



pestiños

INGREDIENTES (4P):

- 1/2 kilo de harina de freír
 - 300-400 gramos de miel
 - 1 naranja grande
 - 1 vaso grande de aceite de oliva
 - 1/2 cucharada tipo café de sal
 - 2 cucharadas tipo café de ajonjolí
 - 5 cucharadas tipo café de **matalauva**
 - 1-2 vasos pequeños de agua
- ▶ **Antes de empezar:** Pelar la naranja. Usaremos toda la piel (con la parte blanca)
- ⇒ **Útil necesario:** sartén mediana
- ♦ **Variantes:** También puedes añadir a la masa la cáscara rallada de un limón pequeño. Puedes añadirle a la masa un vasito de vino fino de Jerez.

ELABORACION:

Esta es la receta casera y tradicional de pestiños, muy fácil de elaborar. Es uno de los dulces más típicos de la Navidad. Empezamos poniendo a calentar la sartén con el vaso de aceite, para freír la cáscara de la naranja con la matalauva. Esto nos llevará unos 10-15 minutos. Lo dejamos enfriar, lo colamos (tamizamos) y lo reservamos.

Para hacer la masa, usaremos una superficie limpia o un bol grande. Vertemos la harina, la sal y el ajonjolí y lo mezclamos bien con las manos. Le agregamos el aceite frío que tenemos reservado y empezamos a amasar bien. Si queremos con vino, este es el momento de añadirlo. Vamos amasando y agregando agua poco a poco hasta que la masa sea firme y no se adhiera al bol o a la superficie de trabajo. Nos quedará un poco aceitosa al tacto. Eso es bueno. Ahora debemos dejar reposar la masa unas 5 o 6 horas y estará en su punto para freír.

Justo antes de hacer los pestiños, pondremos la miel a calentar al baño maría y prepararemos la sartén con aceite por la mitad para que se vaya calentando. Mientras, daremos forma a nuestros pestiños. Cogemos una cuchara sopera y tomaremos un trozo de la masa. Sólo hay que aplanar bien ese trozo de masa (con un rodillo de cocina, sino, con las manos) y dejarla fina, aproximadamente de 1/2 centímetro de espesor y podemos hacer dos formas de pestiño: enrollando el trozo de masa para hacer un cilindro o llevando los extremos hacia el centro. Es cuestión de gustos. Así prepararemos uno a uno hasta terminar con la masa y estarán listos para freír.

Para empezar a freír, dispondremos la miel en una cacerola, junto a la sartén. Cuando el aceite esté caliente, iremos depositando los pestiños en la sartén. No pongas muchos a la vez, que no se peguen unos a otros. Cuando estén dorados, una vuelta y cuando tengan un color dorado en su totalidad, los sacamos, escurriendo bien el aceite. Ahora los metemos en la miel hasta que tengamos fritos los siguientes pestiños. Sacamos los de la miel y metemos los que acabamos de freír. Verás como toman el sabor de la miel. El proceso sigue hasta terminar de freírlos y bañarlos en miel.

De postre, en el desayuno o en la merienda y sin azúcar añadido.

Si necesitas ayuda, tienes a tu disposición a nuestro [cocinero virtual](#). El te ayudará.

[otras recetas de postres](#)

[más recetas](#)

[recetas rápidas](#)

