

BOTIJA BOLETÍN Nº 20 JULIO 2007

ESTAMOS OTRA VEZ CON USTEDES DESPUÉS DE CUMPLIR TRES AÑOS OFRECIENDO TODA LA INFORMACIÓN POSIBLE DE NUESTRA LOCALIDAD Y QUE ESPERAMOS QUE SEA DE VUESTRO AGRADO.

OS SEGUIMOS ANIMANDO A QUE COLABOREIS PARA AYUDARNOS CON NUEVAS NOTICIAS EN LAS PROXIMAS EDICIONES Y ASÍ PODER SEGUIR CUMPLIENDO AÑOS.

GRACIAS por leerme



¿Qué es dependencia?: “Dependencia”, es la situación permanente, en la que se encuentran las personas que precisan ayudas importantes de otra u otras personas para realizar actividades básicas de la vida diaria (El cuidado personal, Las actividades domésticas básicas, La movilidad esencial, El reconocer personas y objetos, Orientarse, Entender y realizar tareas sencillas, Etc) . Para ser legalmente reconocido como una persona que se encuentra en situación de dependencia, será necesario seguir un proceso fijado en la Ley y que será desarrollado en breve.

¿De qué tipo de prestaciones se podrán beneficiar las personas con dependencia? Directamente una serie de servicios, prestados a través de la oferta pública de la Red de Servicios Sociales de las Comunidades Autónomas, mediante centros y servicios públicos o privados concertados. De no ser posible la atención mediante un servicio, se podrá recibir una prestación económica, de carácter periódico. Deberá estar vinculada a la adquisición de un servicio que se determine adecuado para las necesidades de la persona beneficiaria. Con carácter excepcional, se podrá recibir una prestación económica para ser atendido por cuidadores no profesionales, como pueden ser los familiares de la persona dependiente.

¿ De que servicios se podrá beneficiar la persona con dependencia? Servicios de Prevención de las situaciones de dependencia , Servicio de Teleasistencia Servicio de Ayuda a Domicilio, Servicio de Centro de Día y Noche y Servicio de Atención Residencial.

¿ De que prestaciones económicas se pueden beneficiar? Prestación económica para cuidados en el entorno familiar y apoyo a cuidadores no profesionales,(excepcionalmente, siempre que se den las condiciones adecuadas y lo establezca su Programa Individual de Atención, lo recibirá el dependiente para ser atendido por cuidadores no profesionales) y Prestación económica vinculada al servicio que se otorgará únicamente cuando no sea posible el acceso a un servicio público o concertado de atención y cuidado.

9 DE JUNIO: JORNADA PUERTAS ABIERTAS DE VILLASVIEJAS DEL TAMUJA, BOTIJA (CÁCERES)



Desde que comenzaron los trabajos de esta última etapa (en el año 2005) en Villasviejas del Tamuja, durante cada una de las tres campañas llevadas a cabo se han realizado jornadas de puertas abiertas para toda la población, no solo del municipio sino de toda la comarca, realizando charlas explicativas y llevando a cabo visitas guiadas por los arqueólogos que están trabajando en el lugar. Así pues, el 9 de junio se llevaron a cabo muchas y muy variadas actividades, todas se desarrollaron en la Plaza Mayor de Botija, aunque giraron en torno a las Villasviejas del Tamuja.



Las actividades que se desarrollaron fueron la adecuación de un aula didáctica sobre el yacimiento de Villasviejas del Tamuja y la cultura de esa época y zona; visitas guiadas en grupos, no muy numerosos, al poblado por los arqueólogos que han trabajado en los últimos tiempos; celebración de un mercadillo artesanal y gastronómico con los artesanos de la zona, con cierta ambientación vetona (se han realizado más de ciento veinte trajes para hombres, mujeres y niños); realización de numerosos talleres infantiles tales como de arqueología, de maquillaje, de tatuajes, de pintura con los dedos o en tela, de reciclado, de malabares, y juego infantiles o cuentacuentos; celebración de un concurso de gastronomía vetona y una comida popular.



