

MOLLEJAS EN SALSA

INGREDIENTES:

- 1 kg. de mollejas de ternera
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 1 hoja de laurel
- Un trozo de guindilla o cayenas
- 1 cucharada sopera de harina
- 1 cucharada sopera de pimentón
- 1/2 vaso de vino blanco
- Agua



ELABORACIÓN:

Poner las mollejas en abundante agua fría durante 12 horas, para que suelten la sangre.

Pasado el tiempo, pasarlas a una cazuela grande y cubrir las con abundante agua fría.

Poner al fuego, y cuando rompan a hervir, ir retirando la espuma que sueltan.

Cocer unos 5 minutos.

Escurrir y en cuanto se enfríen, limpiar muy bien, eliminando todas las pieles, tanto las más gruesas, como las muy finitas.

Una vez que estén totalmente limpias, cortar en trocitos y saltear en aceite bien caliente.

Sacar del aceite, y freír lentamente en éste, la cebolla bien picada, junto con los ajos, la guindilla y la hoja de laurel.

Cuando la cebolla esté bien pochada, añadir la cucharada de harina y continuar con el refrito unos minutos, para que la harina se cueza.

Añadir la cucharada de pimentón, y rehogar el conjunto unos segundos.

Agregar el vino blanco y mezclar bien.

Echar las mollejas en la salsa y revolver para que se mezclen bien todos los ingredientes.

Agregar un poco de agua para que queden un poco caldosas. Rectificar de sal, y cocer unos 10 ó 15 minutos.

Presentación: Poner en cazuelas de barro.

NOTAS:

LA MOLLEJA DE TERNERA:

La molleja es una de esas partes de los animales que solemos considerar casquería, pero la de ternera ha sido tradicionalmente considerada la más succulenta de todas las vísceras. Se puede considerar el caviar de la ternera.

Es un despojo formado por una glándula, el timo, situada en el pecho, delante de la tráquea. Las mollejas están situadas en la cavidad torácica tras el esternón y rigen el crecimiento y el sistema inmunológico. También se le llama molleja a la glándula parótida. Las mejores son las situadas cerca del corazón.

La glándula se atrofia cuando el animal se vuelve adulto, ya que sólo es imprescindible en la etapa de su desarrollo. Tal vez por eso es que en algunas zonas, como en La Rioja, se denominan también lechezuelas o lechecillas. La molleja es mucho más sabrosa y jugosa en animales jóvenes.

La molleja se compone de una parte alargada, la garganta (no comestible), y de una parte redonda y muy sabrosa, la nuez. En la zona alargada, los trozos de glándula están diseminados en un cuerpo membranoso no comestible, del que hay que separarlos.

A la hora de adquirirlas, se debe asegurar de que la molleja esté bien fresca y procurar no conservarla cruda más de un día. Para eliminar toda la sangre que contiene en su interior se debe dejar en agua con abundante hielo durante 12 horas. Después de estar bien desangrada, se blanquea en agua con perejil, pimienta y sal. Se deja cocer tres minutos y se vuelve a enfriar, para eliminar la piel que la recubre.

La molleja se suele preparar gratinada, en brocheta, en salsa, cocida, guisada... Han sido utilizadas históricamente en países con ganaderías de vacuno, como Argentina, Uruguay, Paraguay y México. En estos países se utilizan como parte del asado. La molleta típica de un buen asado es la constituida por la glándula timo de un bovino. La zona de la garganta suele utilizarse para elaborar alguna guarnición, en particular la "financiera", propia de la cocina clásica francesa.

Otra forma típica de preparar la molleja es remojarla en salmuera, escaldarla en leche y retirarle después la membrana exterior. También se usan para rellenos y patés.

La molleja más apreciada en la gastronomía española es las de ternera, pero también existen las de cordero, de pato, de peces y de ave. A diferencia de las de ternera, es un músculo que tienen al final del esófago y allí trituran los granos, para los que se suelen valer de pequeñas piedrecillas que acumulan para poder realizar mejor una especie de masticado.

Sugerencia: Se saltean en mantequilla clarificada, dejando toda la parte exterior crujiente y dorada, y el interior, cremoso y fundente. La salteamos en mantequilla para acentuar su sabor lácteo.

LA FICHA

Historia: En el siglo XVIII la molleja estaba considerada como un producto afrodisíaco. Con ella, se creó un plato muy conocido, 'los bocados de la reina', con el que la reina de Francia, María Leszczyńska, recuperó el amor de Luis XV. Consistía en mollejas de ternera acompañadas de setas, espárragos, zanahorias y hojaldre.

Temporada: Todo el año.

Valor nutritivo: Tiene un bajo contenido en grasa, pero posee abundante colesterol y purinas, por lo que su consumo se restringe en caso de problemas cardiovasculares, hiperuricemia y gota.

Dato de interés: Hoy en día se va perdiendo el miedo a los nombres, pero durante mucho tiempo a ningún restaurante español de alta cocina se le ocurría ofrecer molleja en su carta. Las servían, pero bajo su nombre francés de *ris de veau*, en el caso de las de ternera. Fuente (www.joseanalija.com)