castañas peladas y cocidas.



## PAVO RELLENO CON CASTAÑAS

- INGREDIENTES** - Un pavo de 3 kilos
- 800 gramos de salchichas de cerdo
  - 1 kilo de castañas
  - 1 litro de caldo de carne
  - una taza de desayuno de aceite
  - 4 cucharadas de manteca de cerdo
  - una copita de jerez seco
  - sal



### ELABORACIÓN

Limpia el pavo y quema sus pelitos. Prepara las castañas cortándolas en trocitos y dándoles un rehogo rápido en el aceite, después se cocerán en agua con sal. Una vez cocidas y peladas, pícalas uniéndolas a las salchichas (también rehogadas) y córtalas en trocitos. Da sal por dentro y por fuera del pavo y rellena con el conjunto castañas-salchichas, atándolo o cosiéndolo para que no se salga el relleno. Frota con parte de la manteca, dejando el resto de la misma en la fuente del horno y envuelve el ave en papel de aluminio, metiendo la fuente a asar al horno y echándole el jerez. Tardará de 2 a 2,5 horas en hacerse, dándole la vuelta de vez en cuando. Antes de terminar de asar quita el papel para que se dore un poco, rocía con su jugo, trincha y sirve con su relleno y su jugo.







## LECHE CON CASTAÑAS (burgazos)

### ELABORACIÓN

Las castañas, a media cocción, se introducen en leche caliente y se dejan en el fuego hasta que estén blandas, en cuyo momento se retiran, sazonando con azúcar al gusto. Se sirven en una fuente y se dejan enfriar.

*(Receta ofrecida por los vecinos de Castromil)*

## TARTA DE CASTAÑAS

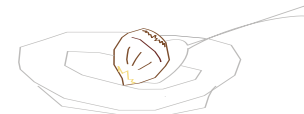
- INGREDIENTES** - 30 galletas maría  
- licor  
- 1 cucharada de mantequilla  
- 750 gramos de castañas  
- 2 huevos  
- 150 gramos de azúcar  
- 150 gramos de mantequilla  
- canela y azúcar vainillado

### ELABORACIÓN

Asar las castañas para poder pelarlas y cocer en una cacerola durante media hora. Hacer un puré y reservar. Triturar las galletas y añadir el licor y la cucharada de mantequilla. Hacer una pasta y forrar un molde de horno. Batir el azúcar con las yemas y el azúcar vainillado. Añadir la mantequilla blanda. Batir las claras a punto de nieve. Mezclar el puré de castañas con las claras y la crema de mantequilla y yemas. Vaciar todo esto en el molde forrado con la pasta de galletas y meter al horno (200º) durante 45 minutos o hasta que este cuajado. Servir acompañado de licor dulce.



## FLAN DE CASTAÑAS



- INGREDIENTES**
- 400 gramos de castañas
  - 150 gramos de azúcar
  - 1 rama de canela
  - 2 decilitros de leche
  - 3 huevos

### ELABORACIÓN

Dar un corte a las castañas y cocerlas en agua hasta que queden blanditas, escurrir y pelar. Poner un cazo a al fuego con la mitad de la leche y 50 gramos de azúcar, añadir las castañas y cocer hasta que estén blandas, pasar por un pasapurés y reservar. Cocer el resto de la leche con la rama de canela, dejar atemperar y retirar la canela. Batir los huevos con 100 gramos de azúcar y añadir la leche templada, incorporar el puré de castañas y mezclar bien hasta obtener una crema. Precalentar el horno a 170 grados. Caramelizar un molde y rellenarlo con la crema y poner al baño maría durante 40 minutos. Dejar enfriar y desmoldar.

## BIZCOCHO DE CASTAÑAS

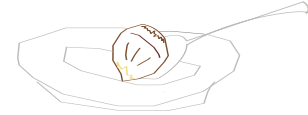
### ELABORACIÓN

Cocer las castañas, pelarlas y trocearlas o triturarlas. Hacer la masa del bizcocho con mantequilla, azúcar, levadura y los huevos. Para darle cremosidad poner la miel. Mientras se baten estos ingredientes incorporar las castañas y la harina. La mezcla tiene que reposar para que suba la levadura. Una vez bien batida la masa, se rellena un molde y se hornea durante 25 minutos a 170 grados. Dejar enfriar.

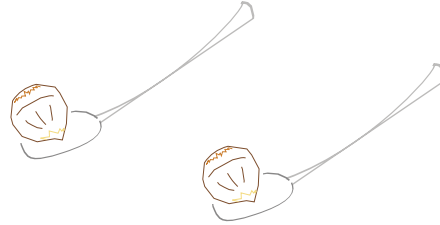
- INGREDIENTES**
- 150 gramos de mantequilla
  - 150 gramos de azúcar
  - 1 sobre de levadura
  - 3 huevos
  - 150 gramos de miel
  - 150 gramos de castañas
  - 150 gramos de harina



# TARTA DE CASTAÑAS CON CHOCOLATE



- INGREDIENTES**
- 4 huevos grandes
  - 400 mililitros de nata líquida
  - 100 gramos de chocolate fondue
  - 100 gramos de mantequilla
  - 75 gramos de azúcar
  - 30 galletas María
  - cacao en polvo
  - 100 gramos de puré de castañas
  - 200 gramos de mermelada de castañas
  - licor de café



## ELABORACIÓN

Para la base de galleta se derrite la mantequilla en el microondas. Se trituran las galletas y añadimos por encima la mantequilla derretida. La mezcla resultante se reparte por la base de un molde desmontable grande y se aprieta contra el fondo. Se hornea unos 5 minutos para que se endurezca. Para el relleno se pone la nata a calentar en un cazo a fuego medio. Cuando esté caliente (sin que hierva) se echa el chocolate en trozos y un chorrito de licor de café. Se deja a fuego lento para que se funda todo, removiendo con una cuchara de madera. En un bol se batien los huevos y el azúcar hasta conseguir una mezcla homogénea, cremosa y no demasiado espumosa. Añadir la mermelada y el puré de castañas y remover la mezcla sin batir. Cuando el chocolate se haya fundido con la nata apartarlo del fuego. Añadir la mezcla de huevo y castañas, mezclar bien sin batir y dejar reposar fuera del fuego. El siguiente paso es verter sobre la base de galletas toda la mezcla e introducir en el horno precalentado a 190° grados entre 30 y 40 minutos. Retirar del horno y dejar enfriar en la nevera durante unas horas. Desmoldar y espolvorear el cacao en polvo con un colador por encima de la tarta.



