

## 22.- RECETAS CON SETAS.

M<sup>a</sup> Dolores **CRIVILLE PÉREZ**

*E - 23008 JAEN (España).*

**Lactarius 7:** 136 - 137 (1998). **ISSN:** 1132-2365.

### **FLAN DE SETAS**

(Para hacer en microondas)

#### **Ingredientes (Para 4 personas)**

- 1/2 Kg de setas (champiñones y níscalos, por ejemplo)
- 6 huevos
- 1 cebolla mediana picada
- 1 tomate mediano, sin piel ni semillas, cortado a dados
- 2 latas de atún en aceite, escurrido el aceite
- 1 vaso de leche
- 1/2 vaso, o algo más, de pan rallado
- Una ramita de perejil
- Aceite y sal

#### **Preparación**

En una sartén con tres cucharadas de aceite, marear la cebolla hasta que se ablande. Añadir las setas, previamente lavadas y cortadas en tiras con una poca sal y continuar friendo. Agregar los dados de tomate, freír unos minutos más y apartar. Untar un molde adecuado con un poco aceite y espolvorar con pan rallado. Aparte batir los huevos, añadirles la leche, el pan rallado, el atún en trozos, el perejil picado y el sofrito de las setas; rectificar de sal y pasar al molde. Cocer en microondas hasta que se cuaje. Servir tibio o frío rodeado de lechuga picada y acompañado de salsa de tomate o mahonesa.

Se puede hacer también en el horno, pero poniéndolo al baño María.

## EMPANADILLAS DE OTOÑO

### Ingredientes (Para 6 personas)

- 1/2 Kg de setas variadas (de cardo, champiñones, nísca-los...
- 2 paquetes de obleas de empanadillas 1 cebolla 1 zanahoria
- 1 vasito de vino blanco, mejor fino oloroso
- 1 cucharada de concentrado de tomate Aceite y sal

### Preparación

Lavar las setas y cortar en trozos pequeños. Cortar la cebolla y la zanahoria a tiras finas y

pochar en tres cucharadas de aceite. Añadir las setas y la sal necesaria y seguir mareando. Cubrir con el vino y dejar a fuego suave hasta que las setas queden en el aceite. Agregar el tomate, mezclar y apartar hasta que se enfríe la mezcla. Después poner una cucharada de este frito en cada oblea, humedecer con agua los bordes interiores, doblar presionando lo bordes para que no se salga el relleno y freír las empanadillas en aceite bien caliente. Escurrir sobre servilletas de celulosa.

Mercedes **TORRUELAS ROLDAN**

*E-23700.Linares (Jaén) (España)*

**Lactarius 7:** 137-139 (1998). **ISSN:** 1132-2365.

### **CLAVARIA DELPHUS TRUNCATUS EN ALMIBAR**

#### Ingredientes

- 2 partes de azúcar.

- 1 parte de agua.
- 1 trozo mediano de canela en rama y otro trozo mediano de corteza de limón.

### **Preparación**

Las setas limpias y troceadas. Cocerlo todo hasta obtener un almíbar algo espeso.

#### **NATILLAS DE *CLAVARIA DELPHUS TRUNCATUS* O DE *CLISTOCYBE ODORA***

##### **Ingredientes**

- 1 litro de leche.
- 8 cucharadas de azúcar.
- 1 trozo de corteza de limón.
- 6 yemas de huevo.
- 5 cucharadas de maizena o cereales de maíz.

##### **Preparación**

Calentar la leche con el azúcar, la canela, la corteza de limón y las setas limpias y troceadas. Cuando esté caliente añadir las yemas batidas con la maizena.

Si utilizáis *Clistocybe odora* no se le añade canela. Recordar una u otra seta, no juntas.

Con las clara podéis hacer un merengue y adornarlo con canela en polvo.

#### **HABICHUELAS BLANCAS CON *CANTHARELLUS CIBARIUS* (4-6 comensales)**

##### ***1ª parte***

- 1 taza de habichuelas blancas puestas en agua la noche anterior.
- 1 hueso de jamón serrano.
- 1 hoja de laurel.
- 1 trozo de tocino de veta.
- 1 pimiento rojo seco.
- 3 ramas de hinojo (carminativo).
- 1 taza de *cantharellus*.
- 1 paloma limpia y troceada.
- 3/4 de litro de agua.
- 3 patatas medianas.
- 1/4 de alcachofas.

##### ***2ª parte. Sofrito***

- 1 cebolla.
- 3 dientes de ajo.
- perejil.
- 1 cucharadita de azúcar.

- 5 tomates maduros.
- aceite de oliva.
- 1 cucharadita de pimentón.

Cocer las habichuelas, añadiéndole el hueso, la hoja de laurel, el tocino y la paloma en 3/4 de litro de agua. A fuego durante 10 minutos en la olla a presión.

Añadirle el sofrito con la cebolla, los ajos, el perejil, la cucharadita de azúcar, el aceite de oliva, el pimentón y los tomates.

Se le añaden las patatas, los cantharellus y las alcachofas. Dejar cocer en la olla durante 10 minutos.

### **SETAS AL ESTILO DE SILES**

Se lava y se trocea 1 Kg. de setas y se ponen en una sartén con dos cucharadas de aceite de oliva. Se dejan cocer hasta que reduzca toda el agua

Aparte, en otra sartén, se fríe 1/2 Kg de tomates maduros pelados y dos ramitas de tomillo.

Ponerle primero la sal y después rectificar con una cucharada de azúcar. Mezclar con las setas. Añadir ocho hebras de azafrán, un ajo crudo machacado y un vasito de vino blanco y poner a hervir todo junto hasta que se reduzca el vino.





ISSN: 1132-2365