

“ ”

Ingredientes
para 4 personas:

Pega tu foto o haz tu dibujo



Describe tu receta paso a paso:



Mi recetario

Variedades locales de La Alpujarra



BERENJENA

Solanum melongena L.
(Solanaceae)



Berenjena

Fruto frío, melancólico, agrio e indigesto: así describían a las pobres berenjenas algunos tratados medicinales medievales, que no sabían muy bien cómo encuadrar a este vegetal llegado de oriente, de donde es originario.

Las berenjenas crecen silvestres en una amplia zona que comprende el norte de la India, el suroeste chino y la región indochina. Las primeras noticias escritas que tenemos sobre esta hermana de tomates y patatas (todos ellos dentro del género botánico *Solanum*) están en sánscrito, fechadas hacia el 300 aC

Existen muchas variedades de berenjena, que se distinguen en tamaño, forma y color: las hay alargadas y redondeadas; de piel morado oscuro, violeta, verde, blanca... De hecho, uno de los nombres ingleses para esta verdura, *eggplant*, describiría a algunos cultivares cuyas berenjenas se asemejan, en efecto, a huevos.

En la Alpujarra, la variedad tradicional 'Redonda' es la más típica; junto con la menos conocida 'Verde', es la principal protagonista de muchos platos alpujarreños, combinadas a menudo con otros ingredientes locales como tomates, pimientos y cebollas, para crear platos deliciosos. También se cultivan otras variedades como la 'Negra', la 'Blanca' y la 'Rayada'.

TEMPORADA

La berenjena se planta en primavera; su recolección y consumo comienzan ya entrado el verano y se prolonga hasta el otoño, pudiendo alargarse al invierno en lugares sin heladas. En invernadero, la cosecha llega incluso hasta abril o mayo.

¿SABÍAS QUE...?

Al igual que viajaron hacia occidente, las berenjenas también se extendieron hacia China y Japón, donde ya estaban instaladas hacia el s. VIII. En los sueños de la primera noche del año, la aparición de esta verdura es uno de los tres signos considerados de buen augurio (los otros dos son el monte Fuji y los halcones).



Berenjenas en salsa de almendras

¿Qué necesitas?

Berenjenas
Almendras
Ajo
Pan
Tomate
Aceite y sa

¿Cómo se hace?

Cortamos en cuadrados las berenjenas, las freímos y reservamos. A continuación, hacemos una salsa de almendras poniendo en una batidora 1 diente de ajo crudo y el resto asados, los tomates asados sin piel ni semillas, el aceite y la sal. Por último echamos la salsa encima de las berenjenas y removemos bien antes de servir caliente.

Berenjenas con tomate y jamón

¿Qué necesitas? (para 4 personas)

3 berenjenas
1 cebolla
2 huevos
100 g tomate frito o triturado
50 g queso de los Cortijuelos de Cástaras
50 g jamón
Aceite, sal y pimienta

¿Cómo se hace?

Pochamos la cebolla en una sartén, agregamos la berenjena sin piel partida en cuadraditos. Salpimentamos. A fuego suave, tapamos la sartén para que la berenjena quede bien cocida. Añadimos el tomate, el jamón a trocitos y los huevos batidos. Removemos y seguimos cocinándolo durante dos minutos a fuego suave. Añadimos el queso rallado por encima. Se puede poner en fuente de horno y dorar a 180 grados.