



Palomitas especiadas

Ingredientes:

Granos de maíz • 2 ó 3 cucharadas de Nit'ir Qibe • 1/4 cucharadita de cayena molida • 1/4 cucharadita de pimentón • 1/2 cucharadita de sal

Elaboración:

Se derrite el Nit'ir Qibe a fuego lento. Se mezcla bien con el resto de las especias y la sal. Se pone el Nit'ir Qibe resultante en una sartén con los granos de maíz, se tapa con la cobertera y se pone a fuego rápido, sacudiendo de vez en cuando la sartén mientras saltan las palomitas para que no se quemen.



Qolo, Kolo o Dabbo Qolo

Ingredientes:

250gr. de harina integral de espelta (aprox) • 250gr. de harina de trigo (aprox) • 1 vasito de vino de aceite de oliva virgen • 2 cucharadas de azúcar • Una pizca de sal • Agua • Orégano • Berbere

Elaboración:

Se coloca la harina, el azúcar, la sal, el aceite y el agua en un bowl grande y se mezclan y amasan hasta obtener una masa que se pueda trabajar con las manos sin que se pegue (como para una pizza pero un poco menos dura). Con esa masa se hacen churritos largos de aproximadamente un centímetro de diámetro. Y después se cortan en trocitos pequeños, de no más de un centímetro de grosor. Estos trocitos se fríen en abundante aceite de oliva hasta que estén dorados y crujientes. En lugar de freírlos, también se pueden hornear. Quedan igual de apetitosos, pero menos grasientos. Hasta aquí la receta base. También se pueden hacer Dabbo Qolo de sabores, añadiendo a la mezcla original orégano o berbere, o bien ambos.



Enjera

Ingredientes:

Se elabora con harina de t'eff, como en España aún no se comercializa la vamos a imitar lo mejor posible. • 150gr. de harina de centeno integral • 150gr. de harina de arroz integral • 200gr. de harina de trigo integral • 1/2 cucharadita de alhova en polvo • 2 sobres de levadura de panadería • Agua templada

Elaboración:

Las harinas se van mezclando con el agua hasta que queda una masa viscosa, líquida pero no demasiado, como la de los crepes. La mezcla se deja reposar dos horas hasta que crece. Después se pone a calentar una sartén antiadherente a fuego medio-fuerte y cuando está rosiente se echa un cazo de la mezcla. Se mueve la sartén para que la masa se reparta por igual y se espera hasta que los bordes de la masa se vayan despegando de la sartén por las orillas. Entonces se le da la vuelta y se cocina por el otro lado. Dependiendo de las harinas y las levaduras es necesario a veces añadir más o menos agua. No queda otra que intentarlo varias veces por el método ensayo error.



Teemateem Fitfit

Ingredientes:

1 cebolla dulce • 2 tomates raff medianos • 1 pimiento italiano verde • 1 cucharadita de berbere • Aceite de oliva virgen extra • Zumo de 1 ó 2 limones • Medio vasito de vino blanco de mesa • 2 ó 3 injeras • Sal • Pimienta negra molida • Ajo en polvo

Elaboración:

Se escaldan, pelan y pican los tomates en trocitos pequeños. Se pela la cebolla y se pica. Se lavan los pimientos e igualmente se trocean en pedacitos pequeños. En una ensaladera se mezcla el vino blanco con el berbere. Se añaden los tomates, la cebolla, los pimientos, el aceite, el ajo, la pimienta negra, la sal y el zumo de limón y se mezcla todo bien. Se rompe la injera en pequeños cuadrados y se añade a la mezcla para que absorba parte del aliño. Se mantiene en la nevera hasta la hora de servirla.



