Bildots bat, mila errezeta!

Munduan gosea pasatzen duten pertsonetatik %70 baserritarrak dira. Horiek dira, baita ere, migrazio mugimendu handienak egiten dituztenak.

Migrazioak munduko gosearen ondorioa dira, eta nekazaritza ekoizpenaren deslokalizazioaren ondorio, eta «nekazaritza soziala» nekazaritza industrialaren mesedetan utzi izanaren ondorio, eta politika neoliberalen ondorio (ekonomikoak, nekazaritzakoak eta sozialak). Azken hauek nekazaritza mugimendu espekulatzaile baten bihurtu dute, mundu osoko baserritar txiki eta ertainak lurretik kanporatuz.

Eskluxiorik eta migraziorik eragiten ez duten nekazaritza, ekonomia eta politika sozialak exijitzen ditugu, egungoek pertsonek ez migratzeko duten eskubidea urratzen baitute, migrazioak ez baitaude borondateari lotuta, bazterketa sozialari baizik.

Nekazaritza politikak kontrolatzeko eskubidea ezinbestekoa da, nekazaritza baserritarra mantentzeko eta migrazioak gutxitzeko. Hori dela eta, Elikadura Subiranotasuna orain! aldarrikatzen dugu, bildotsa mila eta bat eratara sukaldatuz, kultura eta herri bakoitza ulertzeko, euren ohitura eta sinismenen parte delako.

finantzatua:

BILDOTS SAIHESKIA POLENTAREKIN

OSAGAIAK:
Bildots saiheski 2
Esnea, 0.25 l
Berakatz buru 2
Gurina, 30 gr.
Bi arrautza
Idiazabal gazta, 15 gr.
Tomate pulpa 1
Oliba beltzak 15 gr.
Perrexila

EGITEKO ERA

Sahieskia ondo garbitu, saihetsetako okela ondo-ondo kenduz. Zartaginean apur bat egin eta labean amaitu erretzen. Behin eginda dagoenean, sahieskiaren zati bat xehetu, kontuan hartuz odoltsua geratu behar dela. Polenta egin, esnea egosiz berakatza eta gurinarekin. Irakiten hasten denean, bota polenta euria bailitzan. Laga irakiten, eta gehitu gorringoak eta nata. Berriro irakin dezala, ondo egiteko. Azkenik, gehitu olibak, perrexila eta tomatea juliana erara. Arze jarabearekin eta bildots saltsarekin zerb-itzatzen da.

KUS-KUSA

Osagaiak:
Kipula handi 1, kalabazin handi 1, azalore erdi, kalabaza 1/4, arbi 1, txiribia 1 (azenarioaren antzekoa), porru 1, garbantzu egosi poto 1, heldutako tomate gorri 2, 4 patata ertain, hezurrik gabe eta laukitan zatitutako 600 gr. bildots, saltsa bejetalerako pastilla 2, oreganoa, albaraka, piper zuria, belar finak, probenzako belarrak eta gatza, piper gorria, arin egiteko kuskus pakete bat, gurina, oliba olioa

Zelan egin

Dena kabituko den ontzi batean, ipini berotzen olioa eta erre bildotsa gatza eta piper hautsa botata. Ortuari guztiak xehetu (azenarioei eta kalabazari azala kendu), zati handitan, gero erraz ikusi daitezen. Bildotsa prest dagoenean, gehitu tipula eta laga gorritzen. Behin egindakoan, gehitu ontzi berera porrua, kalabaza, tomateak, arbia, txiribia, kalabazina, azenarioak, azalorea eta patatak. Bota piper gorri puska eder bat eta ondo nahastu. Eman bueltak usaina hartzeko eta ondo berotutakoan bete urez, osagai guztiak estali arte. Bota gatza eta gehitu saltsa bejetalezko pastillak (gisatu honen saltsak sakona behar du, baina ez gazia, beraz kontu izan pastilek nahikoa zapore emango baitiote). Su ertainean eduki behar da ordu betez, egosi eta loditzeko. Bukatu baino ordu laurden aurretik, espezie guztiak eta garbantzu potoaren erdia gehitu. Probatu zelan dagoen gatzetik. Ilun samarra izan behar da eta lodia. Ondoren kus-kusa egin behar da (horretarako jarraitu kajako instrukzioak, erreza da, ura eta gurina baino ez dira behar). Gisatua ontzi sakon batetan zerbitzatu behar da, kus-kusa aparte, bakoitzak nahierara hartzeko.

