



## Recetas para la festividad judía de “Jánuka”

La Fiesta de las Luminarias



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604

# Recetas para la festividad judía de “Jánuka”

La Fiesta de las Luminarias

---

## Latkes de patatas



### Materiales:

- 1/2 Kilo de patata pelados, lavados y rallado.
- Una cebolla rallada.
- 3/4 vasos de harina.
- Un huevo.
- Una pizca de sal y de pimienta negra (si se hace salado)
- Azúcar y canela (si se hace dulce).



### Preparación:

- Se mezcla todo.
- Se calienta aceite abundante en sartén o cacerola.
- Se echa un poco de mezcla al aceite caliente con una cuchara
- Se fríe en aceite abundante.
- Al dorarse se saca a papel absorbente.
- Se sirve caliente.
- Si no le ponemos sal y pimienta negra se sirve con azúcar.



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604

## Recetas para la festividad judía de “Jánuka”

La Fiesta de las Luminarias

---

# Latkes de naranja

Cada región en Europa tenía su receta favorita de latkes. En partes de Hungría, eran hechos con papas crudas mientras que en algunas áreas de Polonia eran hechos con papas cocidas. A algunos nos gustan salados y a otros les gustan dulces, servidos con miel o azúcar. Aunque los latkes más comunes son en base a papa, hay unos cuantos otros con todo tipo de ingredientes que pueden ser servidos en cualquier cena, ya sea elegante o simple.



### Ingredientes:

- 4 naranjas
- Azúcar
- 1 ½ vasos de harina
- Un huevo
- 2 cucharitas de levadura en polvo
- Una pizca de sal
- 2/3 vasos zumo de naranja
- Aceite para freír
- Canela en polvo

### Preparación:

- Pelar las naranjas y quitar las partes blancas
- Cortar en círculos
- Espolvorizar con azúcar.
- Mezclar la harina la levadura y la sal, añadir el huevo batido y el zumo de naranja.
- Escurrir las rodajas de naranja, se reboza con la mezcla y se fríe en aceite abundante unos 2 minutos hasta que esté dorado
- Se escurre el aceite, se espolvoriza con canela y azúcar y se come caliente



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604

# Recetas para la festividad judía de “Jánuka”

La Fiesta de las Luminarias

---

## Sufganiot

Con masa de levadura



### Ingredientes masa:

- 25 gr levadura fresca
- ½ agua tibia
- 4 vasos harina
- ½ leche tibia
- 2 huevos
- Una pica de sal
- 100 de margarina
- ½ vaso azúcar.

### Otros ingredientes:

- Aceite para freír
- Mermelada para rellenar
- Azúcar en polvo

### Preparación

- Poner el agua tibia a fría con la cucharita de azúcar y la levadura, cubrir con un poco de harina y dejar 20 minutos.
- Añadir el resto de los ingredientes y mezclar.
- Dejar reposar mínimo una hora cubierto de harina y una tela húmeda caliente hasta que duplique tamaño.
- Hacer una hoja y sacar círculos con un vaso
- Dejar tapado con tela calenté húmeda a que se duplique
- Freír en abundante aceite, metiendo en el aceite la parte inflada primero.
- Dejar escurrir el aceite, rellenar de mermelada (opcional) y pulverizar azúcar en polvo.
  - Se puede congelar una vez fritas sin rellenar y calentar en microondas.



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604

# Recetas para la festividad judía de “Jánuka”

La Fiesta de las Luminarias

---

## Sufganiot

Rápidas



### Ingredientes masa:

- 3 vasos harina
- 1 bolsita levadura en polvo
- 2 cucharas azúcar
- 2 huevos
- 2 yogurt

### Otros ingredientes:

- Aceite para freír
- Azúcar en polvo

### Preparación

- Mezclar los ingredientes y mezclar hasta obtener una masa líquida.
- Calentar aceite de unos 4cm de profundadas en una cacerola, a fuego no muy alto para que no sea demasiado caliente (si se hacen demasiado rápido quedan sin hacer por dentro).
- Con una chuchara dejar masa dentro del aceite y freír hasta que dore, darle vueltas para que se dore por todos lados.
- Sacar las sufganiot y escurrir el aceite.
- Polvorizar con azúcar en polvo.



