



EL RINCÓN DEL BUEN YANTAR

Rosa Murcia Navarro

La cocina comarcal es muy sabia y sabe aprovechar partes de los animales que en un principio pueden provocar algo de rechazo, pero que debidamente elaborados constituyen todo un manjar. Las criadillas, los sesos o la sangre son algunas de las materias primas que no gozan de buen predicamento entre los gustos gastronómicos urbanos, pero que sin embargo siempre han sido utilizados en la cocina rural que acostumbrada a tiempos de escasez sabe que todo es aprovechable y susceptible de convertirse en un buen condumio.

SANGRE FRITA CON CEBOLLA

Ingredientes para cuatro personas:

- ½ kl. de sangre de cordero.
- 1 cebolla.
- Tomate frito.
- Sal.
- Aceite de oliva.

La sangre de cordero o bien se compra cocida o se cuece para poder elaborar este plato. Por un lado se trocea la sangre cocida y aparte también se corta la cebolla friendo amos ingredientes por separado ya que cada uno requiere diferente tiempo. Una vez frito se mezcla todo en una sartén, añadiendo la sal y el tomate. Se deja freír durante otros cinco minutos sin dejar de remover todos los ingredientes y podremos pasar a degustar este plato al que debe acompañar un buen tinto local.