UDABERRIKO BILDOTSA

Osagaiak:
Bildots haka kilo 1, gatza, piper beltz xehetua, berakatz hautsa edo berakatz gatza, tipula 1, tomillo koilarakada txiki erdi, litro erdi salda

Guarnizioa:
Limoi erdi baten ura, koilarakada erdi espezie, ura litro baten 3/8, margarina koilarakada bat, ilar berde poto bat, patata purea egiteko hauts poto 1, gatza eta piper hautsa, 2 gorringo, esnea litro 1/8, esne koilarakada bat, curry koilarila 1

Egiteko era

Okela kondimentatu, labea 220 gradutan berotu, okela alde zabala gora duela gehitu tipula eta tomilloa eta azkenik salda. Ordu erdiz labean eduki, jeitsi tenperatura 180ra eta beste hiru ordu laurden itxaron.

Endibia guarnizioa:
Irakin limoi ura espeziekin, ura eta gatzarekin. Endibiak garbitu eta erditik moztu eta 20 minutuz egosi. Kendu ura, frijitu margarina, berotu berdura eta gehitu margarina gehiago.

Patata guarnizioa:
Espezieak egosi eta sutik kendu. Gorringoak irabiatu esne hotzetan eta ura gehitu, gero patata purearen hautsa. Ontzia 10 minutuz tapa barik eduki, berriro hidratatzeko. Ondo nahastu. Dekoratzeko mangarekin, egin malutak labeko xafla baten gainean. Currya esnearekin nahastu eta malute gainean bota, ondoren 200 gradutara berotutako labean sartzeko. Okela mahairatzerakoan, saltsa iragazi eta beste ontzi batean zerbitzatu.

BILDOTS TXULETATXOAK

Osagaiak

Bildots txuletatxoak, 24
Pikillo piperra, 12
Letxua 1
Tipula 1

EGIEKO ERA

Txuletatxoak askatu, razioko 6. Pikillo piperrak konfitatu eta puntak moztu. Letxua garbitu eta xehetu. Tipula juliana erara xehetu. Ohiko binagreta bat prestatu.
Txuletatxoak erre, brasan, parrilan edo plantxan. Piperrak berotu, letxua prestatu eta justu zerbitzerakoan bota gatza, olioa eta ozpina.

BILDOTSA TACNEÑA ERARA

Osagaiak
Bildots iztarra, kilo 1
Irina, 25 gramo
Beraktza, hiru buru
Tipula ertain bat
Kakahuete xigortua, 100 gr.
Okela salda, katilu 1
Ardo zuria, 3/4 katilu
Ereinotza, orri 1
Perrexila, txorta 1
Ezkai adar 1
Olioa, 4 koilarakada
Gatza eta piper ehotua

EGITEKO ERA
Okela garbitu eta xurgatzen duen paperarekin garbitu. Okela xerratan moztu, edo harakinari eskatu horrela egiteko. Bildots xerrak irin apur batekin estali. Ontzi baten olioa berotu eta frijitu okela urre kolorea hartu arte.
Txikitu berakatza eta tipulak, eta gehitu bildotsari eta sueztitu 10 minutuz su txikian.
Irabiatu kakahueteak saldan eta gehitu bildotsari gainontzeko osagaiekin batera. Estali eta egosi su motelean okela samurtu arte eta salda lodia egin arte. Bildotsa patata egosiekin eta saldaz estalita aurkeztu.

