



Współfinansowane przez  
Unię Europejską



PROJEKT Erasmus+ VET 2023-24 "Staże w Hiszpanii kluczem do profesjonalizmu" Nr projektu nadany przez Fundację Rozwoju Systemu Edukacji 2023-1-PL01-KA121-VET000128322

## PESTINOS (TZW. BORRACHUELOS)

### Normatyw surowcowy (20 ciastek):

- 3 owoce kardamonu
- 200g maki pszennej
- poł łyżeczki mielonego cynamonu
- 60g oliwy z oliwek + oliwa do smażenia
- 90g białego wina
- łyżeczka płynnego miodu
- starta skórka z pomarańczy
- słaby napar z anyżu 20ml
- cukier do obtoczenia



Źródło: <https://lacocinademasito.com/pestinos-de-azucar.html>

### Przygotowanie:

- zaparzamy słaby napar z anyżu i dajemy do ostygnięcia
- z ziaren kardamonu wydłubujemy środek i tłuczemy je w moździerzu
- do miski dajemy mąkę, zmielony cynamon, kardamon, skórkę z pomarańczy, miód, a na środku ronimy wgłębienie i wlewamy oliwę z oliwek, wino i napar
- wyrabiamy ciasto przykrywamy i wkładamy do lodówki na ok.40minut
- gotowe ciasto rozwałkowujemy na grubość mniej więcej 3-4 milimetrów, wykrawamy kwadraty na ok.4/4,5 cm i zaklejamy ze sobą dwa przeciwne rolki (kształt przypomina rurki)
- w garnku rozgrzewamy tłuszcz i wrzucamy ciastka, smażymy do złoto brązowego koloru. następnie odsączamy z tłuszczu
- obtaczamy w cukrze



Współfinansowane przez  
Unię Europejską



PROJEKT Erasmus+ VET 2023-24 "Staże w Hiszpanii kluczem do profesjonalizmu" Nr projektu nadany przez Fundację Rozwoju Systemu Edukacji 2023-1-PL01-KA121-VET000128322

## CROQUETAS DE SETAS

### Normatyw surowcowy (8-9 sztuk po 35 gram):

- mała cebula (pokrojona w kosteczkę)
- grzyby + pieczarki (lekko podsmażone do złotego koloru i odsączone)

### Beszel-gesty:

- 50 g masła
- 100g maki
- 500ml mleka
- Pol łyżeczki gałki muskatołowej



Źródło: <https://www.divinacocina.es/croquetas-de-setas/>

### Przygotowanie:

- zeszklić cebule i dodać do lekko podsmażonych pieczarek
- przygotować gesty beszel (masło rozgrzać, dodać mąkę cały czas mieszać, dodać mleko, gałkę muskatołowa), na koniec dodać cebule, grzyby, sól, pieprz
- wystudzić
- formować podłużne ruloniki przypominające walce po 35g
- za panierować, smażyć do złoto brązowego koloru na głębokim tłuszczu