# MARRON GLACÉ



- INGREDIENTES - 1 kilo de castañas  
- 400 gramos de azúcar  
- 1 vaina de vainilla  
- 2 cucharadas de azúcar vainillada



## ELABORACIÓN

Hacer un pequeño corte en las castañas y ponerlas en una olla con agua caliente escaldándolas unos 10 minutos. Pelar las castañas quitando también la piel fina que las recubre con mucho cuidado para que no se rompan. Cocerlas en un litro de agua hasta que estén tiernas. Mientras tanto, preparar un almíbar con medio litro de agua, el azúcar y la vainilla en una olla. Cocer este preparado durante 15 minutos a medio fuego. Añadir las castañas y aflojar el fuego, dejar cocer 15 minutos más. Sacar la olla del fuego y dejar reposar las castañas durante un día entero. Forrar la bandeja del horno con papel especial y colocar las castañas. Hornear durante 20 minutos a una temperatura de 125 grados hasta que estén bien secas y seguidamente dejarlas enfriar. Colocarlas en capsulitas de papel, espolvorear con azúcar glas y listas para servir.



## CREMA DE CASTAÑAS CON NATA



- INGREDIENTES**
- 1 kilo de castañas
  - 1 kilo de azúcar
  - 9 vasos de nata
  - 1 litro de leche
  - vainilla en rama

### ELABORACIÓN

Cocer las castañas durante 25 minutos. Después de escurrirlas y pelarlas, ponerlas en una cacerola recubiertas de leche fría y añadir un pellizco de vainilla. Dejar cocer a fuego moderado durante unos 45 minutos y a continuación escurrir y pasar por un tamiz añadiéndole 1 Kg de azúcar. Trabajar la pasta con una cuchara de madera hasta que el compuesto se desprenda del recipiente. Poner la pasta en un pasapuré y dejar caer en forma de lluvia en unos cuencos, alternando capas de crema de castañas con capas de nata. Cubrir con una capa de nata y adornar con chocolate rallado. Servir en frío.

## MOUSSE DE CASTAÑAS Y CHOCOLATE

- INGREDIENTES:**
- 1 kilo de castañas
  - 200 gramos de nata líquida
  - una tableta de chocolate de hacer
  - 25 gramos de mantequilla
  - 2 cucharadas de azúcar
  - una cucharadita de café soluble

### ELABORACIÓN

Cocer y pelar las castañas. Hervir de nuevo hasta que estén tiernas. Pasar por el chino y reservar el puré. A continuación fundir al baño María el chocolate disuelto en 2 o 3 cucharadas de agua y remover hasta obtener una crema fina. Seguidamente mezclar el chocolate disuelto con el puré de castañas y la nata. Por último, verter la mezcla en copas individuales e introducir en el frigorífico hasta el momento de servir.





*CASTAÑAS AL NATURAL:* Se llenan botes con castañas peladas. Se cubren con un jugo a 70 °C hecho con agua, 2% de sal y 5% de azúcar de la masa neta total. Se esterilizan los botes a 116° C durante 30 – 35 minutos.



*(Receta recogida en La Tejera)*

*CASTAÑAS EN ALMIBAR:* Se cuecen las castañas con agua. Una vez secas y peladas se meten en disoluciones de agua y azúcar en concentraciones crecientes y a unos 65° C. En una olla a presión a 100°C durante 15 minutos y en reposo durante 2 horas. Este proceso dura más o menos dependiendo de las características y el número de soluciones a las que se someta (entre 12 y 30 horas). Al final del proceso la cantidad de materia seca debe ser aproximadamente el 70%. Una vez terminado el proceso se envasan en frascos y ya están dispuestos para guardar.



*(Receta cedida por vecinos de San Ciprián de Hermisende)*

*CASTAÑAS ASADAS Y CONGELADAS:* Se asan y se pelan. Se pueden envasar al vacío y luego se congelan.

*(Esta es la forma tradicional de tomar las castañas en Hermisende)*



## LICOR DE CASTAÑAS:

- INGREDIENTES
- 250 gramos de castañas
  - 1 litro de aguardiente
  - 250 mililitros de agua
  - 125 gramos de azúcar

Pelar muy bien las castañas, dejándolas blancas. A continuación se ponen en un bote de cristal y se cubren con el aguardiente. Tapar el bote de cristal y guardar en un lugar fresco durante 50 días. Cuando haya pasado el tiempo indicado, hervir en un cazo el agua con el azúcar para obtener el almíbar. Añadir al bote y dejar que macere durante 30 días más. Para terminar colar el líquido resultante para quitarle las impurezas que tenga y servir frío o a temperatura ambiente según se prefiera.



## CASTAÑAS EN AGUARDIENTE:

- INGREDIENTES
- 500 gramos de castañas,
  - 150 gramos de azúcar
  - 1 litro de agua
  - 1 litro de aguardiente de orujo

Cocer y pelar las castañas. Una vez peladas hervir en agua durante 30 minutos hasta que estén tiernas. Colar y con cuidado de no romperlas, colocar en tarros esterilizados. Hervir en un cazo el agua con el azúcar para obtener el almíbar. Mezclar el orujo con el almíbar y verter sobre las castañas hasta cubrirlas. Cerrar y dejar macerar un mínimo de 3 meses.





*MERMELADA DE CASTAÑAS:* Pasar las castañas ya cocidas y peladas por el pasapurés.

Cocer a fuego lento el puré de castañas con el azúcar, la vainilla al gusto y un vaso de agua durante unos 25 minutos.

Meter la mermelada en tarros esterilizados y cocerlos al baño maría. La cantidad de azúcar indicada es orientativa, se puede añadir más o menos en función del dulzor que se quiera obtener de la mermelada.

**INGREDIENTES** - 1 kilo de castañas cocidas y peladas  
- 600 gramos de azúcar  
- vainilla en rama



*PURÉ DE CASTAÑAS:* Se cuecen las castañas. Se hace un puré mezclándolas con un 12% de agua. Se añade un 1% de sal y un 2% de azúcar y aumentamos hasta un 12% el contenido de azúcar de la pasta. Se meten en botes calientes y se esterilizan. También se pueden utilizar las castañas que se han roto durante la transformación.