BILDOTS ZOPA

Osagaiak
Banan banan zatitutako bildots saihetsak, kilo 1
Arroza, katilu erdi
Intxaur ehotua, katilu erdi
Piperrautsa, koilaratxo erdi
Martorri fresko eta ehotua , koilaratxo erdi
Geriza lehorrak, katilu herena
Ezkaia, kolaratxo laurdena
Perrexil mozuta, koilara bat
Eguzkilore olioa, 3 koliara
Ura, litro bat
Apio sustraia, bi ontza
Azenario bat, xaflatan moztua
Piperbeltza, koilaratxo erdi
Kipula ertain bi, xaflatan moztuta
Ereinotza, hiru orri
Ketxupa, katilu laurden
Saltsa pikantea, koilara laurden
Azukrea, koilaratxo laurden
Limoi ura, bi koilaratxo
Gatza, bi koilaratxo
3 berakatz atal, txikituak
Ardo gorri lehorra, katilu herena

Egiteko era
Zartaginean frijitu bildots txuletak, olioa eta berakatzarekin. Sutik kendu ostean, irakin ura ontzi handi baten, gehitu bildotsa, gatz koilaratxo bat eta su motelean eduki ordu erdiz. Gainontzek osagaiak gehitu, eta su geldotan eduki bezte 15 minututan, gero beste ordu erdiz beste 30 minututan.

BILDOTS ERREA PATATA PANADERKIN

INGREDIENTES;
Esne-bildotsa, bi saiheski
Ardo zuria, 0,25 litro
Letxua bat
Tipuleta bat
Patata panadera nahi beste

EGITEKO ERA
Sahieskiari hezurra kendu, zilindroak egin eta bridatu.
Gatza bota eta zartaginean frijitu urre kolorea hartu arte. Ondoren labera sartu.
Guztiz egin aurretik, gehitu ardo zuria eta bildots salda apur bat (bildotsaren hezurrak eta ardo zuria erabili).
Erre ondoren gelditzen den saltsa gutxitu egin behar da eta horrekin lortuko da platererako saltsa.
Patata panaderkin zerbitzatu behar da, letxua eta tipuleta entsalada batekin batera.

8 bildots bat, mila errezeta

BILDOTS ALBONDIGAK KANELA ERARA

Osagaiak

Pikatutako 500 gr. bildots
Fin-fin txikitutako bi tipula
Ehotutako koilara erdi kanela
Piperrauts koilaratxo erdi
Gatza, koilaratxo erdi
Olioa, koilara bi

EGITEKO ERA

Okela, tipula eta kanela ontzi batean bildu eta ondo eskukin ondo nahastu. Albondiga txikiak egin. Bitartean, gatza eta ghee ontzi batean konbinatu eta ura irakiten gehitu, nahasteak berriro irakin arte. Gehitu okela eta sukaldatu 25 minutuz, albondigan egosi arte. Kendu ura eta okela arroza eta entsaladarekin aurkeztu.

OKELA GISATUA TANZANIAKO ERARA

Osagaiak

Bildots zatiak, 700 gr.
Olioa, 120 ml.
Gatza koilara bat
Limoi baten ura
Ura, 240 ml.
Curry hautsa, koilaratxo bat
Tipula txikitu bat
Hiru patata, zatituta
3 tomate, pikatuta
2 azenario, pikatuta

Egiteko era

Zartaginean frijitu okela, olioaren erdiarekin. Bota gatza, limoi ura eta ura. Su motelean egin.
Olioaren beste erdia bota eta curri hautsa gehitu, sarritan irabiatuz. Tipula, patata, tomatea eta azenarioa gehitu ostean, su ertainean sukaldatu tipula gardendu arte. Tiputa eta patatak okelaren nahasketari gehitu eta jarraitu egosten su motelean, okela samurra egon arte eta patatak eginda.

BILDOTSA ERROMERO EZTIAN

Osagaiak:

Bildotserako:

850 gramoko saiheskia, koilarakada bat erromero ezti, lau koilarakada oliba olio, 50 gramo pinazi, gatza eta piperrautsa.

Erromero saltsarako:

Erromero adarra, koilaratxo bat berakatz txikitu, litro laurden okela salda, kopa erdi brandy, baso bete ardo zuri lehor, gatza eta piperrautsa.