Continuando por la tarde con el mercadillo y las visitas a Villasviejas; al anochecer se celebró un concierto de música Celta a cargo del grupo Beltayne. Se cerró esta jornada festiva con la celebración de una verbena popular, hasta que el cuerpo aguantó. El número estimado de visitantes y participantes en esta jornada ha sido de 600 personas aproximadamente, por lo que podemos decir que ha sido un gran éxito.



VILLASVIEJAS DEL TAMUJA UNA DE LAS SIETE MARAVILLAS DE LA COMARCA

Adismonta con la colaboración de la Red Extremeña de Desarrollo Rural (Redex) y la financiación del Gabinete de Iniciativa Joven de la Junta de Extremadura ha desarrollado el proyecto "Las siete maravillas de la comarca".

Con este proyecto lo que se pretende es promocionar una comarca y promover para ello la participación ciudadana.

Los 21 Ayuntamiento de la comarca han presentado una candidatura por localidad para lograr el distintivo de 'maravilla'.

Las siete maravillas se han elegido por votación popular, por correo electrónico y SMS y la participación de la gente ha sido muy buena llegándose a alcanzar los 3368 votos.

De todas las candidaturas presentadas las ganadoras han sido las siguientes:

El Castillo de Montanchez (327), La Ruta de los Molinos-Arroyomolinos (261), La Encina Terrona-Zarza de Montanchez(227), Claustro del Conventual de San Agustín-Valdefuentes (216), Santa Lucia de Trampal-Alcuéscar (215), Villasviejas del Tamuja-Botija (210) y Las Pinturas Murales de la Ermita del Santísimo Cristo del Amparo-Benquerencia (205).

El día 8 de junio se celebró en el Castillo de Montanchez un acto en el que se hizo entrega de la acreditación que distingue estos lugares como maravilla de la comarca. Al acto asistieron D. Juan Andrés Tovar, Presidente de la Excm. Diputación Provincial de Cáceres quién hizo entrega de las placas a los ganadores, D. Fernando Ovilo, Coordinador del Proyecto del Gabinete de Iniciativa Joven, D. Manuel Molero, Presidente de Adismonta, D. Manuel Bautista, Gerente de Adismonta y D. Juan Alcázar, Alcalde de Montanchez.

Adismonta anunció que va a confeccionar una ruta que transcurrirá por las siete maravillas de la comarca.



DÍA DEL CENTRO DEL IES DEMONTÁNCHÉZ EN BOTIJA: VILLASVIEJAS DEL TAMUJA Y LA DEHESA BOYAL.

El pasado 10 de mayo nos visitaron los alumnos y profesores del IES de Montánchez. Eligieron Botija para celebrar el día del centro, de forma que desde por la mañana a primera hora, los alumnos y profesores con sus mochilas comenzaron una marcha por la Dehesa para llegar a las Villasviejas del Tamuja, y conocer el yacimiento, ya que las arqueólogas que están trabajando en esta última campaña les guiaron por la zona, explicando las distintas zonas. Al término de la visita continuaron su marcha por la Dehesa, disfrutando del maravilloso paisaje y del buen tiempo, hasta llegar a la zona de la Romería, donde comieron todos juntos y se divirtieron con las ginkanas y demás juegos hasta el final de la jornada de campo



VISITA DEL COLEGIO DE ALDEA DEL CANO, EN SU SEMANA CULTURAL, A VILLASVIEJAS DEL TAMUJA.

El colegio de Aldea del Cano, al completo, con todos los alumnos y profesores, dentro de la celebración de su semana cultural, visitaron Villasviejas del Tamuja. Las arqueólogas, la aparejadora y los peones que están trabajando en el yacimiento, en esta última campaña, desde diciembre del pasado año hasta finales de junio, hicieron de guías en la visita, explicándoles a los niños los restos arqueológicos.

Al finalizar la visita todos regresaron a la plaza Mayor de Botija, donde los más pequeños asistieron a un taller de modelado de arcilla y los más mayores a un taller de arqueología donde cada alumno pudo trabajar en su propia excavación.

