

**Migas**

**Siglo**

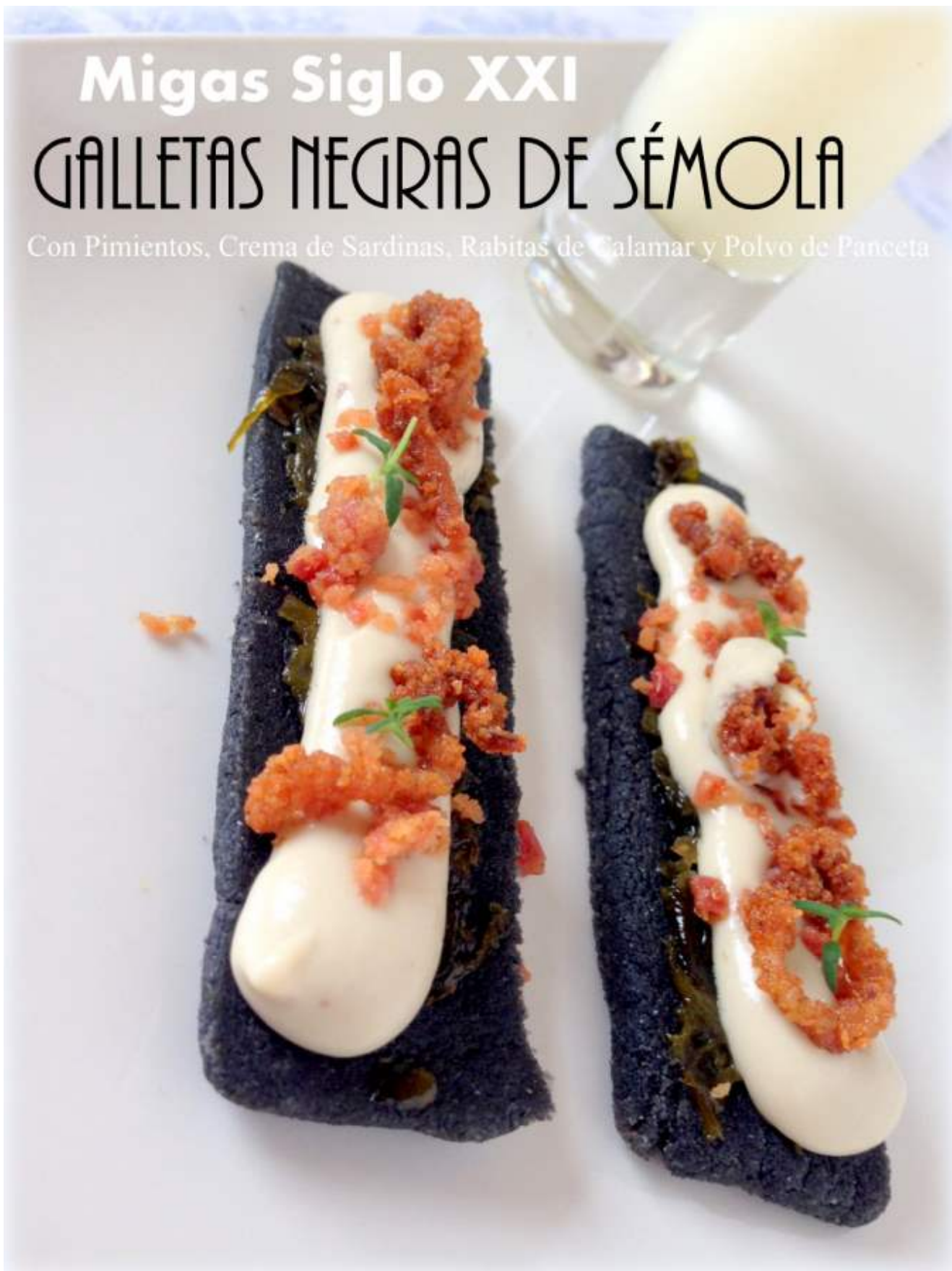
**XXI.**

**#diamundialdelatapa.**

**Migas Siglo XXI**

# GALLETAS NEGRAS DE SÉMOLA

Con Pimientos, Crema de Sardinas, Rabitas de Calamar y Polvo de Panceta



las **migas** de harina de sémola son una elaboración típica del litoral granadino, que forma parte además de nuestra cultura coquinaria más popular.

Cualquier oriundo de la **Costa Tropical** lleva grabado a fuego en su despensa de

sabores, la perfecta combinación de harina y AOVE con refrito de ajo. Un plato cuyo consumo va más allá de ser el del típico menú de miércoles en la casa de cualquier familia del pueblo, para convertirse casi en ritual, los grises días de lluvia, y en imprescindible tapa, los soleados de playa sobre la barra de cualquier chiringuito que se precie.