*CASTAÑAS PARA GUARNICIÓN:* Rehogar la mantequilla con la cebolla: añadir castañas tostadas y dejar que se sofrían unos minutos, a continuación regar con el vino blanco y dejar cocer. Una vez evaporado el vino, disolver en agua caliente la pastilla de caldo y añadirlo. Agregar el laurel, sal y pimienta y continuar la cocción a fuego moderado durante 40 minutos. Cuando termine la cocción, las castañas habrán absorbido todo el líquido.

- INGREDIENTES**
- 500 gramos de castañas
  - 1 cebolla,
  - 50 gramos de mantequilla
  - 1 vaso de vino blanco seco -
  - 1 pastilla de caldo
  - 1 hoja de laurel
  - 1 litro de agua caliente
  - sal y pimienta negra

## *RELLENO DE CASTAÑAS*

*(Para el relleno de carnes al horno o guisos)*

Cocer las castañas en agua y sal, escurrirlas y majarlas y añadir la mitad de la mantequilla, sal, pimienta y nata. Derretir el resto de la mantequilla con las migas de la galleta.

- INGREDIENTES**
- 3 tazas de castañas
  - 1 taza de mantequilla
  - 1 taza de nata
  - 1 taza de migas de galleta
  - 1 cucharadita de sal
  - 1 cucharadita de pimienta



NECEITAS



CASTAÑAS

## **Edição**

Ayuntamiento de Herminsende

## **Co-financiamento**

Gabinete de Iniciativas Transfronterizas de Castilla y León y Junta de Castilla y León

## **Realização**

ZIES Investigación y Consultoría S.L.

## **Design, ilustrações e lay-out**

Noelia Sánchez Gómez

## **Tradução**

Marina Viera



GABINETE de INICIATIVA  
TRANSFRONTERIZA  
de Castilla y León



# APRESENTAÇÃO

A castanha constitui o produto mais significativo do município de Hermisende. A abundância de castanheiros e a sua repovoação nas últimas décadas proporcionou a obtenção de uma castanha de grande qualidade assim como de uma abundante produção. O aproveitamento do castanheiro dá valor aos montes e isto tem uma repercussão positiva na conservação do meio.

Hermisende aposta neste recurso natural e desenvolveu um projecto de aproveitamento integral do castanheiro com fins socioeconómicos e ambientais. Trata-se de um projecto formativo em técnicas de cultivo e fomento de iniciativas empresariais para comercializar o produto.

Hermisende recebeu em 2010 o Primeiro prémio do espaço da acção à sustentabilidade para entidades locais concedido pela Junta de Castela e Leão (Castilla y León). Este prémio põe em evidência o respeito dos vizinhos pelo maravilhoso ambiente natural da nossa povoação, que bem merece uma visita. Os castanheiros são os protagonistas de uma bela rota de caminhada: um percurso no qual se pode apreciar a envergadura de alguns exemplares antiquíssimos aos quais o tempo dotou de caprichosas formas.

Hermisende partilha os seus recursos com o vizinho Parque Natural de Montesinho em Portugal, pelo que a cooperação transfronteiriça é fundamental para um desenvolvimento económico-empresarial comum, que destaque os aspectos culturais do castanheiro e contribua para a conservação do património natural.

Com o apoio do Gabinete de Iniciativas Transfronteiriças da Junta de Castela e Leão desenha e edita-se este livro de receitas que exalta a castanha como elemento fundamental na gastronomia tradicional e inovadora do território transfronteiriço.



Jose Ignacio González Nieto  
Presidente da Câmara Municipal de Hermisende

## *ESCOLHA E CONSERVAÇÃO DAS CASTANHAS*

Devem escolher-se as castanhas que tenham a pele lisa, sem manchas ou cortes e que se apresentem rijas ao tacto.

As castanhas tenras devem conservar-se num local fresco, seco e ventilado.

Se se congelam e se guardam em recipientes herméticos podem conservar-se até 6 meses. Devem descongelar-se submergindo-se em água durante uma hora antes de se cozinharem. Desta forma hidratam-se e recuperam o seu estado original.

As castanhas cozidas aguentam três a quatro dias no frigorífico e congeladas podem aguentar até 9 meses.

## *CONSELHOS PARA DESCASCAR BEM AS CASTANHAS*

Se as castanhas forem difíceis de descascar, devem cozer-se durante dois minutos em água a ferver à qual se adiciona uma colher de azeite. Escorrer e envolvê-las num pano para secar e posteriormente descascar sem dificuldade.

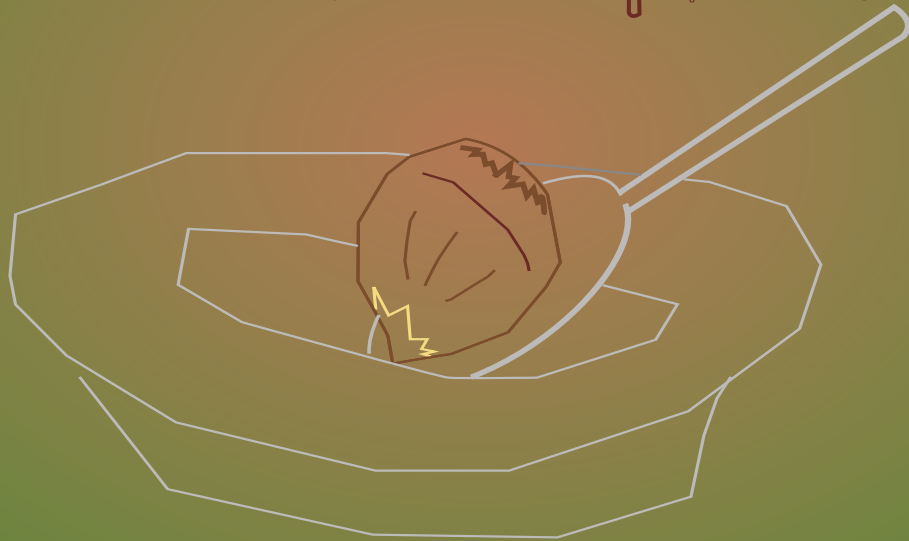
Outra variante para descascar as castanhas se não se forem utilizar nesse mesmo dia: colocá-las toda a noite no frigorífico e ao retirar colocá-las num recipiente que contenha água a ferver. As mudanças bruscas de temperatura farão com que a pele da castanha se desprenda.

