

# Castañas cocidas

## Castañas Cocidas

Para tener unas castañas cocidas fáciles de pelar tendremos que hacerles un corte que coja las dos capas de piel, la dura exterior y la mas fina interior.

Una vez hecho el corte las sumergiremos en agua hirviendo y las mantendremos durante unos 15 minutos.

Las pelaremos aun calientes y veremos lo fácil que le sale la piel.

Hay gente que le añade al agua de cocción sal, otros unos granos de anís, canela, cascara de limón... esto ya va en gustos y lo que pensemos hacer con estas castañas cocidas.

Además de comerlas directamente las podremos añadir como ingrediente de otras recetas ya sean enteras o en puré.

Es una fruta que no dura mucho fresca pues muy pronto le salen gusanos que se las comen por su interior quedando inservibles para su consumo. Lo mejor es adquirir o si estáis aquí en Galicia recolectar castañas y no esperar a prepararlas y comerlas.

También hay una harina de castañas que se utiliza para la repostería, panadería y restauración. Es una buena alternativa para los celíacos.

Otra forma de conservarlas es deshidratándolas que es lo que llamamos castañas pilongas. De esta manera nos duraran meses esperando a que las consumamos, solo habrá que volverlas a hidratar para que cojan una textura blandita, también tendrán un sabor mas dulce.

Múltiples formas de cocinar un fruto del bosque fácil de

adquirir en toda España y en el norte tendremos la oportunidad de recogerla nosotros mismos.

### **Medidas:**

- Cucharada es una cuchara sopera
- Cucharadita es una cucharilla de postre
- Pizca es un pellizco
- Si no se ponen cantidades es al gusto del cocinero
- Si queréis hacer mas cantidad o menos hacer una simple regla de tres.

### **Hornos:**

- Como siempre las temperaturas y los tiempos dependerán de cada horno, ajustarlas según veáis vosotros.