Se sirven con **engañifa**, entendiendo como tal: artificio, señuelo o cebo y que no es otra cosa que el acompañamiento de las mismas; en el que no pueden faltar unos pimientos verdes o rojos, fritos o asados, algo de panceta y chacinas en invierno o pescadito azul en verano. Añade además al coro de ingredientes un buen melón **Piel de Sapo** y la fiesta está servida.



Migas de Harina de Sémola con Pimiento Rojo Asado y Puntillitas de Calamar

## Rebozadas.

Una fiesta en torno a unas irregulares bolitas de harina, con textura de bizcochito ligeramente salado, que algunos forasteros no terminan de entender. De hecho, conozco a varios que las consideran una elaboración tan humilde que las califican como un plato propio de tiempos de guerra, en los que había que agudizar el ingenio para acallar el hambre.

Pues bien, este post va hoy dedicado a todos ellos. A quienes aún no saben apreciar uno de los platos más tradicionales de nuestra tierra.

Así, en el **día mundial de la Tapa**, voy a reinventar nuestras migas, sin dejar fuera ninguno de sus ingredientes fundamentales, entre los que incluyo algunos muy motrileños con sello propio, como los [Piminis](#) de Fulgencio Spa o el [Ron Pálido Montero](#).

Y las voy a transformar en unas deliciosas galletas de sémola con tinta de calamar, untadas con pimientos verdes fritos caramelizados, cubiertas de crema de sardinas asadas, polvo de panceta y unas rabas de calamarcito rebozadas en harina de tempura, con tanto glamour que nadie se atreverá a tildarlas de pobres.

Unas Migas Siglo XXI simbióticas, acompañadas de un vasito de sopa de melón para terminar de completar un plato, del que aquí os dejo la receta explicada paso a paso y que, os aseguro, conseguirá haceros cerrar los ojos y sentir el sabor de nuestro mediterráneo. El auténtico sabor del Sur de Granada.

Espero que os gusten.

Besos.

Lourdes



## Claves

**Ingrediente principal:** Harina de Sémola    **Plato:** Entrante    **Estilo:** Cocina Tradicional Renovada

**Ambiente:** Fiesta, Amigos    **Tiempo:** Alto    **Dificultad:** Bajo    **Precio:** Bajo    **Comensales:** 8

## MIGAS

**con Engañifa Siglo XXI**

**Ingredientes para**

## **8 personas**

250 gr de Harina de Sémola de Trigo.

270 gr + 50 gr de Agua Mineral.

3 Ajos Negros\*.

230 gr de Aceite de Oliva Virgen Extra\*.

15 gr de Sal.

15 gr de Tinta de Calamar (1 Cucharada).

70 gr de Panceta Ibérica\* Oreada.

400 gr. de Melón\* cortado en trozos (piel de sapo).

100 gr de Leche Evaporada.

Una pizca de Nuez Moscada en Polvo.

200 gr de Pimientos verdes\* pequeños ( piminis o tipo padrón).

30 gr de Azúcar Morena de Caña.

2 Cucharadas de Ron Pálido ( he usado Montero).

4 Sardinas\* Medianas (Mariquitas o Manolitas).

200 gr. de Mayonesa Ligera (o Lactonesa).

150 gr de Patas de Calamar\* Pequeño (lavadas y secas).

1 Vaso Mezcla especial Tempura (he usado una mezcla picante pero puedes usar normal o incluso Harina especial para fritos).

## **Material**

1 Cacerola mediana.

Papel Vegetal de Horno.

4 Hojas de Papel de Cocina.

Accesorio Picador de la Minipimer.

2 Hojas de Papel de Aluminio tamaño folio.

Manga Pastelera desechable con Boquilla Circular.

1 Vaso Grande.

Rasqueta de Repostería.

Rejilla.

Sartén Antiadherente Mediana con Tapadera.

Batidora Americana ( tipo gazpachera).

Cacerolita Pequeña.

Colador Grande ( para eliminar exceso de rebozado).

Espumadera.



# Paso a Paso

## Galletas de Sémola

Para elaborar las galletas precalentamos el horno a 180°C mientras preparamos la masa para lo que necesitaremos: la Harina de Sémola, el Agua Mineral, los Ajos Negros, 70 gr del Aceite de Oliva Virgen Extra, 4 gr de Sal y la de Tinta de Calamar; además de la Cacerola mediana, Papel Vegetal de Horno y la Rasqueta de Repostería.