Fruta pintanteentzako

Melokotoi edo pomelo pulpa 100 gr, beste 100 gr meloi (azal eta hazi barik), pipermina (kaiena), 15 gr jenjibre railatu eta naranja erdi baten ura.

Egiteko era

Bildotsa:

Saiheskiari soberan dagoen gantza kendu, hezurra garbi laga eta bota gatza eta piperrautsa.

Mortero batean xehatu pinaziak olioa gehituz eta gero eztia. Honekin, lehen agerian geratu diren saihets hezurrak busti.

Bildotsa zartaginean edo plantxan urre koloretu, su bizian eta alde bietatik. Labean sartu ondoren, bost minutuz 200 gradutan. Kanpora etara eta egoten laga.

Erromero saltsarako:

Bildotsa erre dugun bandejan gehitu ardoa eta brandya, berakatz txikitua eta belarrak. Sutan ipini eta saltsa gutxitu gatza eta piperrautsa gehituz.

Fruta pikanteak:

Takoetan txkitu eta eta beratu laranja uretan ordu erdiz kaiena eta jengibrearekin. Zargatin bero baten frutak urre koloretu behar dira, beratzeko erabili den ur apur bat gehituz, kolorea hartu arte.

Amaitzeko eta aurkezteko:

Bildotsa berotzeko labean sartu-irten bat eman, platerean ipini eta saltsa gainetik bota. Frutak saiheskiaren inguruan ipini.

FIDEO ZOPA ETA BILDOTSA

Osagaiak

Lau kipula txikitu
Hiru berakatz atal, txikituta
Hiru piper gorri txikituta
675 gr bildots
Hiru koilarakada oliba olio
Bi bildots hezur
Ura edo salda
Txile lehor ehotuak
Lau tomate heldu txikitu
Albertxikoak, 115 gr.
Bi koilarakada menta, railatuta
115 gr. fideo
Limoi ura, koilarakada bat
Perrexila, txikitua, apaintzeko
Menda freskoa, txikitua, apaintzeko

Egiteko era

Olioa zartagin handi batean berotu eta gehitu tipulak, berakatzak piperrak eta bildotsa. Sueztitu, noizbehinka bueltak emanez. Hamar minuturen ostean gehitu hezurrak, salda, txilea, tomatea, albertxikoak eta menda. Irakin dezala, orduan su geldoan ipini eta 90 minututan eduki, bildotsa samur-samur egon arte.
Denbora hori pasatutakoan, kendu hezurrak, gehitu fideoak eta laga egosten 3-4 minutuz. Zopa ontzi batera bota, gehitu limoi ura eta apaindu menda eta perrexilarekin. Berehala zerbitu behar da.

BILDOTSA JAVAKO ERARA

OSAGAIAK:
Hezurrik gabeko bildots okela, 700g, laukitxotan moztuta; 70 gr. gurin; koilarakada bat kumino; 20 azafrai puska; txikitutako bi berakatz atal; pipermin erdi, xehetua; koriandro ehotua, koilarakada bat; olio koilarakada bat; egositako 100 gr. ilar; ozpin koilarakada bat; salda katilu bat; 250 gr. arroz «al dente» egosita; tiratan moztutako piper bi; gatza

EGITEKO ERA

Ontzi batean nahastu kuminoa eta azafraia, xigortuta eta zatituta. Gehitu berakatza, pipermina, olioa, koiandroa, gatza eta ozpina. Nahaste honekin okela laukitxoak igurtzi eta laga ordu betez. Gurina ontzi batean berotu eta bildots okela sueztitu, gehitu salda apur bat eta laga egosten su motelean, tiratan moztutako piperrekin batera. Azken hamar minutuetan, gehitu ilarrak eta bost minutu aurretik bota arroza (lehendik egosia), berotu eta usaina hartzeko. Berehala zerbitzatu behar da.

Guarnizio moduan, plater honentzat egokiak dira gurinetan salteatutako espinakak edo oliotan frijitutako indaba zuriak.