Estas acciones han surgido de la colaboración del Proyecto Recursos Humanos y Patrimonio, proyecto que actúa en la comarca desde hace varios meses, el colegio de Aldea del Cano, la Asociación Amigos de Villasviejas del Tamuja y el Ayuntamiento de Botija.



INAUGURACIÓN DEL RETABLO MAYOR Botija, 18 de mayo de 2007



El viernes, 18 de mayo, a las 12:30 tuvo lugar en la Parroquia de Santa María Magdalena, de Botija, el acto oficial de inauguración del retablo mayor que desde hace varios meses se venía restaurando en Cáceres, por la empresa Taller Gótico Restauración. Se trata de una hermosa pieza de la segunda mitad del siglo XVI, perteneciente a la última fase del Renacimiento y atribuido a discípulos del maestro Luís de Morales, la cual se encontraba con varias capas de pintura y en bastante mal estado. Este trabajo de restauración ha costado unos 36.000€ y ha sido posible gracias a la intervención de la Consejería de Cultura de la Junta de Extremadura, así como a la Delegación Diocesana de Patrimonio de la Diócesis de Coria-Cáceres y al gran empeño que han

puesto los vecinos de Botija

Al acto asistieron D. Javier Cano Ramos, Director del Centro de Restauración de la Dirección General de Patrimonio de la Junta de Extremadura, el Ilmo. Sr. Don José Antonio Fuentes Caballero, Vicario Judicial, Dean de la S.I. Catedral de Coria-Cáceres y Delegado Diocesano de Patrimonio de esta diócesis, Don Francisco Javier Díaz Mogollón, Profesor de Historia del Arte de la Universidad de Extremadura y miembro ilustre de la mencionada Delegación, D^a Gracia Sánchez-Herrero Rosado y D^a Ángeles Penis Rentero, restauradoras del Taller Gótico Restauración; y en representación del Ilmo. Sr. Alcalde, D. Óscar Solís Merino, El concejal del Excmo. Ayuntamiento de Botija, D. Miguel Góngora Crespo., así como todos los vecinos del municipio.

A continuación se sirvió un vino de honor para todos los asistentes.



CONFIRMACIÓN

El día 25 de Mayo se confirmaron en nuestra parroquia un grupo de jóvenes de nuestra localidad con el Administrador Diocesano, que hizo las veces, de Obispo pues D. Ciriaco Benavente como ya sabemos ha sido destinado a Albacete.

Los jóvenes estaban un poco nerviosos porque eran ellos los protagonistas y encargados de preparar la ceremonia pero todo salió muy bien y disfrutaron luego de una merienda-cena en la sacristía acompañados de padrinos, amigos y familiares.

BOTIJA ENTRE LOS 20 FINALISTA EN EL “PREMIO PARAJES”

El pasado mes de abril la Consejería de Desarrollo Rural, a través de la Dirección General de Administración Local, convocó el Premio Parajes para todos aquellos municipios, entidades locales menores y pedanías de la región cuya población fuese inferior a 10.000 habitantes. Este premio tuvo como objetivo realizar un reconocimiento a los pueblos que por sus acciones han contribuido a embellecer, conservar su patrimonio o historia y dar ejemplo al resto de municipios.

Botija quedó entre los veinte finalistas, resultando con gran diferencia el municipio con menos habitantes de todos los veinte pueblos que llegaron a la fase final, (por orden alfabético): Alburquerque, Alcántara, Alcuéscar, Botija, Burguillos del Cerro, Calzadilla de los Barros, Fregenal de la Sierra, Garrovillas de Alconétar, Hervás, Hinojosa del Valle, Llerena, Monesterio, Montánchez, Robledillo de Gata, Salvaleón, Segura de León, Tejada de Tiétar, Valle de la Serena, Valverde de la Vera, Zalamea de la Serena

Aunque Botija no resultó ser el ganador del premio, que recayó en

Hervás ni obtuvo ninguna mención especial, que fueron: por la recuperación y conservación de su patrimonio histórico: Segura de León, por la inversión en energías renovables: Salvaleón., Por la recuperación de Historia, cultura, y patrimonio: Zalamea de la Serena, Por la disciplina urbanística: Tejada de Tiétar.; fue una gran alegría para todo el pueblo y, por su puesto, para la corporación local que así obtuvo el reconocimiento al gran esfuerzo que ha realizado en la puesta en valor del patrimonio del municipio en general y de Villasviejas del Tamuja en particular.