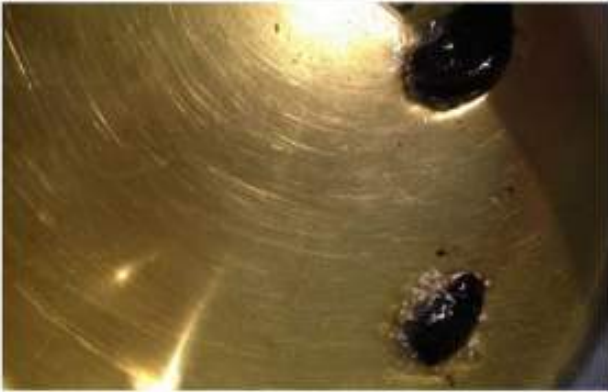
Diluimos la tinta de calamar y la sal en el agua y la calentamos en el microondas durante un par de minutos. Ponemos el aceite a calentar en la cacerola a fuego medio-alto y sofreímos los ajos que retiraremos cuando estén tostados (ojo, no quemados) perfumando así nuestro aceite. A continuación añadimos el agua con la tinta y la sal (cuidado porque salta un poco) y seguidamente agregamos la harina en forma de lluvia, removiendo directamente hasta integrar todos los ingredientes, para formar una masa algo suelta que sacaremos directamente de la cacerola, nos mojamos las manos con agua y terminaremos de amasar con las manos húmedas formando una bola con la masa.











esa bola formamos luego un lingote de 26×8 centímetros que cortaremos en 8 porciones a las que daremos forma de rectángulos planos de un centímetro de grosor, con ayuda de nuestras manos y la rasqueta. Los colocamos con cuidado sobre la bandeja del horno forrada con papel vegetal de hornear y los partimos por la mitad para que nos queden unas galletas alargadas. Horneamos durante 20 minutos y retiramos del horno. Una vez templadas las dejamos enfriar sobre una rejilla y reservamos hasta emplatar.



# El Polvo de Panceta

Para elaborar el polvo de panceta necesitaremos: La **Panceta Ibérica Oreada**, el horno, Papel vegetal de horno, Papel de cocina y el accesorio picador de la minipimer.



Quitamos la corteza dura a la panceta, la cortamos en lonchitas, la ponemos en la bandeja del horno sobre papel vegetal de hornear y la horneamos a 100°C hasta que esté bien doradita y crujiente. La sacamos del horno y la dejamos secar envuelta en papel de cocina para retirar el exceso de grasa y una vez fría la pulverizamos con el accesorio picador de la minipimer. Reservamos hasta emplatar.





## La sopa de Melón

Para preparar nuestra sopa de melón necesitamos: el Melón cortado en trozos (piel de sapo), La Leche Evaporada, 3 gr de Sal, la Nuez Moscada en Polvo y usaremos la Batidora Americana (gazpachera).



Ponemos el melón, la sal y la nuez moscada en el vaso de la batidora y comenzamos a triturar a velocidad media hasta que las cuchillas hayan cogido todos los trozos (es posible que tengas que empujar el melón desde el bocal hacia abajo con cuidado para que lo triture todo). Subimos la velocidad de batido al máximo y trituramos durante 5 minutos. Destapamos el bocal y añadimos la leche evaporada, tapamos y batimos un minuto más a máxima potencia. Reservamos en el frigorífico o congelador para que esté bien frío a la hora de servirlo.



## la Crema de Sardinias

Hacemos ahora la crema de sardinas. Necesitaremos para ello: las Sardinas, 2 gr. de la Sal, la Mayonesa Ligera además del Horno, el papel de Aluminio, la Manga Pastelera desechable con la Boquilla y el Accesorio Picador de la Minipimer.



Precaentamos el horno a 220°C en la posición de ventilador.

Lavamos, secamos y salamos las sardinas y las colocamos sobre una de las hojas de papel de aluminio cubriéndolas con la otra hoja y doblando los bordes de las mismas para hacer con ellas un paquete totalmente hermético. Las metemos al horno y cocinamos hasta que el paquete de aluminio se hinche como se ve en la foto (esta técnica se llama papillote y nos ahorrará el olor a pescado asado en casa). Retiramos del horno inmediatamente y dejamos enfriar un par de minutos antes de abrirlo con cuidado y poder limpiar nuestras sardinas de piel y espinas. Colocamos los lomitos limpios en el accesorio picador y trituramos hasta tener una pasta finísima de pescado que mezclaremos con la mayonesa hasta que esté perfectamente integrada. Colocamos la crema en la manga pastelera, a la que le habremos colocado la boquilla, la cerramos y la conservamos en la nevera hasta emplatar.