BILDOTSA TIXILINDROI ERARA

Osagaiak
Bildotsa, 2.400 gr.
500 gr. tomate
12 koilara olio
8 koilara tipula
6 berakatz
Piper morroi bat (freskoa hobe)
6 piper txorizero lehor
Pipermina
12 koilara ardo zuria

Egiteko era
Piperrak moztu luzetara, zurtoina eta haziak kenduta. Beratzen laga, ur berotan, bi minututan. Kendu ura eta laban batekin baita gaineko krema ere, gerorako plater baten gordeko duguna. Bildotsa 30 zatitan moztu, gutxi gora behera, gatza bota eta irinetan pasatu. Labean sartu tartera bat, 10 koilarakada oliorekin. Olioa ketan hasten denean, gehitu bildots zatiak eta kipula eta berakatza ondo txikituta. Bueltak eman eta itxi labea. 15 minutu eta gero, gehitu 15 koliarakada ardo zuri eta platerean gorde dugun piperren krema, tomateak (zurituta eta pikatuta) eta behar adina pipermin. Bildotsa samurtzen hasten denean, gehitu irakiten dagoen 12 koilarakada ur. Berriro irakin dezala, baina azpia erre barik.
Azkenik, xaflatan moztutako berakatz bat bi koilarakada oliorekin ipini zargatgin batean. Berakatzak urre kolorea hartzean, bota tiratan moztutako piper morroia. 2-3 minutu-tara bota bildotsaren gainera. Piper txorizero frijituak ere gehitu daitezke, azal barik eta tiratan moztuta. Probatu gatzez zelan dagoen eta mahaira.

IRASAGAR BILDOTSA

Ingredientes

Ehotutako piperbeltza
Azafrai apur bat
500 gramos irasagar
Tipula ertain bat
Bi berakatz atal
Salda, pastilla
Bildtos kilo bat, paletilla, zatitan moztua

Egiteko era

Okela zatiei soberan duten koipea kendu. Irasagarrak zuritu eta tamianaren arabera okelaren parte berdintsuetan banandu. Okela eta irasagarrak esprex ontzi batean sartu. Tipula eta berakatza ondo txikituta gehitu, baita piperrautsa, azafraia eta salda. Urez estali.

Ontziaren arabera, 15 edo 25 minutuz egosi. Tapa ekndu-takoan, samurra badago, laga su motelean egosten saltsa gutxitzeko. Bandeja batean zerbitu, okela erdian duela eta saltsa eta irasagarrak inguruan.

BILDOTS SALTSATXOA IDANBA BELTZEKIN

Osagaiak

Olio koilarakada
Tipula 2
700 gr. tomate
2 pipermin
2 usaindun iltze
Xehetutako berakatz atal 1
3 gr, de jengibre hauts
Koilaratxo bat gatz
Piperrauts apur bat
Kaiena piperrauts pixkat
200 gr. bildots koipe barik
200 gr. indaba beltz edo pinta
400 zl. okela salda konzentratu
Patata fekula koilarakada 1 edo chuñoa

Egiteko era

Egun bat aurretik, ipini beratzen indaba beltza.
Ontzi batean berotu olioa, ur koilarakada batzuekin. Gehitu tiuplak eta ondo estali. Laga egosten su motelean 20 minutuz.
Eman bueltak eta gehitu tomate geruza bat kipularen gainean.
Gainetik hautseztatu pipermina, iltzeak, berakatza, jengibrea eta kaiena. Egin gatza eta piperrautsa.
Gehitu okela eta indaba beltzak eta bota nahikoa salda osagai guztiak estaltzeko. Laga egosten 10 minututan zehar. Ipini tapa eta laga egosten 45 eta 60 minutu bitartean.
Itxaron bildotsa eta indaba samurtu arte.
Patata fekula ur hotzetan disolbatu, bota ontzian eta eraman sutara.
Laga egosten bost minututan saltsa loditu arte.
Arroz marroi egosiarekin zerbitzatu.

