

## Gaztela-Mantxa

Denbora



20'

Errazioak



2

Alergenoak



Zereal  
glutendunak

Aukerak



Glutenik gabe

# Puche gozoak

## Osagaiak

3 koilarakada gari-irin zuri

3 koilarakada azukre

100 ml oliba-olio birjina estra

Herriko ogi-puska bat, aurreko egunekoa

250 ml ur iragazi

Kanela-hautsa

*Puche gozoei "puche conquense" (Cuencako pucheak) ere esaten zaie Gaztela-Mantxan*

## Prestatzeko modua

1. Moztu ogia dado txikitan. Frijitu zartaginean oliba-olio beroan. Kendu sutatik berehala, ez erretzeko. Jarri xukatzen sukaldeko paper batean.
2. Kendu olio zartaginetik, baina utzi 3 koilarakada adina.
3. Jarraian, sartu irina eta azukrea, eta utzi su ertainean txigortzen, egurrezko koilaraz eraginez.
4. Txigortutakoan, isuri ur epela, pixkanaka, hagaxkarekin eraginez, loditu arte.
5. Kendu sutatik burbuilak egiten hastean.
6. Zerbitzatu katiluan, gainean ogi-puska frijituak eta kanela hautseztatua duela.

! Gozoki apala da, ogi gogorra  
aprobetxatzekoa.

## Aukerak

Gari-irinaren ordeaz, glutenik gabeko besteren bat erabil daiteke, artoz, arrosez, artatxikiz edo kinoaz egindakoa, esaterako. Ogi gogorra ere glutenik gabeko batekin ordezkatu daiteke.

*Espainiako Terra Zibilaren ostean, azaroaren  
lehen, Santa guztien egunean, afartzeko egiten zen  
plater hau*