FICHA VIII • JUNIO 2020

DÁTILES RELLENOS

SECONDA MENSA

MUSEO UNIVERSITARIO A DOMUS DO MITREO

INGREDIENTES

- 16 dátiles sin hueso
- 150 gr de nueces y 75 gr de piñones
- 4 cucharadas de miel
- Una cucharadita de ralladura de piel de naranja o de limón.
- Un pellizco de sal

NIVEL DE DIFICULTAD

Fácil

TIEMPO DE ELABORACIÓN

- Preparación: 15 minutos
- Elaboración: 5 minutos

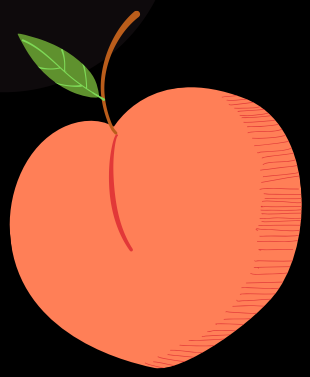
CONSEJOS

Para que el sabor resulte menos dulce puedes añadirle un poquito de pimienta, como en la receta original.

PREPARACIÓN

1. Abre los dátiles sin romperlos.
2. Tritura ligeramente los frutos secos con el dorso de un cuchillo.
3. Rellena los dátiles con los frutos secos mezclados.
4. Cierra los dátiles y añade sal.
5. Pon la miel en un cazo a fuego lento y sumerge los dátiles en ella por un par de minutos.
6. Coloca en un plato, espolvorea con la piel de naranja y sirve.

¡QUÉ CURIOSO!



En las despensas de los antiguos romanos no podía faltar la fruta. Aunque se daba preferencia a la producción de frutos secos porque se conservaban durante más tiempo, también se consumían frutas frescas o deshidratadas. En concreto, los higos eran a menudo la base de la dieta diaria para las clases menos adineradas, mientras que los melocotones o las ciruelas solo estaban al alcance de los más ricos. En nuestra receta de hoy hemos usado dátiles, que eran los frutos exóticos más difundidos en el imperio romano. Existían muchas variedades, pero los más famosos eran los dátiles llamados *reales*. Se decía que estaban reservados exclusivamente para el rey de Persia y, según Plinio, venían de Babilonia, del jardín de Bagoa, para ser exactos. La verdad es que el postre que os hemos presentado hoy es muy semejante a recetas tradicionales del medio oriente y del norte de África, como el *temar mahshe* tunecino.

MUSEO UNIVERSITARIO A DOMUS DO MITREO

TU RECETA

Es hora de convertirse en arqueochefs creativos. Inspiraos en la receta original para inventar una nueva: ¿qué ingredientes añadiríais? ¿cuáles eliminaríais? ¡cread vuestra receta!

MUSEO UNIVERSITARIO A DOMUS DO MITREO

NOMBRE DEL PLATO ORIGINAL:

NOMBRE DE TU RECETA:

INGREDIENTES

TIEMPO DE PREPARACIÓN Y DIFICULTAD

PREPARACIÓN