



# BOLIÑAS DE QUEIXO

## GUSTATIO

### INGREDIENTES

- 250 gr de queixo fresco de cabra
- 60 gr de fariña
- 1 ovo
- 25 gr de tacos de xamón
- 1 belisco de sal
- 6 follas de loureiro
- 1 cullerada de aceite de oliva

### NIVEL DE DIFICULTADE

Doado

### TEMPO DE ELABORACIÓN

- Preparación: 10 minutos
- Elaboración: 25 minutos

### CONSELLOS

Para unha versión doce engade noces no canto de xamón e mel no canto de sal.



## PREPARACIÓN

1. Mestura o queixo, o ovo, a fariña e o sal ata obter unha masa. Engade os tacos de xamón.
2. Forma boliñas coa masa.
3. Coloca as follas de loureiro nunha bandexa de forno e baña cunhas pingas de aceite.
4. Pon unha boliña de masa en cada folla e enfórnaas a 180° durante 25 minutos ou ata que se douren.
5. Deixa que arrefrén e sirve.

# QUE CURIOSO!



A receita desta semana é unha variante do *libum*, un boliño de queixo e fariña que se ofrecía con frecuencia aos deuses. O propio termo *libum* deriva do verbo *libare*, que significa facer unha ofrenda aos deuses. O autor latino Gaio deixou constancia do uso destes boliños en algunhas cerimoniais matrimoniais nas que os esposos compartían boliños feitos con fariña de trigo e queixo fresco. A nosa versión está baseada na que describe Catón en *De Agricultura* e dámos unha idea do importante que era a fariña na dieta romana. A alimentación dos romanos, especialmente durante a República e inicios do Imperio, estaba baseada principalmente en fariña de cereais e legumes, tanto en forma de pan, como de sopas ou de papas. Así o sustento diario de moitos romanos era o *puls*, unhas papas de cereais ás que se podían engadir carne, peixe ou verduras se se contaba con eles.

# A TÚA RECEITA

É hora de converterse en arqueochefts creativos! Inspirádevos na receita orixinal para inventar unha nova: que ingredientes engadiriades? cales eliminariades? create a vosa receita!



**NOME DO PRATO ORIXINAL:**

**NOME DA TÚA RECEITA:**

**INGREDIENTES**

**TEMPO DE  
PREPARACIÓN  
E DIFICULTADE**

**PREPARACIÓN**