BILDOTSA KAZOLAN

Osagaiak
750 gr. bildots paletilla, hezur barik eta zatituta
Gatza, pipermina
Piperrauts koilaratxo bat
25 gr. gurin
Koilara bat olio
250 gr. tipula
Tomate helduak, kilo erdi
Jogurta, hiru koilara (nahi izanez gero)
Perrexil pikatua, koilara bat

Egiteko era
Bota okelari gatza, pipermina eta piperrautsa. Berotu gurina eta olioa kazola baten su bizian. Gehitu okelaren parte bat. Azkar salteatu, etara eta gorde berotan. Gauza bera egin gainontzekoarekin. Amaitzerakoan, frijitu olio berean tipula tiratan moztuta. Bingun dagoenean, gehitu tomateak, zurituta eta hazi barik; gehitu baita ere okela, bueltak eman eta irakin dezala. Ordu eta erdiz eduki behar da horrela. 20 minutu pasatutakoan, begiratu ea astiro irakiten duen eta erregulatu sua. Egosten amaitzen denean, probatu eta egokitu gatzaren aldetik, gehitu jogurta, hautseztatu gainetik perrexilarekin eta berotan zerbitzatu.

Plater honen ikutu berezia tomate saltsan eta piperrautsean dago. Jogurtan baretu egiten du, beraz nahi izanez gero erabili daiteke ala ez, norbere gustura.

BILDOTS TXILINDROIA

Osagaiak

6 kilo bildots, hezur eta guzti. Hobe da paparra eta iztarrak erabiltzea.

Adobatzea:
Berakatz buru bat
Gatz koilara bat
Kumino koilaratxo bat
Oregano koilaratxo bat
Ehotutako piperbeltz koilaratxo erdi

Gozatua:
Tipula kilo bat
Kilo erdi baratxuri-olio, ez pikantea
Perrexil eskutekada bat
Tomate heldu kilo bat, hazi barik
Ereinotz orri bat
Ron edo ardo litro bat

Egiteko era

Garbitu okela eta zatitu hezur eta guzti. Adobatu beharrezko osagaiekin eta bi ordutan horrela eduki, gutxienez, baina hobe egun bateteik bestera lagatzea, hozkailuan. Okela egiteko garaian, urreztatu 1/8 koipe berotan eta gero gehitu gozatzekoa (aliño). Laga okela astiro egiten bigundu arte, edo su ertainean ordu betez.

18 bildots bat, mila errezeta

BILDOTS ERREA DURAZNOEKIN

OSAGAIAK
Durazno orejoiak, Katilu eta erdi, gau osoan beratzen egon eta gero
Gurin koilarakada 2
Tipula ertain bat, fin-fin pikatua
Limoi bat ondo birrinduta edo railatuta
Perrexil koilarakada 2, fin pikatuta
Gatza eta piperbeltza, ehotu berri
Ehotutako espezieen koilaratxo erdiak
Arroz egosia, katilu erdi
Irabiatutako arrautza txiki bat
Bildots okela kilo bat, hezur barik eta zabaldua
Olio apur bat
Salda, katilu bat eta laurden
Arto fekula, 2-3 koilaratxo

EGITEKO ERA
Betegarria:
Duraznoak 10 minututan egosi, beratzen egon diren urean bertan. Egositakoan pikatu eta gorde ura. Gurina urtu eta frijitu tipula urreztatu arte. Kendu sutik eta limoi railatua, perrexila, gatza, piperbeltza, espezieak (nahastuta), arroza eta duraznoak gehitu, guztia arrautzarekin irabiatuz.
Bildots okela ohol baten gainean ipini eta aurreko emaitzarekin bete. Okela biribilean batu behar da, barrua ondo beteta dagoela ziurtatuta. Horretarako soka fin bat erabili.
Laberako kazola batean gorde, olio apur bat gainetik botata eta gatz apur batekin. 220 gradutan edui behar da (kalkulatu 25 minutu 450 gramoko). Bere saltsarekin busti behar da noiz behinka. Labetik ateratakoan, bero mantendu.

Saltsa:
Okelak askatutako zukua erabili eta duraznoak egosteko erabili den uraren katilu erdi, eta baita salda ere.
Gatza nahierara bota eta satsa arto fekularekin loditu.