

Galizia

Denbora



40'

Errazioak



6


Egokia



Haurrentzat

Alergenoak

 Labore
glutendunak

 Arrautza

Aukerak

 Glutenik gabe

Kuia - txulak

Osagaiak

500 g kuia zuritu

3 arrautza

150 g gari-irin

75 g azukre

Apur bat gatz

Koilaratxokada bat kanela-hauts

8 g gozogintza-hauts edo sodio bikarbonato

Azukre- eta kanela-hautsa apaintzeko (hautazkoa)

Errezetarako osagaiekin, 4-6 errazio aterako dira, txulen tamainaren arabera.

Kuia-purea urtsuegi badago, irin gehiago beharko duzu.

Horregatik, gomendagarria da egositako kuia oso ongi xukatzea.

Prestatzeko modua

1. Moztu kuia, erauzi haziak koilaraz, zuritu eta zatitu.
2. Estali kuia urez eta egosi gatz apurrarekin eta lapikoa estalirik, ongi egosirik eta bigun geratu arte, gutxi gorabehera 15 minutuz.
3. Xukatu ongi eta ipini katilu handi batean. Birrindu sardexkaz, pure itxura izan arte.
4. Erantsi aurrez arinki irabiaturiko arrautzak eta nahasi ongi hagaxkaz. Erantsi azukrea eta nahasi berriz ere.
5. Erantsi irin bahetua, gozogintza-hautsa, gatz apur bat eta koilaratxokada bat kanela. Irin-kopurua gutxi gorabeherakoa da, kuiak duen uraren araberkoa izango baita. Oreak ez du ez oso urtsu, ez oso lodi geratu behar. Utzi jalkitzen nahaskia 15 minutuz.
6. Jarri zartagina su ertainean, olio hondo guztian duela. Olio bero egondakoan, erantsi txula-orea pitxer baten laguntzaz, talo txikien antzekoak egiteko.
7. Txularen erdian zulotxoak agertutakoan, buelta emango diogu espatula baten laguntzaz.
8. Beste aldetik egindakoan, atera.
9. Frijitu ahala, jarri txulak sukaldeko paperaren gainean, soberako olio kentzeko.
10. Eraman erretilu batera eta hautsezatu azukrea eta kanela, nahierara.

Aukerak

Glutenik gabeko bertsiorako, gari-irinaren ordeztu glutenik gabeko olo-irina edo antzeko besteren bat erabiliko dugu.

Galizian, bi datatan kontsumitu ohi dira, udazkenean eta neguan: azaroaren lehen ospatzen den Samain festa zettan (Santu guztien eguna kristaudentzat) eta otsailko Entroido festan (inauteriak)