

Taller de Cocina Marroquí

Recetas del 7 de Febrero de 2009

PASTELA

Ingredientes (para 20 pastelas individuales)

- 20 hojas de brick (las venden en paquetes de 10 en El Corte Inglés, Hipercor y la carnicería marroquí situada en Avda. de San Lázaro, 1)
- 3 pechugas grandes de pollo
- Un ramillete de cilantro
- Un ramillete de perejil
- 400 gr de almendras crudas peladas
- 1 kg de cebollas
- 6 huevos
- Aceite de oliva
- 3 dientes de ajo
- Comino
- Azafrán
- Canela molida
- Azúcar glass
- Ras al Hanut (mezcla de especias, similar a la utilizada para hacer pinchitos)
- Sal

Poner las almendras en una bandeja en el horno para tostarlas hasta que estén doradas. Triturarlas y añadir 1 cucharada rasa de canela, 2 cucharadas colmadas de azúcar glass, mezclar y reservar.

Cortar las pechugas en tres trozos. En una cazuela grande poner cuatro cucharadas de aceite de oliva y echar las 3 pechugas, 2 cebollas picadas, el cilantro, perejil y los tres dientes de ajo, todo picado fino. Añadir una cucharadita rasa de sal y otra de canela molida, una cucharadita colmada de ras al-hanut, y 6-8 hebras de azafrán. Añadir un litro y medio de agua y poner a fuego medio, removiendo de vez en cuando. Añadir agua si fuese necesario. Cuando esté medianamente tierno, añadir un vaso y medio de agua y subir a fuego fuerte hasta que este tierno. Después se reservan por separado el pollo y la salsa. El pollo se deshace con los dedos en trozos pequeños.

Pelar el resto de las cebollas y trocear en juliana. Se pone en una sartén un fondo de aceite de oliva (4-5 cucharadas) y se añaden las cebollas picadas, un poco de sal. Una cucharada de ras al-hanout, una de canela molidfa, 5-6 hebras de azafrán, un manojo pequeño de perejil bien picado. Freir a fuego suave hasta que las cebollas estén bien hechas. Espolvorear dos cucharadas de azúcar glass. Retirar del fuego y reservar.

Se baten los seis huevos y se echan en una sartén con la salsa sobrante de la cocción del pollo. Cocer a fuego lento, removiendo continuamente hasta que esté la mezcla a medio cuajar. Añadir entonces las cebollas pochadas y los trozos de pollo y remover hasta que esté bien cuajado.

Relleno de la Pastela individual

Localizar un molde redondo de unos 12-15 cm de diámetro (por ejemplo, la tapadera de un bote de Cola Cao). Se unta aceite en la parte externa de la pastela, se pone encima del bote de forma que la parte engrasada quede hacia abajo, y encima se añaden un par de cucharadas de almendras molidas. Extender bien y colocar encima un par de cucharadas colmadas de la mezcla de pollo y distribuir uniformemente. Se aprieta un poco y se tapa con los bordes sobrantes de la hoja brick en ángulos de 45°, hasta que quede totalmente cerrada (ver video "pastela-1"). Se le da la vuelta con cuidado y se coloca en una bandeja de horno con los pliegues hacia abajo.

Otra forma de prepararla, es cortar la hoja de brick por la mitad, dar aceite por las 2 partes y rellenar pequeña porción del pollo, esta vez sin almendra. Ir formando triángulos al doblarlo, para que no se salga.

Calentar el horno a 180° y hornear las pastelas hasta que estén doradas (10-15 minutos).

Sacar y espolvorear con un poco de azúcar glass y canela.

Alternativa: Plegado triangular (briouat)

Se cortan las hojas de brick por la mitad.

Se toma una mitad, se unta por las dos caras con aceite de oliva y se coloca un par de cucharadas de la mezcla de pollo formando un triángulo en uno de los picos de la hoja. Se va envolviendo sobre sí misma formando un pequeño triángulo (ver video "pastela-2"). Colocar los triángulos en una bandeja de horno, apoyadas sobre el último pliegue para evitar que se abran.

Meter en el horno a 180° y sacar cuando la hoja se dore. Adornar con perejil picado.