Um bom truque para descascar as castanhas que sejam cozinhadas posteriormente é "beliscá-las" (tirando um pedaço de pele) e metê-las em água a ferver com um pouco de sal (também se pode adicionar um pouco de funcho) durante 20 minutos aproximadamente.





PRIMEIROS PRATOS



## SOPA DE CASTANHAS



- INGREDIENTES** - 1 Quilo de castanhas  
- 1 alho-francês  
- 2 cebolas médias  
- 2 cenouras  
- 2 colheresadas de farinha de trigo  
- 2 litros de água/caldo, azeite.

### ELABORAÇÃO

Cozem e descascam-se as castanhas. Picam-se as cebolas e aquece-se o caldo à parte. Uma vez refogada e transparente a cebola (sem ser demasiado frita) adiciona-se a farinha e dilui-se. Depois adiciona-se pouco a pouco o caldo. Juntam-se as castanhas cozidas. A cenoura e o alho-francês fazem-se à parte passados pela varinha mágica e juntam-se às castanhas até que a mistura comece a ferver. Temperar a gosto.

*(Receita cedida por vizinhos de San Ciprián de Hermisende e Castrelos)*

## ARROZ COM CASTANHAS

- INGREDIENTES** - 1 quilo de arroz  
- 1 quilo de castanhas  
- 1,5 litros de água/caldo  
- 2 cebolas médias  
- azeite, sal e pimenta.

### ELABORAÇÃO

Refoga-se a cebola até ficar transparente (sem ser demasiado frita) com a castanha cozida e descascada. Adicionar a água/caldo até que comece a ferver. Junta-se o arroz lavado e deixa-se cozer até que esteja tenro. Temperar com sal e pimenta a gosto.



## CALDO PEGO



INGREDIENTES 100 gramas de feijão branco

- 1 quilo de castanhas
- 1 molho de grelos
- 50 gramas de banha
- um pedaço de toucinho salgado
- um pedaço de entrecosto de porco sem tempero
- 1 chouriço
- 3 litros de água
- sal

É como o caldo galego, mas com castanhas em vez de batatas. O caldo é um dos pratos mais representativos e conhecidos da cozinha sanabresa (De Sanabria – Zamora). Se antigamente na maioria dos lares castelhanos não faltava o cozido, mais ou menos abundante segundo os bolsos, os fogões sanabreses, nenhum carecia da sua dose diária de caldo. No seu interior podemos encontrar os populares grelos e em função da época do ano, a nabiça, o repolho ou a couve.

### ELABORAÇÃO

Deixam-se de molho os feijões na noite anterior. Num recipiente à parte faz-se o mesmo com o toucinho e o entrecosto, para os dessalgar. Numa caçarola com abundante água cozem-se o toucinho, o entrecosto e a banha durante uma hora, até que a água adquira uma cor esbranquiçada. Cõa-se a água e cozem-se na mesma os feijões e as castanhas, entre uma hora e uma hora e meia. Quando estiverem quase no ponto, adicionamos os grelos cortados à mão e sem os talos grossos. Deixar cozer em lume brando cerca de 15 minutos. Tempera-se com sal e serve-se. O entrecosto, o toucinho e o chouriço podem servir-se à parte. O caldo deve ficar turvo mas com corpo: se ficar demasiado líquido podemos amassar umas batatas e adicioná-las ao caldo enquanto coze nos últimos minutos para se tornar mais espesso.

*(Receita cedida pelas vizinhas de Castromil)*

# COGUMELOS COM CASTANHAS



- INGREDIENTES**
- 1 quilo de castanhas,
  - 1 quilo de cogumelos
  - 5 colheradas de manteiga
  - 2 colheradas de farinha
  - 1 colherzinha de sal,
  - 1 taça de natas magras
  - 1 colherzinha de salsa picada
  - pimenta

## ELABORAÇÃO

Derreter a manteiga numa frigideira, adicionar os cogumelos e frigi-los em lume brando até que fiquem castanhos. Adicionar a farinha, o sal e a pimenta e mexer para misturar tudo bem. Pouco a pouco adicionam-se as natas, em lume brando, e as castanhas cozidas e cortadas em quatro. Continuar a fritar e adicionar no final a salsa.

# CASTANHAS GUIADAS

- INGREDIENTES**
- 250 gramas de castanhas
  - 1 cebola
  - 1 tomate
  - 1 cenoura
  - 4 ramos de brócolos
  - 2 decilitros de caldo de vegetais,
  - azeite, sal e pimenta

## ELABORAÇÃO

Cozer as castanhas, descascar e cortá-las ao meio. Refogar ligeiramente a cebola picada, o tomate em pedaços, a cenoura em cubinhos e os ramos de brócolos cortados em pedaços. Quando estiverem refogados, adicionar as castanhas e o caldo vegetal. Salpimentar e deixar cozer em lume brando até que estejam feitas as verduras



# LENTILHAS COM CASTANHAS



- INGREDIENTES
- 200 gramas de lentilhas
  - 2 folhas de louro
  - 50 gramas de bacon picado
  - 18 castanhas assadas e descascadas
  - umas fatias de pão torrado ou frito
  - azeite
  - manjerona em pó
  - concentrado de tomate
  - manjericão, tomilho, sal e pimenta.

## ELABORAÇÃO

Cozer as lentilhas com louro e sal num tacho com litro e meio de água durante 35 minutos. Refogar numa panela com azeite, o bacon e as castanhas cortadas em pedaços, adicionar o tomilho e a manjerona, o manjericão, o sal, a pimenta e o concentrado de tomate dissolvido num pouco de caldo de cozer as lentilhas. Juntar as lentilhas, rectificar de sal e deixar cozer outros 10 minutos. Servem-se em seguida acompanhadas das fatias de pão.