Los representantes de los veinte municipios recibieron su reconocimiento en un acto de proclamación a la conservación del patrimonio y de los recursos naturales de Extremadura, en el Gran Teatro de Cáceres, el pasado 12 de abril, durante la celebración del Congreso Internacional de Municipalismo, Intermunicipia 2007, resultando un gran homenaje a estos pequeños y medianos municipios que, con su esfuerzo y tenacidad, han hecho de su población un ejemplo a seguir para todos los municipios.



“DESAYUNOS SALUDABLES” EN EL COLE DE BOTIJA



A mediados del mes de mayo, dos técnicas de la Mancomunidad Integral Sierra de Montánchez, visitaron el colegio de Botija, con un proyecto que está poniendo en marcha en todos los colegios de la zona, que consiste en unas jornadas de concienciación denominadas “VIVE SALUDABLE, VIVE SEGURO”, pues desde la Mancomunidad, y concretamente dentro de su Oficina Técnica de Prevención de Riesgos Laborales y la Oficina Técnica de Ciudades Saludables y Sostenibles son conscientes de la importancia que tienen las edades tempranas para conseguir cambios de conductas no seguras ni saludables. Con el desarrollo de estas acciones se pretende contribuir a dotar a la sociedad de futuros ciudadanos y ciudadanas concienciados tanto en salud, como en trabajar de una manera segura consiguiendo crear verdaderos Pueblos Saludables empezando por el cuidado y el respeto de uno mismo o misma.

EXPOSICIÓN DE ESPACIOS NATURALES DE EXTREMADURA Y EL ECOBUS



Desde el día 13 al 18 de julio a estado expuesto en la planta baja del Ayuntamiento una exposición sobre los espacios naturales de Extremadura.

Esta exposición estaba formada por 11 paneles donde nos explicaban todos los espacios naturales que posee nuestra región y nos enseñaban como poder disfrutar de todos ellos y a la vez conservarlos. Esta exposición nos la ha facilitado la Mancomunidad Integral Sierra de Montánchez.

Complementando esta exposición, el día 18 de julio vino a visitarnos el ECOBUS que es un aula de educación ambiental cedido por la Junta de Extremadura a la Mancomunidad Integral Sierra de Montánchez para poder recorrer todos los pueblos de su comarca. Este aula consistía en una serie de ordenadores donde tanto niños como mayores podían aprender todos los beneficios del reciclaje y como hacerlo correctamente. Además de aprender también podían realizar juegos relacionados con el medio ambiente y con el reciclaje.



SENADORES Y EURODIPUTADOS VISITAN NUESTRA LOCALIDAD EN BICICLETA

El pasado martes día 3 de julio, visitaron nuestra localidad una treintena de senadores españoles debido a las XII Jornadas Ciclistas Parlamentarias que se han desarrollado en Extremadura desde el pasado 30 de Junio. Dichas Jornadas las empezaron 60 corredores entre diputados y senadores pero los primeros tuvieron que incorporarse al Debate sobre el estado de la nación y no pudieron finalizarla.

Esta visita se debió a que la ultima etapa de estas jornadas era Cáceres-Trujillo teniendo el avituallamiento en Botija.

La parada fue de 30 minutos aproximadamente y después de realizar un intercambio de regalos continuaron con su camino.





