



GACHAS MANCHEGAS

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Intermedio 10 min 30 min

Ingredientes

Harina de almortas: 125 g.
Panceta o tocino: 200 g.
Chorizo: 150 g.
Dientes de ajo: 3 unidades.
Pimentón dulce: 1 cucharadita.
Sal: al gusto.
Aceite: cantidad necesaria.
Agua: cantidad necesaria para cubrir (aprox. 1 litro).



Preparación

1. Poner aceite en una sartén grande y calentar.
2. Freír la panceta y el chorizo troceados hasta que estén dorados y suelten su grasa. Retirar y reservar.
3. Dorar los ajos enteros (con un corte) en el mismo aceite durante unos minutos. Retirar y reservar.
4. Añadir la harina de almortas al aceite caliente. Tostar la harina removiendo continuamente para que no se queme, tal como se haría con una roux.
5. Incorporar el pimentón rápidamente para que no amargue, mezclando con la harina tostada.
6. Añadir agua muy caliente poco a poco mientras se remueve con fuerza para evitar que se formen grumos.
7. Mezclar y calentar hasta que hierva. Mantener la cocción a fuego suave, dando vueltas de vez en cuando hasta que la grasa suba a la superficie y la textura sea cremosa.
8. Incorporar la sal al gusto durante el proceso.
9. Mezclar el sofrito (panceta, chorizo y ajos) con las gachas o colocarlos encima justo antes de servir en la misma sartén o fuente

Notas

- La harina de almortas debe tostarse adecuadamente para eliminar el sabor a crudo.
- Es fundamental el uso del sistema de remover ocasionalmente para asegurar una cocción uniforme y la textura deseada.
- Se suelen comer directamente de la sartén ("moje") usando pan como cuchara.

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Gachas manchegas	Sopas y Purés	01	21-10-2025	1 de 1