## CROQUETES DE CASTANHAS



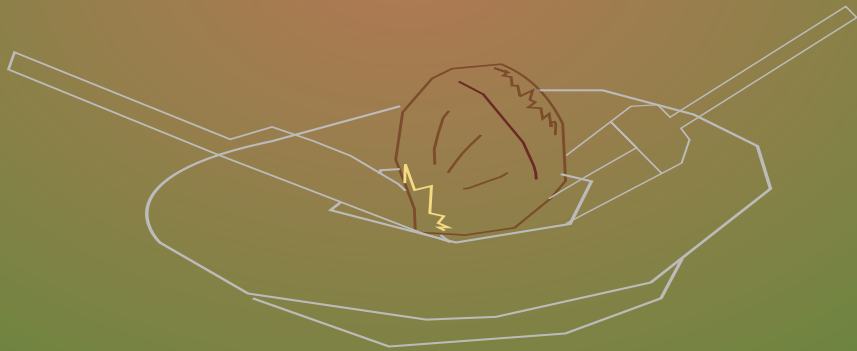
- INGREDIENTES**
- 1 quilo de castanhas
  - 1 litro de leite
  - 150 gramas de açúcar
  - 100 gramas de açúcar em pó
  - 50 gramas de manteiga
  - 3 ovos
  - 100 gramas de pão ralado
  - essência de baunilha ou anis
  - 100 gramas de banha e azeite

### ELABORAÇÃO

Raspar a casca das castanhas e deitá-las numa panela, cobri-las com água em lume forte; quando a pele se soltar com facilidade descascamo-las. Deitá-las em leite com baunilha e cozê-las até que o leite evapore. Passar pela varinha mágica a referida mistura e deitar na panela adicionando a manteiga. Trabalha-se com a espátula e adiciona-se o açúcar. Juntam-se os ovos um a um. Com o puré de castanhas temperado formam-se os croquetes, passando-se pelo açúcar em pó, molhando no ovo e no pão ralado. Fritam-se em banha com azeite (em partes iguais). Quando estiverem dourados escorrem-se e servem-se.



# SENCILLOS PUNTOS



## LOMBO DE VACA COM CASTAÑAS E COGUMELOS



- INGREDIENTES** - 600 gramas de lombo de vaca  
- 400 gramas de castanhas  
- 200 gramas de cogumelos  
- 1 cebola  
- 1 tomate

### ELABORAÇÃO

Parte-se em fatias o lombo de vaca, temperam-se com sal, passam-se pela farinha e fritam-se. Numa panela faz-se o refogado com o azeite de fritar a carne, a cebola e o tomate, depois deita-se uma concha de água, põe-se um pouco de sal e adiciona-se a carne. Adicionar as castanhas descascadas e os cogumelos ao guisado. Deixar cozer tudo em lume brando.

## CARNE COM CEBOLINHAS E CASTANHAS

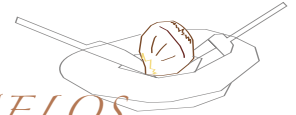
- INGREDIENTES** -Lombo de vitela  
- cebola tomate  
- canela  
- um pouco de toucinho  
- vinho  
- amêndoas  
- castanhas  
- cebolinhas  
- alho  
- manteiga ou azeite y sal

### ELABORAÇÃO

Dourar a carne, adicionar cebola, três dentes de alho, canela, tomate e um pouco de toucinho. Quando a carne estiver dourada adicione um copo de vinho e água. Uma vez cozida retira-se para que arrefeça bem, o resto passa-se pelo passador. Ao molho resultante adicionam-se as cebolinhas, as castanhas torradas e as amêndoas torradas e picadas.







## LOMBO DE PORCO COM CASTANHAS E COGUMELOS

### ELABORAÇÃO

Saltear numa panela os lombos com um pouco de azeite durante 5 minutos. Depois adicionar a cebola e o alho picados e salpimentar. Adicionar o vinho branco e deixar cozer em lume brando durante 30 minutos. Enquanto isso, saltear numa frigideira os cogumelos entre 8 e 10 minutos. Adicioná-los às castanhas cozidas e deixar cozinhar durante 10 minutos mais. Por último, cortar os lombos em fatias e servi-los com o molho e a salsa polvilhada.

- INGREDIENTES**
- 2 lombos de porco
  - 250 gramas de cogumelos
  - 250 gramas de castanhas cozidas
  - 1 cebola
  - 1 dente de alho
  - 2 decilitros de vinho branco
  - salsa, azeite, sal e pimenta.

## BORREGO COM CASTANHAS

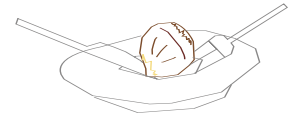
### ELABORAÇÃO

#### INGREDIENTES

- 1 quilo de castanhas
- 1 quilo de pá de borrego cortada em cubos
- 100 gramas de toucinho magro
- 100 gramas de presunto curado
- 1 cebola grande
- 1 cravinho
- 1 copinhos de vinho tinto
- 1 caldo de carne
- 1 casca de laranja
- orégãos, tomilho, azeite, sal e pimenta.

Cozer as castanhas com água e sal e reservá-las. Refogar a cebola em lume brando, adicionar o presunto e o toucinho em tiras finas e frigar. Adicionar orégãos, tomilho, a casca da laranja e os cravinhos e refogar uns minutos. Salpicar a carne com sal, pimenta e farinha e refogar uns minutos; adicionar o vinho e o caldo de carne dissolvido em 1/2 litro de água e deixar cozer tapado até que a carne esteja tenra. Adicionar as castanhas e deixar mais 5 minutos em lume brando.





## JAVALI COM CASTANHAS

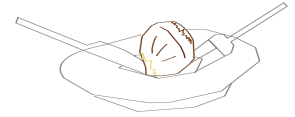
- INGREDIENTES**
- 8 pedaços grandes de javali
  - quilo de castanhas
  - 3 cebolas grandes
  - 3 dentes de alho
  - 1 pimento vermelho
  - 1 pimento verde
  - 1 copo de vinho branco seco
  - 2 copos de vinho tinto
  - louro, orégãos, salsa, vinagre, azeite, sal e pimenta preta.

### ELABORAÇÃO

Os pedaços de javali devem ficar a macerar durante 10 horas com o vinho branco, o vinho tinto, o louro, uma colher de sopa de vinagre, outra de orégãos e meia de pimenta preta moída. Numa panela com um pouco de azeite, deitar a cebola picada em pedaços grandes e a seguir, os pimentos e os alhos muito picadinhos. Deixar até que a cebola fique branda mas sem chegar a ficar dourada. Secar o javali com um pano e alourá-lo numa frigideira com azeite bem quente. Mudá-lo para a panela juntamente com o molho da maceração e um pouco de sal. Deixar cozer as castanhas cerca de duas horas, após as quais se lhes retira a pele (em quente, para que saia melhor), tendo cuidado para não se partirem. Meia hora antes de terminar o tempo de cozedura do javali, juntamos as castanhas e a salsa picada muito fina e acaba de cozer, mexendo frequentemente a panela para que não pegue.