Familia: Coraciidae

Género: Coracias

Especie: garrulus

Nombre común: Carraca

Identificación, descripción y rasgos morfológicos: Es una ave de mediano tamaño (29-32 cm), aspecto compacto y cabeza y pico relativamente grandes para su tamaño. Los ejemplares adultos de ambos sexos tienen las escapulares y el obispillo de color morado intenso y la espalda de color marrón-rojizo. Las plumas de la cabeza, cuello, pecho y de la cola son mayoritariamente de color azul pálido-verde y el extremo de las plumas remeras es negro. Patas de color ocre amarillento y pico de color negro en adultos. No hay descritas diferencias sexuales patentes en tamaño ni en coloración. Los volantones presentan la misma coloración que los adultos pero con colores más apagados y un predominio general de tonalidades verdes sobre las azuladas



Voz: La voz de contacto entre individuos es un fuerte “rak-ack” que emiten en series de dos sílabas cuando los individuos sienten peligro. Durante los cortejos y cuando interaccionan con otras especies o individuos presenta un reclamo ruidoso y sonoro traqueteante que se acelera en su final “Rak-rak-rak-rak-rakg-rakg-rakg”. El nombre de la especie en castellano probablemente hace referencia a este reclamo puesto que se asemeja al sonido de las carracas que se utilizan en algunas ferias y fiestas españolas.

Hábitat: La carraca cría en zonas templadas, en zonas esteparias y zonas mediterráneas de Europa caracterizadas por presentar veranos calurosos. Evita zonas de influencia oceánica y es predominantemente una especie nidificante a bajas altitudes (400-600 m es su límite normal). Muestra una tendencia a aparecer en las proximidades de cursos fluviales, habiéndose comprobado su nidificación en árboles de muy distinta índole como almendros, chopos, palmeras, encinas y alcornoques. También usa agujeros en construcciones humanas aisladas en zonas agrícolas, en puentes y en taludes arenosos.

Dieta: Dieta basada en insectos, sobre todo coleópteros y ortópteros de tamaño medio y grande, con consumo ocasional de pequeños vertebrados.

Movimientos: La carraca es una especie estival en la Península Ibérica. Los primeros individuos cruzan el estrecho de Gibraltar a principios del mes de Abril siendo normal ver por el sur y centro peninsular parejas ya formadas apegadas a sus territorios de reproducción desde esas fechas.



Biología de reproducción: Nidifica en agujeros en árboles de muy distinta índole como almendros, chopos, palmeras, encinas y alcornoques. También usa agujeros en construcciones humanas aisladas en zonas agrícolas, en puentes y en taludes arenosos. La especie acepta muy bien nidales artificiales cuando la disponibilidad de agujeros naturales es baja. Las carracas no hacen nido y ponen sus huevos directamente sobre el fondo de los agujeros sin aportar ningún material.



Alcachofilla, Cardo borriquero, Cardo timonero

Nombre científico: *Cynara humilis* L.

Familia: Compuestas

Distribución: Esta especie se distribuye principalmente por el Sur de la Península y por el Noroeste de Africa.

Hábitat: Crece prácticamente en cualquier lugar, preferiblemente en zonas abiertas hasta los 1000 m.

Período de Floración (aproximado): Mayo-Julio

Descripción: Esta compuesta alcanza hasta los 60 cm de altura. Su tallo, simple o ramificado, es lanoso sobre todo en su en la parte inferior. Las hojas, espinosas, son pinnadas con el envés tomentoso. Los capítulos son grandes, con brácteas purpurescentes y normalmente aparecen solitarios. Por último, las flores son lilas, aunque a veces pueden ser también blanquecinas.

Curiosidades: El nombre genérico de esta especie, *Cynara*, parece ser que deriva del griego *kynos*: perro, en alusión al involucre espinoso que rodea a los capítulos. Esta especie es uno de los parientes silvestre de la popular alcahofa (*Cynara scolymus*), y al igual que esta, cuando la planta es joven, puede comerse en ensaladas o cocida. La presencia de un principio amargo en toda la planta le confiere a ésta propiedades diuréticas y digestivas.

Usos: Aunque no tan aprovechable como su pariente *C. scolymus*, la alcahofa, también presenta propiedades alimenticias y medicinales. Cuando los tallos y las hojas son jóvenes, al igual que ocurre con *C. cardunculus*, pueden comerse en ensaladas, o bien cocidas con otros alimentos (cardos). La presencia en toda la planta de cinarina, un principio amargo, hace que se la utilice además como diurética, digestiva, antirreumática y también contra el estreñimiento.

