

Migas "tostás"



Nombre de la receta

Migas "tostás"

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Muy sencilla

Personas

5

Alérgenos

Gluten Huevo

Descripción

Migas tostadas acompañadas de chorizo, torreznos y pimientos rojos secos "cornetones". Es un plato típico para comer en grupos de amigos en el campo. En estos casos, se acompaña también de sardinas, bacalao desalado frito, morcilla de lumbre, aceitunas caseras, etc. A pesar de ser un plato tan contundente, nuestros padres y abuelos lo tomaban de desayuno en invierno para resistir el trabajo en el campo.

Lugar originario de la receta

Los Pedroches

Ingredientes

- 650 gramos de migas picadas
- 12 trozos chorizo rojo y blanco
- 250 gramos de panceta fresca para freír (torreznos)
- 5 pimientos secos rojos
- 8 dientes de ajo
- 250 mililitro de aceite de oliva
- 400 mililitro de agua
- 1 cucharadita de sal
- 5 huevos (opcional)

Pasos

1 Echamos en un recipiente las migas de pan. Media hora antes de cocinarlas las rociamos con el agua, removiendo con las manos para que empape por igual.



2 En una sartén honda freímos los torreznitos, el chorizo y, por último, los pimientos. Tener cuidado al freír los pimientos pues se hacen en segundos. Sacamos todo a un plato con papel absorbente para que escurra el aceite.



3 En la sartén donde amos a tostar las migas, echamos un chorreón de aceite de oliva, y freímos los dientes de ajo sin pelar (con una rajita en el centro). Sacamos y reservamos.



4 A continuación, echamos las migas remojadas y vamos dorando sin dejar de remover en ningún momento.



5 Se sirve en platos y quien desee puede freír un huevo y ponerlo encima. Ya podemos disfrutar de nuestras migas tostás.

Observaciones o consejos

Se acompaña también con fruta de temporada: melón, uvas, granada y naranja cuando es su tiempo. Se

pueden comer con leche o azúcar al final.

Autor

Matilde Linares