# BACALHAU COM CASTANHAS



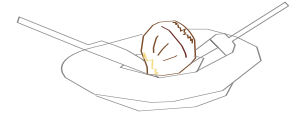
- INGREDIENTES**
- 4 postas de bacalheu demolidado
  - 400 gramas de castanhas cozidas
  - 2 cebolas
  - 12 chalotas
  - 2 dentes de alho
  - 1 aboborinha
  - vinagre balsâmico
  - azeite, sal e pimenta.

## ELABORAÇÃO

Aquecer o forno a 190 graus. Colocar num tabuleiro o bacalheu juntamente com as castanhas. Adicionar as cebolas e as chalotas cortadas em meias luas e os dentes de alho laminados. Salpimentar, adicionar o louro e regar com azeite. Levar ao forno durante 25 minutos e de vez em quando regar com o seu próprio molho. Cortar a abóbora em cubinhos, fervê-los, escorrê-los, salpimentá-los e adicioná-los ao bacalheu quando tiverem passado 20 minutos no forno. Retirar do forno e servir em seguida regado com um pouco de vinagre balsâmico.



# SLOMBINHO DE PORCO COM CASTANHAS



- INGREDIENTES - 2 lombinhos de porco  
- 300 g de castanhas  
- 1 cebola grande  
- 6 dentes de alho  
- brandy  
- 1 tomate pequeno  
- ervas aromáticas  
- 1 caldo de verduras  
- azeite, pimenta e sal

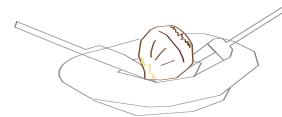


## ELABORAÇÃO

Cozer e descascar as castanhas. Numa panela com azeite, colocar os lombinhos salpicados com sal, pimenta, ervas aromáticas e deixar assar em lume forte. Enquanto isso, descascar e cortar em pedaços médios os alhos, a cebola e os tomates. Adicioná-los à panela por esta ordem. Quando as verduras estiverem um pouco cozinhadas, adicionar um fio de brandy, deixar reduzir o álcool. Adicionar as castanhas, cobrir com a água, juntar o caldo de verduras e deixar cozer até que as castanhas estejam macias. Apagar o lume. Reduzir o molho caso necessário. Servir a carne cortada às fatias com o molho e as castanhas como guarnição.



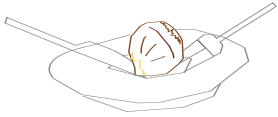
# COELHO COM CASTANHAS



- INGREDIENTES**
- 2 coelhos
  - 500 gramas de castanhas
  - 250 gramas de presunto
  - 2 dentes de alho
  - uma cebola
  - 2 cenouras
  - um copo de conhaque
  - um copo de xerez seco
  - açafão em rama
  - caldo, maizena
  - sal e azeite

## ELABORAÇÃO

Limpar, cortar em pedaços e salgar o coelho. Numa panela com azeite, adicionar os pedaços do coelho e os dentes de alho picados. Deixar dourar o coelho e depois adicionar o presunto cortado em quadradinhos muito pequenos, a cebola, as cenouras e o açafão (tudo bem picado). Manter em lume brando para que coza lentamente. Adicionar o conhaque, o xerez, o caldo e um pouco de maizena para espessar o molho. Deixar cozer tudo junto durante 40 minutos. Numa panela à parte deixar cozer as castanhas; uma vez feitas, descascá-las. Quando estiver praticamente terminada a cozedura, adicione as castanhas descascadas e cozidas



## PERU RECHEADO COM CASTANHAS

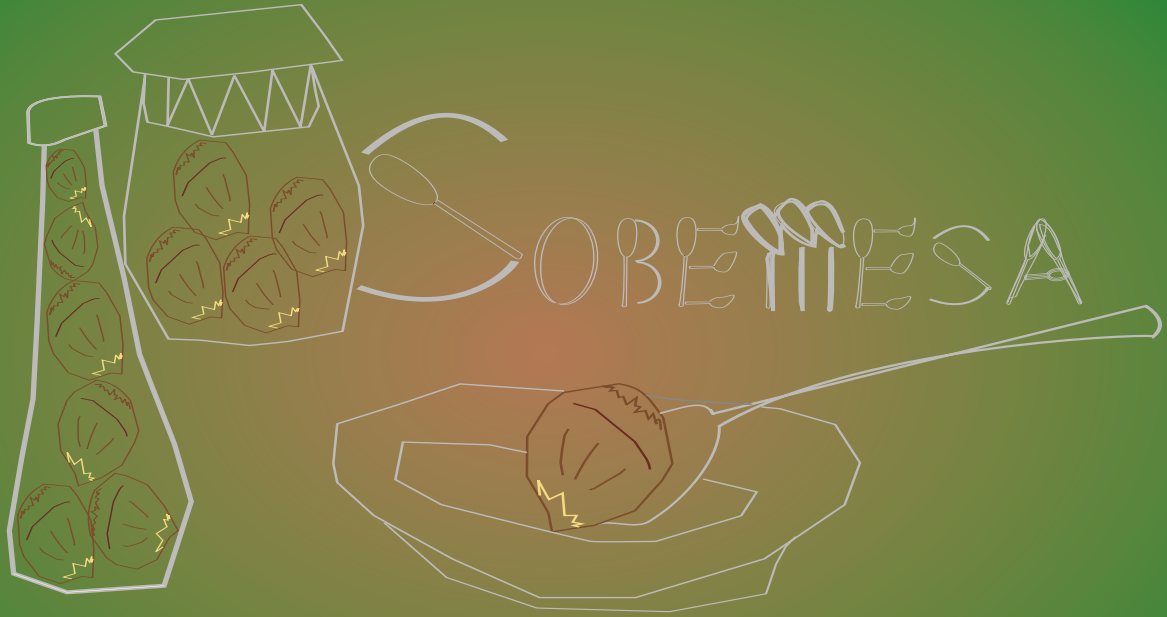
- INGREDIENTES** - 1 peru de 3 quilos
- 800 gramas de salsichas de porco
  - 1 quilo de castanhas
  - 1 litro de caldo de carne
  - uma chávena de pequeno-almoço de azeite
  - 4 colheradas de banha
  - 1 copinho de xerez seco
  - sal



### ELABORAÇÃO

Limpar o peru e queimar os pelinhos. Preparar as castanhas cortando-as em pedacinhos, dando-lhes um refogado rápido em azeite, depois cozem-se em água com sal. Uma vez cozidas e descascadas, picá-las juntando-as às salsichas (também refogadas) e cortá-las em pedacinhos. Dar sal por dentro e por fora do peru e rechear com as castanhas-salsichas, atando-o ou cozendo-o para que o recheio não saia. Esfregá-lo com parte da manteiga, deixando o resto da mesma no tabuleiro do forno e envolver a ave em papel de alumínio, metendo a travessa a assar no forno e deitando o xerez. Demorará cerca de 2 a 2,5 horas a fazer-se, virando-o de vez em quando. Antes de terminar de assar retire o papel para dourar um pouco, molhe-o com o seu molho, trinche-o e sirva-o com o recheio e o molho.