Observaciones: El nombre deriva del griego "kyon", perro, en alusión al involucre de espinas del capítulo que recuerda a la dentadura de un perro de presa.

SABÍAS QUE: En las zonas de España donde no vive esta especie, se usó tradicionalmente la flor del cardo de penca para hacer cuajadas y quesos; en Belalcázar, los pastores aprecian también las flores de especies cercanas, como el cuajo amarillo o cardo lanoso (*Carthamus lanatus*). Las flores tubulares de cualquiera de estas especies se extraen de los capítulos jóvenes o alcachofas, cuando éstos empiezan a abrirse, se dejan secar y se almacenan para su uso posterior; una vez desecadas, las flores adquieren el aspecto de hebras o hilos, parecidos a los del azafrán. Para provocar el cuajado basta añadir una pocas de estas hebras al recipiente que contiene la leche, preferentemente templada –en torno a 40°C- y removida manualmente; después se deja descansar, produciéndose la decantación de la leche cuajada al fondo, y del suero en la parte superior. Repitiendo la operación con el suero, se produce una segunda decantación, que da lugar al requesón o nazurón. Actualmente, la quimosina que contienen de modo natural las flores de estas especies, se fabrica de modo industrial, por lo que el uso tradicional de la hierba de cuajo tiende a desaparecer.



LA OSTEOPOROSIS

Es una enfermedad que consiste en una disminución de la masa ósea. Cuando se tiene, el hueso se vuelve más frágil y se puede fracturar con mayor facilidad.

Algunas de las principales causas de la aparición y desarrollo de la osteoporosis son el envejecimiento, ya que provoca una disminución de la cantidad del hueso; la herencia, en aquellas personas que tienen antecedentes familiares de fracturas, o llevar una dieta pobre en calcio.

Esta enfermedad afecta en mayor medida a las mujeres. Esto se debe fundamentalmente a su mayor longevidad, una menor cantidad de masa ósea y la pérdida de hormonas femeninas (estrógenos) que se produce durante la menopausia.

EL CALCIO Y SUS BENEFICIOS

El calcio es uno de los minerales más importantes para el crecimiento, el mantenimiento y la reproducción del cuerpo humano. Por ello la leche, una de las fuentes más significativas de este mineral, ocupa un lugar destacado en nuestra alimentación desde que nacemos.

En nuestro organismo son los dientes y los huesos los que contienen mayor cantidad de calcio, ya que almacenan alrededor del 99%. El calcio ayuda también con la coagulación de la sangre, la transmisión de impulsos nerviosos, la relajación y contracción muscular, la liberación de ciertas hormonas y el buen funcionamiento del corazón.

Su consumo a través de la alimentación y durante la etapa de crecimiento determina la capacidad de la masa ósea y ayuda a evitar fracturas o enfermedades como la OSTEOPOROSIS.

El calcio además de ser necesario para el sistema nervioso central, es útil, sobre todo en personas con piel y pelo claro, delgados, con algunos hábitos nocivos como son el tabaco o el café y principalmente en las mujeres que no han tenido hijos, o hayan tenido más de 4 o con periodos de lactancia prolongados.

Algunos alimentos tienen mayor aporte de calcio unido a la vitamina D, fósforo y magnesio que pueden ayudar al cuerpo a adsorber y utilizar el calcio de manera más efectiva. Un ejemplo de ello pueden ser: la leche, el yogurt, la mantequilla, el queso (especialmente el curado), las hortalizas de hoja verde (acelgas), el pescado, los frutos secos, los mariscos o las legumbres.

ARROZ CAMPERO

Ingredientes:

- 1 morcilla de cebolla
- 200 g de costilla de cerdo
- 250 g de arroz
- 2 pastillas de caldo de carne
- 1 pimienta verde
- 2 dientes de ajo
- 1 nabo
- 1 patata
- Aceite

Elaboración: Disolvemos las pastillas de caldo en un litro de agua caliente, en una paellera rehogamos en un poco de aceite, el pimiento y los ajos picados, cuando empiecen a tomar color, añadimos el nabo y la patata cortados en rodajas y lo freímos durante 10 minutos. Doramos en un poco de aceite la costilla de cerdo cortada en trozos, añadimos la morcilla troceada, y una vez dorado, añadimos el sofrito de pimiento.

