

# VOLUME 14 | MARZO 2022

## IN THE LOOP



Boletín mensual de TRACEUS, cofinanciado por el programa Erasmus+ de la UE



### Participantes en el proyecto TRACEUS investigando sobre las torrijas

¿De dónde viene la receta? ¿Y por qué nosotros las comemos en Semana Santa? Si indagamos un poco en su historia, veremos que las torrijas son un básico de fondo de armario. Un postre tan sencillo y lógico que aunque tú no las conocieras podrías inventarlas en 10 minutos. Por esa sencilla razón son unos de los dulces más antiguos de los que hay constancia: aparecen dos recetas muy similares en el libro "De re coquinaria". En el libro séptimo de este recetario, capítulo XI dedicado a los postres caseros, vienen dos fórmulas para aliter dulcia u "otro tipo de dulce".



## RESUMEN

- Actualización del proyecto

Llega la primavera, los árboles empiezan a brotar y el campo se llena de flores, una nueva estación y una nueva etapa de nuestro proyecto.

La plataforma TRACEUS estará lista en los próximos días y nuestros mayores comenzarán a formarse con las herramientas online y también comenzarán a generar documentos audiovisuales, que servirán para servirán para compartir costumbres y vida: "sabores, olores, colores y recuerdos".

¡Sigamos adelante con esta nueva etapa!

Las torrijas se asocian a tiempos difíciles y de penuria económica, cuando la disponibilidad de un elemento barato y asequible como el pan sobrante permitía comer un dulce sin gastar demasiado. De hecho, para preparar las torrijas, lo ideal es que el pan esté algo duro, de dos o tres días, y también se hacen con vino dulce, porque la tradición popular cuenta que las torrijas representan el cuerpo y la sangre de Cristo.

Pero no sólo en España se comen torrijas; otros países europeos también tienen su propia versión de la torrija tradicional. En Francia las llaman pain perdu, o "pan perdido"; en Gran Bretaña y Alemania se llaman algo parecido, pobres caballeros de Windsor y Arme Ritter, respectivamente. Los portugueses las conocen como rabanadas, aunque son más bien un dulce típico de Navidad.

Como ves, las torrijas son un dulce muy antiguo y tradicional con tantas versiones como lugares donde se preparan. Así que elige la que más te guste, porque es el momento de las torrijas.



## TORRIJAS

### INGREDIENTES

- 1 barra de pan del día anterior.
- 1 litro de leche.
- 1 rama de canela.
- Piel de un limón.
- 4 cucharadas soperas de azúcar.
- 3 huevos.
- Azúcar y canela para rebozar.
- Aceite de oliva virgen.

### PROCEDIMIENTO:

1. En un cazo ponemos la leche con la rama de canela, las 4 cucharadas soperas de azúcar y la piel de un limón. Cuando rompa a hervir retiramos del fuego y vertemos sobre el pan; lo dejamos unos minutos para que el pan absorba toda la leche y se empape bien.
2. Ponemos una sartén con aceite de oliva virgen en el fuego.
3. Cuando esté caliente pasamos el pan por el huevo y freímos en el aceite hasta que estén doraditas.
4. Sacamos y ponemos en un plato con papel de cocina para absorber el exceso de aceite.
5. Después, aún calientes, rebozamos en una mezcla de azúcar y canela.
6. Y ya están listas para tomar... hay a quien le gustan recién hechas y a quien le gustan frías cuando el azúcar forma un almíbar.