



# Artesanía alimentaria y recetas

# Farinetas

Saber de:

**Pilar Vicente Diloy**

Codos  
Zaragoza

Recogido por:  
Raquel Diestre Blasco  
(A. C. Grío)

Julio de 2011

FICHA DE CONOCIMIENTOS  
Y SABERES



## INGREDIENTES

- ✓ 150 gr. de panceta.
- ✓ Media barra de pan del día anterior.
- ✓ 250 gr. de harina de maíz.
- ✓ Agua.
- ✓ Dos cucharaditas de sal.
- ✓ Aceite de girasol para freír.

## MATERIALES

- ✓ Utensilios de cocina.
- ✓ Una sartén.

## ELABORACIÓN

1. Quitamos la corteza de la panceta y la cortamos en trozos pequeños.
2. Cortamos el pan en trozos del mismo tamaño que la panceta.
3. Ponemos una sartén a calentar con bastante aceite y freímos la panceta troceada. Cuando esté dorada la retiramos.
4. Freímos los trozos de pan (tostones) en el mismo aceite que la panceta.
5. Reservamos en un plato la panceta y los tostones y colamos el aceite empleado.
6. Comenzamos a elaborar la masa de harina y agua muy caliente. Añadimos a la harina el agua caliente poco a poco.
7. Removemos con la varilla para que no se hagan muchos grumos. Si fuera necesario, añadimos agua hasta conseguir una masa líquida.
8. Ponemos a calentar en la sartén el aceite que hemos colado anteriormente.
9. Con el aceite caliente, añadimos la masa líquida y removemos a fuego lento hasta que llegue a hervir.
10. Cuando hierva la masa, añadimos los tostones y la panceta en la sartén.
11. Revolvemos todo.

## CURIOSIDADES

Era un plato muy recurrido por las personas con pocos recursos. Se comía más en la época invernal, por ser un plato caliente.

## FOTOGRAFÍAS



1. Farinetas.

FARINETAS



2. Transmisión de recetas.

PILAR VICENTE DILOY