Añadimos el arroz, vertemos el caldo y lo cocemos a fuego medio durante 15 minutos, lo dejamos reposar tapado hasta que el arroz haya absorbido el caldo.

Escalopes de Ternera con Salsa de Almendras

Ingredientes para 4 personas:

- 100 gr. de filetes de ternera,
- 100 gr. de almendras,
- 1 cebolla,
- 2 dientes de ajo,
- 1 vasito de vino blanco,
- 1 tomate,
- 1 huevo,
- Harina,
- Pan rallado,
- Perejil picado,
- Aceite, Sal y Pimienta.

Elaboración: Sazonar y empapar los filetes con harina, el huevo batido y el pan rallado. Aplastarlos con la hoja del cuchillo y con el filo hacer unos rombos en el empanado. Freír los escalopes en una sartén con aceite. Escurrirlos y reservarlos en zona caliente. En el aceite sobrante freír la cebolla, el ajo y el tomate, todo finamente picado. Salpimentar y esperar a que esté bien rehogado. Entonces, agregar

las almendras trituradas, un poco de perejil picado y el vino. Dejarlo hervir. Servir los escalopes acompañados por la salsa

HELADO FRITO

Ingredientes:

- 1/2 litro de helado de vainilla
- 2 huevos
- 60 g de azúcar
- 60 g de harina
- 50 g de azúcar
- 1 decilitro de agua
- 1 decilitro y 1/4 de leche
- 75 g de harina
- 1 huevo
- sal
- aceite
- Cointreau para flambear

Elaboración

Introducimos el helado en un molde rectangular forrado con papel film para moldearlo. Lo metemos al congelador. Batimos las claras a punto de nieve con el azúcar. Incorporamos las yemas, la harina tamizada y lo mezclamos todo. Extendemos en una bandeja de horno con silicona y lo metemos al horno a 180 grados durante 12 minutos. Lo retiramos de la bandeja y pasamos un rodillo por encima para amasarlo. Preparamos el almibar con el azúcar y el agua, enfriamos.

Empapamos el bizcocho en el almibar. Mezclamos la harina, el huevo y la leche, moviendo con las barillas para que no se formen grumos. Añadimos un poco de sal y lo dejamos reposar. Sacamos el helado del congelador y lo desmoldamos. Colocamos el helado sobre el bizcocho y lo envolvemos. Lo volvemos a meter en el congelador. Lo sacamos y lo pasamos por la masa de rebozado y lo freímos con abundante aceite caliente. Lo escurrimos y lo volvemos a enfriar hasta la hora que vayamos a servirlo.

Al servirlo lo espolvoreamos con un poco de azúcar glas por encima y lo rociamos con un chorro de Cointreau para flambearlo.

Observaciones

Lo podemos servir con un poco de chocolate caliente o mermeladas variadas.

POEMA A LA MUJER

No se que tienes en tu mirada
Que me pongo tan nervioso,
Cuando te miro no te veo
y cuando me miras tampoco.

Te encuentro, tan atractiva
Y tan llena de gozo
Que a la vida le das vida
A la muerte le das ojos.

Yo quisiera mirarte siempre,
A través de tus pupilas
Retenida en tu mirada
Como si fuera las mías

Ojos para mirarte
Ojos para no verte
Con solo una mirada
Me basta para quererte.

En la niña de mis ojos
Tengo grabada tu imagen
Para cuando no estés conmigo
Pueda verte sin mirarte.

Mirando te miro
Y sin mirar te veo
Que mirada tan bonita
Cuando te miro te lejos

Tienes unas cara preciosa
Con unos ojos brillando
Que mirada tan bonita
Para seguirte mirando.

FERNANDO MERINO "LETE"
04/07/2007