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604

## Recetas de la cocina sefardí

Típico en la festividad judía de las luminarias

### “Januka”

# Buñuelos con miel

Para Januka, es tradicional comer alimentos fritos en aceite, para conmemorar el milagro del aceite que duró ocho días cuando debería haber durado solamente uno. Los buñuelos son tan simples de hacer que podrían freírse pocos minutos antes de la cena para entretener y emocionar a los niños.



#### Ingredientes:

- ✓ 1 paquete de levadura seca (2 1/4 cucharaditas)
- ✓ 2 tazas de agua caliente, divididas
- ✓ 1/2 cucharadita de sal
- ✓ 1 1/2 cucharaditas de azúcar
- ✓ 1 cucharada de aceite
- ✓ 3 1/4 tazas de harina común
- ✓ Aceite para freír
- ✓ Miel (o azúcar en polvo)

#### Preparación

- Revuelva la levadura en 1 taza de agua tibia y deje que accione.
- Mezclar el resto del vaso de agua junto con la sal, el azúcar y la cucharada de aceite.
- Mezclar lentamente en la harina, y seguir revolviendo hasta que tenga una masa lisa y húmeda.
- Cubrir y dejar que se eleve en un lugar cálido durante al menos 1 hora.
- Ponga tres pulgadas de aceite en una olla adecuada para freír.
- Humedezca sus manos en un recipiente de agua y agarre alrededor de 3 cucharadas de la masa.
- Rápidamente forme una bola áspera y empuje un agujero a través del centro.
- Se supone que son rústicos, no pierda tiempo tratando de hacerlos perfectos.
- Dejar caer cuidadosamente en el aceite. Repita para tantos como entren cómodamente en su olla. Freír hasta dorar de un lado, luego voltear y dorar el otro lado.
- Rociar con miel (o espolvorear con azúcar) y servir inmediatamente.



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604

## Recetas de la cocina sefardí

Típico en la festividad judía de las luminarias

### “Januka”

Receta extraída del libro: “La Cocina de los judíos de Sefarad en la Edad Media”  
de Álvaro López Asensio.

# Rosquillas fritas



#### Ingredientes

- ✓ 500 g. de harina (mejor si es integral).
- ✓ 3 huevo de gallina sin defectos y manchas.
- ✓ 1 vaso grande de azúcar de caña o miel (vaso de 1/4 litro).
- ✓ ½ vaso de aceite de oliva (vaso de 1/4 litro).
- ✓ Aceite de oliva para freír.

#### Preparación

- En un recipiente hondo batimos, con un tenedor o batidora, los huevos y el azúcar de caña.
- A continuación, echamos poco a poco la harina, hasta conseguir una masa homogénea y correosa.
- Con las manos mojadas de agua, hacemos pequeñas bolas o bollos de masa y moldeamos las rosquillas con un agujero en el medio.
- En una sartén ponemos a calentar abundante aceite de oliva.
- Los freímos a ambos lados, a fuego lento, hasta que estén un poco dorados.
- Los sacamos de la sartén y los dejamos escurrir en un plato.
- Aun calientes, si queremos les echamos un poco de canela (al gusto) por encima y después miel o azúcar de caña, y ya están listos para comer.



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604

## Recetas de la cocina sefardí

Típico en la festividad judía de las luminarias

### “Januka”

Receta extraída del libro: “La Cocina de los judíos de Sefarad en la Edad Media”  
de Álvaro López Asensio.

# Arrucaques de pan y miel



#### Ingredientes

- ✓ 4 panecillos pequeños de pan ácimo o rodajas de pan un poco duro (tamaño galleta).
- ✓ 1 huevo de gallina sin defectos y manchas.
- ✓ Canela (al gusto).
- ✓ Azúcar de caña o miel (al gusto).
- ✓ Aceite de oliva.
- ✓ ½ litro de leche.

#### Preparación:

- En un cazo calentamos la leche o agua sin que llegue a hervir.
- Mojamos las rebanadas de pan por las dos caras.
- En un bol batimos el huevo y rebozamos las rebanadas impregnadas de leche.
- En una sartén ponemos a calentar abundante aceite de oliva.
- Los freímos a ambos lados, a fuego lento, hasta que estén un poco dorados.
- Los sacamos de la sartén y los dejamos escurrir en un plato.
- Aun calientes, les echamos un poco de canela (al gusto) por encima y después miel o azúcar de caña, y ya están listos para comer.



**Sefarad Aragón**

<http://sefaradaragon.org>

[sefarad.aragon@gmail.com](mailto:sefarad.aragon@gmail.com)

Movil: +34.657.508604