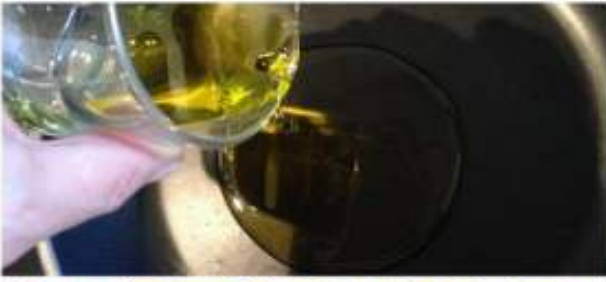
## Los Pimientitos caramelizados

Continuamos caramelizando nuestros pimientos. Para ello necesitaremos: los Pimientos verdes pequeños , 40 gr del Aceite de Oliva Virgen Extra, 3 gr de la Sal, el Azúcar Morena de Caña, el Ron Pálido y los 50 gr de Agua Mineral reservada, además de la sartén antiadherente mediana con su tapadera y el colador para eliminar una vez cocinados el exceso de aceite.



Lavamos, secamos y salamos los pimientos y los ponemos en la sartén con el aceite calentito a fuego medio. Los cocinamos volteando de vez en cuando hasta dorarlos (unos 5 minutos). Bajamos entonces la temperatura al mínimo y cocinamos tapados durante 10 minutos más. Retiramos del fuego y los ponemos a escurrir en el colador hasta enfriar.

Una vez fríos los limpiamos de piel y semillas y los volvemos a poner en la sartén a fuego medio-alto, añadiendo el azúcar, el ron y el agua y cocinando hasta que reduzcan por completo los líquidos removiendo con frecuencia. Retiramos del fuego y reservamos.



## Las Rabitas en Tempura

Por último prepararemos nuestras rabitas rebozadas y para ello necesitaremos: las Patas de Calamar Pequeño lavadas y secas), 3 gr de la Sal, la Mezcla especial Tempura y lo 120 gr de Aceite de Oliva Virgen Extra restantes. Además de la cacerolita pequeña, el colador, la espumadera y un par de hojas de papel de cocina.



Comenzamos salando nuestras patitas de calamar que deben estar bien secas. Ponemos a calentar a fuego medio-alto el aceite en la cacerolita. Rebozamos las rabitas en la harina para tempura y retiramos el exceso de rebozado tamizándolas en el colador. En el aceite bien caliente las freímos, echándolas poco a poco para que nos queden sueltas y retiramos un minuto después cuando estén doraditas y crujientes. Las colocamos sobre el papel de cocina para retirar el exceso de aceite y pasamos a emplatar o montar nuestras “Migas Siglo XXI”.





## Montaje

Con Nuestras **Galletas Negras de Sémola**, los **Pimientos fritos Caramelizados**, la **Crema de Sardinas**, el **Polvo de Panceta**, las de **Rabas Calamar** rebozadas, la **Sopa de Melón** y unas hojitas de tomillo fresco que usaremos para dar un toque de color y aroma, podemos dar paso al montaje.



Sobre platos rectangulares colocamos dos de nuestras galletas. Las untamos con un poco de los pimientos fritos caramelizados y cubrimos seguidamente con un poco de la crema de sardinas, tal y como se muestra en la foto.

Espolvoreamos con el polvo de panceta y colocamos tres rabitas de calamar rebozadas sobre cada una de las galletas. Añadimos unas hojitas de tomillo fresco y acompañamos en un lateral del plato de un chupito de la sopa de melón bien fresquita.

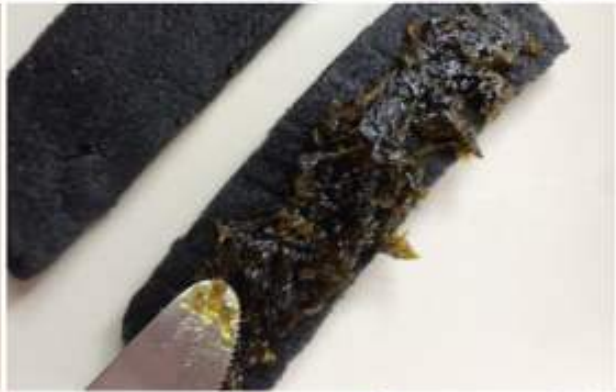
Servimos

directamente.









Voilà, ya tenemos lista una nueva versión de las migas con engañifas con las que os aseguro conseguiréis agradar y sorprender a los paladares más exigentes, incluso los de aquellos que las consideran un plato de “Tiempos de Guerra”.







**Prebióticos: Pimientos verdes pequeños, Melón.**

**Probióticos: Ajo Negro.**

**Activadores de Colágeno: Aceite de oliva Virgen Extra, Panceta Ibérica, Sardinas, Calamar.**