Doro W'et

Ingredientes:

8 muslos o trozos de pollo sin piel • 1 plato sopero generosamente lleno de cebolla picada • 1 cucharadita de berbere • 2 ó 3 cucharadas soperas de nit'ir qibe • 1 pizca de cardamomo • 1 pizca de pimienta negra molida • 1 pizca de ajowan • 1 pizca de ajo seco molido • 1 pizca de jengibre seco molido • Sal al gusto • 1 vaso pequeño de vino tinto • 4-6 huevos duros • 1 lima o limón

Elaboración:

Se lava el pollo y se coloca en una fuente con agua y la lima o el limón cortados en pedazos. Mientras tanto en una sartén o cazuela se pocha la cebolla. Se añade la nit'ir qibe y el berbere y se mezcla bien. Se añade medio vaso de agua, el vaso de vino, las especias y se remueve. Se añaden los muslos de pollo, bien escurridos y se cocina durante 30 ó 40 minutos. Se va añadiendo agua a medida que se merma con la cocción. Se añade sal. Cuando la salsa comienza a espesar, se añade la pimienta negra molida y los huevos duros. Se mezcla bien y se sirve caliente sobre la injera. El Doro W'et se puede servir con cottage cheese como acompañamiento para suavizar el picante.



Genfo: gachas etíopes

Ingredientes:

2 vasos de harina de cebada (o en su defecto de maíz o trigo) • 4 vasos de agua • Sal • Mantequilla o aceite • 1 cucharadita de berbere

Elaboración:

Poner a hervir el agua con un poco de mantequilla o aceite y una pizca de sal. Cuando hierva, reservar la mitad del agua en otro recipiente. Ir añadiendo la harina de cebada al agua hirviendo, a fuego moderado, sin dejar de remover para que no se formen grumos. La consistencia final ha de ser la de una mantequilla espesa, pero suave. Si se queda muy trabada, añadir el agua que sea necesaria de la que se había reservado previamente. Retirar del fuego y servir en pequeños cuencos. Hacer un huequito en el centro del genfo y verter en él una mezcla de la cucharadita de berbere con un poco de aceite o mantequilla. Se come untando cada cucharada de genfo en el berbere.



Ye'doro Alichá Wet

Ingredientes:

8 muslos de pollo o equivalente en carne picada de pollo o pavo • 2 limas • 5 ó 6 cebollas medianas picadas • 2 cucharadas soperas de Nit'ir Qibe • 1 cucharadita de cúrcuma en polvo • 4 cucharadas soperas de pasta de ajo y jengibre • 1 pizca de cardamomo • 1 pizca de nuez moscada • 1 pizca de pimienta negra molida • 8 huevos duros • 2 guindillas • Sal • Aceite de oliva

Elaboración:

Se lava el pollo y en una fuente se deja marinar durante 1/2 hora con el zumo de las limas, una cebolla picada y sal. Se pochá la cebolla picada en una sartén con un poco de agua para que no se queme. Se añade un chorretón de aceite de oliva y se sigue cocinando durante 15 m. Cuando la cebolla está pochada, se añade la cúrcuma y se remueve bien. Se añade la Nit'ir Qibe. Se escurre el pollo y añade a la cazuela. Se cocina a fuego medio, removiendo constantemente durante 45 m. Se añade la pasta de ajo y jengibre, el cardamomo, la nuez moscada, la pimienta negra molida, los huevos duros y las guindillas cortadas por la mitad. Se sazona y se deja reposar durante 5-10 m. antes de servir.



Yebeg Infille

Ingredientes:

1 pata de cordero lechal • 1 cebolla roja • 1 ó 2 cucharaditas de berbere • 2 cucharadas de Nit'ir Qibe • 1/4 de cucharadita de jengibre fresco rallado • 1/4 de cucharadita de ajo fresco rallado • 1/4 de cucharadita de pimenta negra molida • Sal al gusto • 1 vasito de vino tinto • 1/4 de cucharadita de cardamomo • 1 vaso de agua

Elaboración:

Se despega la carne del hueso de la pata pero sin llegar a despegarla en el extremo, de forma que al cortarla en tiras, éstas queden colgando de la pata. Se pone en una bandeja con un poco de agua y se asa en el horno. En una cazuela se pone la cebolla picadita con un poco de agua y se pochada hasta que esté dorada. En un bowl se mezcla el Nit'ir Qibe y el berber y se va añadiendo a la cebolla ya pochada sin dejar de remover. Se añade un vaso de agua y se le da un hervor. Se añade el vasito de vino y el resto de las especias y se deja hirviendo a fuego lento durante 20 m. Cuando el cordero está asado, se vierte la salsa picante por encima y se sirve.