

“

”

Ingredientes  
para 4 personas:

Pega tu foto o haz tu dibujo



Describe tu receta paso a paso:



# Mi recetario

## Variedades locales de La Alpujarra

**MAÍZ***Zea mays (Poaceae)*

Conoce más en:

## MAÍZ

Hace unos 9000 años aproximadamente, en los valles del sur de México que flanquean el río Balsas, nació un cereal que llegaría a dominar el mundo entero, y que hoy conocemos bajo el nombre de origen taíno «*maíz*».

Cereal altamente productivo, el maíz saca flores masculinas y femeninas separadas y dispuestas en zonas de la planta diferentes (las masculinas más elevadas, para que el viento se lleve el polen sin dificultades). En las especies silvestres, conocidas como *teocintles*, la fecundación da lugar a una espiga con dos hileras de granos, entre 5 y 12 nada más; en el maíz domesticado, en cambio, son cientos los granos que se disponen en múltiples hileras, cubriendo la mazorca entera.

El maíz se introdujo en la península ibérica en el siglo XVI, y su cultivo fue extendiéndose a partir del XVII. En la Alpujarra existen distintas variedades de maíz «rosetero» o «tostonero» (para hacer palomitas), y otras a las que se dan otros usos: para consumo tierno, para harina, para alimentación animal, etc. Estas variedades suelen llevar nombres que hacen referencia a su color, como los maíces roseteros 'Negro', 'Colorao' o 'Amarillo': o, entre los maíces para otros usos, el 'Blanco', 'Calaíllo', 'Tempranillo' o 'Marquesño', entre otros

### TEMPORADA

Siembra a finales de mayo y principios de junio en las zonas altas, adelantándose a la primavera en zonas bajas. La recolección, en cambio, varía en función de la variedad y del uso: para consumo tierno se recoge durante el verano (cuando la mazorca está granada, pero aún tierna). En cambio, si debe usarse en seco o para elaborar palomitas, se recolecta ya bien entrado el otoño, cuando se seca la planta.

### ¿SABÍAS QUE...?

Las hojas que cubren la mazorca de maíz se conocen como *farfollas*, y en México como *totomoxtle*; se han empleado —junto a muchas otras hojas— como envoltorio de alimentos (por ejemplo, para tamales) y, ahora también, como elemento de artesanía sostenible. En España los colchones se rellenaban de estas hojas, que vendían los arrieros transportándolas en redes de esparto a lomos de borricos.



### Harina torcida

#### ¿Qué necesitas? (para 4 personas)

200 g de harina de maíz  
300 g de patatas  
200 g de longaniza fresca  
1 pimiento rojo seco  
1 pimiento verde  
1 cebolla pequeña  
1 tomate  
2 o 3 dientes de ajo  
1 l de agua  
Aceite y sal

#### ¿Cómo se hace?

En un recipiente hondo preparamos el aliño: freímos un pimiento rojo seco y los dientes de ajo bien majados, y reservamos.

Usamos el mismo aceite para hacer un sofrito con la cebolla y el pimiento verde bien picados, y a continuación mareamos las patatas cortadas a cubitos junto a unos trocitos de longaniza. Añadimos agua, sazonamos y echamos el tomate abierto por la mitad junto con el aliño reservado. Dejamos hervir hasta que estén las patatas bien cocidas. Entonces vamos echando la harina de maíz poco a poco, removiendo sin parar, hasta que cueza la masa y espese ligeramente el caldo.

### Gachas matanceras

#### ¿Qué necesitas? (para 4 personas)

800 g de harina de maíz\*  
4 vasos de agua  
Sal  
\*El maíz más valorado por la calidad de la harina es el 'Calaíllo'

#### ¿Cómo se hace?

En una sartén ponemos el agua con la sal; cuando empiece a hervir, vamos añadiendo la harina de maíz poco a poco, removiendo con un palo de olivo o almendro (de los que llaman «gacheros»). Cuando la masa se despega por los lados, es que ya está cocida. Se sirve con caldo de gachas, que se vierte en un hueco en el centro de la masa, y suele acompañarse de pimientos verdes fritos, chorizo y panceta.