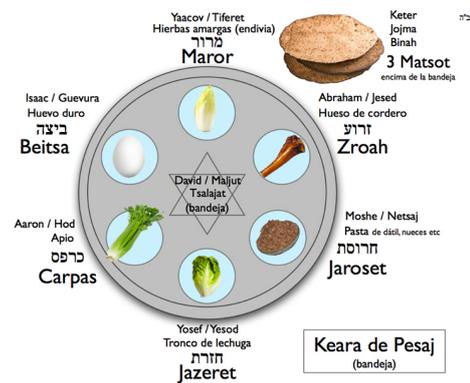


Cocina judía para Pesaj 2020

El Pesaj se celebra cerca de Semana Santa, conmemorando la salida del pueblo de Israel de Egipto en una cena o "Seder" llena de simbolismo, en la cual se junta toda la familia y se lee la "Hagada" (el relato de la salida de Egipto).

En la mesa tenemos:

- + **Hagada de Pesaj** (por ejemplo <http://www.bet-el.org/old/hagada.pdf>)
- + **Vino o zumo de uva** – para 4 copas
- + **Agua con Sal** - Representa las lágrimas vertidas por el pueblo en su desgracia
- + **Plato tradicional** compuesto de



- Tres "**Mazot**" (Pan ácimo) + algo para taparlas (servilleta o mantel pequeño)
Representan la premura de la salida que no dio tiempo a fermentar el pan.
- "**Zeroá**" (Pata delantera de cordero o pollo) - Representa el cordero pascual.
- "**Betzá**" (Huevo hervido)
Simboliza la ofrenda traída al Templo, llamada Jaguigá... Debido a que el huevo hervido representa la comida del enlutado, recordamos así la destrucción del Templo y la posibilidad de la realización de los sacrificios.
- "**Maror**" (Hoja de lechuga)
Recordamos de esta manera los amargos tiempos que sufrieron nuestros antepasados en Egipto.
- "**Jazeret**" (rábano picante) - Representa las dificultades de la libertad.
- "**Jaroset**" (Mezcla de manzana rallada o dátiles picados, nueces, vino, canela y almendras)
Esta mezcla consistente se asemeja a la argamasa para los ladrillos que los hijos de Israel debían fabricar cuando construyeron las ciudades del Faraón Pithom y Ramsés.
- "**Karpás**" (Apio)
Representa el verdor del monte Sinai en la entrega de la Tora.

Como preparar el Pan ácimo o Matzá

El pan sin levadura o pan ácimo es un pan sin fermentar que ha perdurado hasta nuestros días a pesar de que probablemente sea el más antiguo de todos.

El pan sin levadura o ácimo es el más sencillo de producir. Es el pan que se elabora sin levadura. Como el pan sin levadura o ácimo se elabora con harina integral y sin grasas, resulta más saludable que los panes blancos que se elaboran con harinas refinadas y que suelen recurrir a grasas como aceite o mantequilla. La harina utilizada generalmente es de trigo, cebada, u otros. La masa del pan sin levadura o ácimo es compacta y su digestión resulta más lenta que la del pan normal.

Curiosidades:

La tradición judía cuenta que el pueblo judío salió huyendo intempestivamente de Egipto, sin mucho tiempo para terminar de preparar el pan, por lo que durante el viaje hacia Israel el pan que se consumió era pan ácimo o sin fermentar. Por ello los judíos elaboran un pan ácimo llamado Matzá para ser consumido durante la conmemoración de la salida de Egipto, conocida como Pésaj.

Los cristianos católicos emplean durante el rito de la eucaristía una especie de pan ácimo, sin levadura y sin fermentar en forma de oblea llamada hostia, que representa el cuerpo de Cristo, en conmemoración de la última cena de Cristo con sus apóstoles durante la cual él tomó pan ácimo, lo partió y lo repartió a sus discípulos.

Ingredientes:

1/2 Kg. de harina (mejor si es integral), 300 ml. de agua templada, 2 cucharadas de aceite de oliva, una pizca de sal.

Elaboración:

Se pone la harina en forma de volcán. En el cráter se le echa el agua templada, la sal y una cucharada de aceite. Se amasa todo durante unos 15 minutos y se deja reposar envuelto en con un paño una hora. Pasado este tiempo se aplanan la masa con un rodillo y se hace una lámina de un espesor aproximado de medio centímetro. Se agujerea repetidas veces con un tenedor.

Cocción en horno

Se coloca en una bandeja de horno, que habremos espolvoreado con harina, y se pincela con aceite de oliva. Se introduce en el horno, que previamente habremos calentado a 220º y lo coceremos durante 20 minutos.

Cocción en sartén o plancha

Se hace a la plancha con un poco de margarina o aceite hasta que se queda dorado.



<http://sefaradaragon.org>
sefarad.aragon@gmail.com
Movil: +34.657.508604

Recetas de Jaroset

Curiosidad:

El Jaroset es uno de los símbolos de la fiesta y está en el plato ceremonial, por su color y textura simboliza el barro con el que trabajaron los hebreos como esclavos en Egipto y por lo tanto simboliza el trabajo con las manos.

Ingredientes:

- 1 Matzá triturada o harina de Matzá
- 1 limón
- Nueces y/o almendras
- 1 manzana
- 3 naranjas
- Canela en polvo
- 2 plátanos
- 20 dátiles y/o higos secos
- 2 Clavos de olor
- Miel o azúcar

Elaboración:

- Rallar, con rallador fino, la piel del limón y de la naranja
- Hacer zumo de medio limón y de las naranjas y reservar.
- Machacar o triturar los plátanos.
- Pelar y rallar, con rallador fino, las manzanas.
 - Mezclar las frutas con los zumos
- Triturar los dátiles y/o higos y añadir a la mezcla
- Triturar los clavos, las almendras y las nueces y añadir a la mezcla
- Añadir la canela en polvo, la miel o el azúcar a gusto.

Combinar:

Se puede servir tal cual como salsa para acompañar la carne (pollo, pavo o pato), con ensalada de endivias o como postre en forma de bolitas. Si queremos hacer bolitas ir añadiendo a la mezcla Matzá o pan ácimo hasta hacerla manejable, hacer bolitas y rebozarlas con una mezcla hecha de Matzá triturada y almendras y las nueces triturados, meter un rato al frigorífico antes de servir para que endurezcan.