## LEITE COM CASTANHAS (burgazos)

### ELABORAÇÃO

As castanhas, meio cozidas, introduzem-se em leite quente e deixam-se ao lume até que fiquem moles; nesse momento retiram-se e adoçam-se com açúcar a gosto. Deixam-se arrefecer e servem-se numa taça.

*(Receita oferecida por vizinhas de Castromil)*

## BOLO DE CASTANHAS

- INGREDIENTES** - 30 bolachas maria  
- licor  
- 1 colherada de manteiga  
- 750 gramas de castanhas  
- 2 ovos  
- 150 gramas de açúcar  
- 150 gramas de manteiga  
- canela e açúcar de baunilha

### ELABORAÇÃO

Assar as castanhas para as poder descascar e cozer numa caçarola durante meia hora. Fazer um puré e reservar. Triturar as bolachas e adicionar o licor e a colherada de manteiga. Fazer uma pasta e forrar a forma. Bater o açúcar com as gemas e o açúcar de baunilha. Adicionar a manteiga derretida. Bater as claras em castelo. Misturar o puré de castanhas com as claras, o creme de manteiga e as gemas. Verter tudo isto para a forma forrada com a massa de bolachas e levar ao forno (200°) durante 45 minutos até que esteja coalhado. Servir acompanhado de licor doce.







## PUDIM DE CASTANHAS

- INGREDIENTES** - 400 gramas de castanhas  
- 150 gramas de açúcar  
- 1 pau de canela  
- 2 decilitros de leite  
- 3 ovos

### ELABORAÇÃO

Dar um corte às castanhas e cozê-las em água até que fiquem macias, escorrer e descascar. Pôr um tacho ao lume com metade do leite e 50 gramas de açúcar, adicionar as castanhas e cozer até que estejam moles, passar pela varinha mágica e reservar. Cozer o resto do leite com o pau de canela, deixar arrefecer e retirar a canela. Bater os ovos com 100 gramas de açúcar e adicionar o leite morno, juntar o puré de castanhas e misturar bem até obter um creme. Pré-aquecer o forno a 170 graus. Caramelizar uma forma e enchê-la com o creme, deixar em banho-maria durante 40 minutos. Deixar arrefecer e desenformar.

## PÃO-DE-LÓ DE CASTANHAS

### ELABORAÇÃO

Cozer as castanhas, descascá-las e cortá-las em pedaços ou triturá-las. Fazer a massa do pão-de-ló com manteiga, açúcar, fermento e os ovos. Para a tornar mais cremosa pôr mel. Enquanto se batem estes ingredientes juntar as castanhas e a farinha. A mistura tem que repousar para levedar. Quando bem batida a massa, enche-se uma forma e leva-se ao forno durante 25 minutos a 170 graus. Deixar arrefecer.

- INGREDIENTES** - 150 gramas de manteiga  
- 150 gramas de açúcar  
- 1 pacote de fermento  
- 3 ovos  
- 150 gramas de mel  
- 150 gramas de castanhas  
- 150 gramas de farinha



# BOLO DE CASTANHAS COM CHOCOLATE



- INGREDIENTES**
- 4 ovos grandes
  - 400 mililitros de natas líquidas
  - 100 gramas de chocolate fondue
  - 100 gramas de manteiga
  - 75 gramas de açúcar
  - 30 bolachas maria
  - cacau em pó
  - 100 gramas de puré de castanhas
  - 200 gramas de doce de castanhas
  - licor de café



## ELABORAÇÃO

Para a base de bolacha derrete-se a manteiga no microondas. Trituram-se as bolachas e adicionamos por cima a manteiga derretida. A mistura resultante distribui-se pela base da forma desmontável grande e aperta-se contra o fundo. Vai ao forno cerca de 5 minutos para endurecer. Para o recheio coloca-se a nata a aquecer numa panelinha em lume médio. Quando estiver quente (sem que ferva) deita-se o chocolate em pedaços e um fio de licor de café. Deixa-se em lume brando para que se funda tudo, mexendo com uma colher de madeira. Numa tigela batem-se os ovos e o açúcar até obter uma mistura homogénea, cremosa e não demasiado espumosa. Adicionar o doce e o puré de castanhas e mexer a mistura sem bater. Quando o chocolate se tiver fundido com a nata tira-se do lume. Adicionar a mistura de ovo e castanhas, misturar bem sem bater e deixar repousar fora do lume. O seguinte passo é verter sobre a base de bolachas toda a mistura e introduzi-la no forno pré-aquecido a 190° graus entre 30 a 40 minutos. Retirar do forno e deixar arrefecer no frigorífico durante umas horas. Desenformar e polvilhar o cacau em pó com uma peneira por cima do bolo.



# MARRON GLACÉ



**INGREDIENTES** - 1 quilo de castanhas  
- 400 gramas de açúcar  
- 1 vagem de baunilha  
- 2 colheres de açúcar baunilhado



## ELABORAÇÃO

Fazer um pequeno corte nas castanhas e pô-las numa panela com água quente escaldando-as cerca de 10 minutos. Descascar as castanhas retirando também a pele fina que as cobre com muito cuidado para que não se partam. Cozê-las num litro de água até que fiquem macias. Enquanto isso, preparar numa panela uma calda com 1/2 de litro de água, açúcar e baunilha. Cozer este preparado durante 15 minutos em lume médio. Adicionar as castanhas baixar o lume, deixar cozer 15 minutos mais. Retirar a panela do lume e deixar repousar as castanhas durante um dia inteiro. Forrar o tabuleiro do forno com papel especial e colocar as castanhas. Levar ao forno durante 20 minutos a uma temperatura de 125 graus até que estejam bem secas e de seguida deixá-las arrefecer. Colocá-las em bases de papel, polvilhar com açúcar glacê e estão prontas a servir.



## CREME DE CASTANHAS COM NATAS



- INGREDIENTES**
- 1 quilo de castanhas
  - 1 quilo de açúcar
  - 9 copos de natas
  - 1 litro de leite
  - um pouco de baunilha

### ELABORAÇÃO

Cozer as castanhas durante 25 minutos. Depois de as escorrer e descascar, colocá-las numa caçarola cobertas de leite frio e adicionar uma pitada de baunilha. Deixar cozer em lume moderado durante cerca de 45 minutos e a seguir escorrer e passar por uma peneira adicionando 1 kg de açúcar. Trabalhar a pasta com uma colher de madeira até que o composto de despegue do recipiente. Pôr a pasta num passador e deixar cair em forma de chuva em taças, alternando camadas de creme de castanhas com camadas de natas. Cobrir com uma camada de natas e adornar com chocolate ralado. Servir frio.

## MOUSSE DE CASTANHAS E CHOCOLATE

- INGREDIENTES:**
- 1 quilo de castanhas
  - 200 gramas de natas líquidas
  - 1 tablete de chocolate de culinária
  - 25 gramas de manteiga
  - 2 colheradas de açúcar
  - uma colherzinha de café solúvel

### ELABORAÇÃO

Cozer e descascar as castanhas. Ferver de novo até que fiquem tenras. Passar pelo batedor e reservar o puré. A seguir derreter em banho-maria o chocolate dissolvido em 2 ou 3 colheradas de água e mexer até obter um creme fino. De seguida misturar o chocolate dissolvido com o puré de castanhas e as natas. Por último, verter a mistura em taças individuais e introduzir no frigorífico até ao momento de servir.



*CASTANHAS AO NATUR:* Enchem-se recipientes com castanhas descascadas. Cobrem-se com um molho a 70° feito com água, 2% de sal e 5% de açúcar da massa líquida total. Esterilizam-se os recipientes a 116° C durante 30 – 35 minutos.



*(Receita obtida em La Tejera)*

*CASTANHAS EM CALDA:* Cozem-se as castanhas com água. Uma vez secas e descascadas colocam-se em dissoluções de água e açúcar em concentrações crescentes e a cerca de 65° C. Numa panela de pressão a cerca de 100° C durante 15 minutos e em repouso durante 2 horas. Este processo dura mais ou menos dependendo das características e do número de soluções às que se submeta (entre 12 e 30 horas). No final do processo a quantidade de matéria seca deve ser aproximadamente de 70%. Uma vez terminado o processo colocam-se em frascos e já estão dispostos a guardar.



*(Receita cedida por vizinhos de San Ciprián de Hermisende)*

*CASTANHAS ASSADAS E CONGELADAS:* Assam-se e descascam-se. Podem embalar-se em vácuo e depois congelam-se.

*(Esta é a forma tradicional de comer as castanhas em Hermisende)*



## *LICOR DE CASTANHAS:*

- INGREDIENTES**
- 250 gramas de castanhas
  - 1 litro de aguardente
  - 250 mililitros de água
  - 125 gramas de açúcar

Descascar muito bem as castanhas, deixando-as brancas. A seguir colocam-se numa garrafa de cristal e cobrem-se com a aguardente. Tapar a garrafa de cristal e guardar num local fresco durante 50 dias. Quando tiver passado o tempo indicado, ferver numa panelinha a água com o açúcar para obter a calda. Juntar à garrafa e deixar que macere durante mais 30 dias. Para terminar coar o líquido resultante para lhe retirar as impurezas e servir frio ou à temperatura ambiente segundo se preferir.



## *CASTANHAS EM AGUARDENTE:*

- INGREDIENTES**
- 500 gramas de castanhas
  - 150 gramas de açúcar
  - 1 litro de água
  - 1 litro de aguardente de bagaço

Cozer e descascar as castanhas. Depois de descascadas ferver em água durante 30 minutos até que fiquem macias. Coar e com cuidado para não as partir, colocar em boiões esterilizados. Ferver numa caçarola a água com o açúcar para obter a calda. Misturar o bagaço com a calda e verter sobre as castanhas até as cobrir. Fechar e deixar macerar no mínimo 3 meses.





*COMPOTA DE CASTANHAS:* Passar as castanhas já cozidas e descascadas na varinha mágica. Cozer em lume brando o puré de castanhas com o açúcar, a baunilha a gosto e um copo de água durante cerca de 25 minutos. Colocar o doce em recipientes esterilizados e cozê-los em banho-maria. A quantidade de açúcar indicada é orientativa, pode adicionar-se mais ou menos em função da doçura que se queira obter da compota.

#### INGREDIENTES

- 1 quilo de castanhas cozidas e descascadas
- 600 gramas de açúcar
- baunilha em rama

*PURÉ DE CASTANHAS:* Cozem-se as castanhas. Faz-se um puré misturando-as com 12% de água. Adiciona-se 1% de sal e 2% de açúcar e aumentamos até 12% o conteúdo de açúcar da massa. Coloca-se em boiões quentes e esterilizam-se. Também se podem utilizar as castanhas que se partiram durante a transformação.



*CASTANHAS PARA GUARNIÇÃO:* Refogar a manteiga e a cebola: adicionar castanhas torradas e deixar que refoguem uns minutos, a seguir regar com o vinho branco e deixar cozer. Uma vez evaporado o vinho, dissolver em água quente o caldo e adicioná-lo. Juntar o louro, o sal e a pimenta e continuar a cozedura em lume moderado durante 40 minutos. Quando terminar a cozedura, as castanhas terão absorvido todo o líquido.

- INGREDIENTES**
- 500 gramas de castanhas
  - 1 cebola
  - 50 gramas de manteiga
  - 1 copo de vinho branco ou seco
  - 1 caldo de carne
  - 1 folha de louro
  - 1 litro de água quente
  - sal e pimenta preta

- INGREDIENTES**
- 3 taças de castanhas
  - 1 taça de manteiga
  - 1 taça de natas
  - 1 taça de bolacha triturada
  - 1 colherzinha de sal
  - 1 colherzinha de pimenta.

## *RECHEIO DE CASTANHAS*

*(Para o recheio de carnes no forno ou quisadós)*

Cozer as castanhas em água e sal, escorrê-las, moê-las e adicionar metade da manteiga, sal, pimenta e natas. Derreter o resto da manteiga com a bolacha triturada.

*(Receita obtida em Hermisende).*

