

Pinchos morunos: la receta original

Escrito por Paloma -

Lunes, agosto 15, 2016



Una receta de origen árabe, procedente de la cocina del norte de África, donde se encuentran las lejanas y por desgracia casi siempre olvidadas Ceuta y Melilla, inmersas en el [Magreb](#) y con todas las influencias de la cultura de ese otro lado del Mediterráneo: **pinchos morunos**, con **carne picada de cordero**, marinada y especiada con un arte inevitablemente arraigado hasta convertirse en innato, consiguiendo la magia de sabores que solamente los países orientales saben hacer.

Esta receta la extraje de un pequeño libro que tengo en mi haber desde hace bastante tiempo. El libro trata de las especias y da algunas recetas sorprendentemente acertadas, reproducciones fieles a las auténticas y originales, sencillas y extremadamente sabrosas. Este es un claro ejemplo.

Pensé que sería bueno dar a conocer la receta desde la que después salieron los **pinchos morunos**, tal

como los conocemos en nuestro país, que derivaron adaptándose a la gastronomía y costumbres propias y que suelen ser de carne de cerdo, en trozos (no picada), previamente macerados con un mejunje al que nunca le falta el pimentón y que por fin son ensartados en los espetones de madera o de metal, que es lo que -a la postre- viene siendo la esencia de este plato: el pincho. Uno de estos días subo esta otra receta, para que tengamos la comparativa resultante de la evolución.

Es maravilloso constatar la diferencia de sabores y usos de las especias, dependiendo del país donde se emplean. Es alucinante el cambio que experimenta una receta a un lado y a otro del mismo mar... y es increíble que seamos tan brutos los seres humanos que no nos respetemos, ni nos admitamos como lados diferentes pero igualmente legítimos de un puzzle que solamente cuando unifica todas sus piezas tiene un sentido global de SER.

Basta ya de separatismos por culpa de religiones no compartidas, por culpa de costumbres ancestrales diferentes, de colores de piel, de idiomas, de razas, de guerras sinsentido. Todos somos caras diferentes del mismo existir. Todos caminamos bajo el mismo techo de estrellas, bajo el mismo sol, sobre la misma Tierra... Todos habitamos en ella, respiramos, sentimos, crecemos..

Ojalá algún día cada ser humano entienda que tal como permanece en pie a un lado del mar, podría ser él mismo quien aguardara sentado en el otro lado.

Mientras, disfrutemos de lo mucho que supone compartir la comida. Hoy: **pinchos morunos: la receta original, para ambos lados del Mediterráneo.**

Receta Pinchos morunos

Según la forma tradicional

Ingredientes (para unos 12 pinchos)

400 g de magro de cordero picado

1 [cebolla](#)

4 dientes de [ajo](#)

1 trozo de [jengibre](#)

1 ramillete de [cilantro](#)

El zumo de 1 [limón](#)

1 ramillete de menta fresca (atención: menta no es hierbabuena)

1 cucharadita de [cúrcuma](#)

1 huevo

25 g de harina de [garbanzos](#)

Aceite de [sésamo](#)

Sal

Preparación

Picamos el ajo, la cebolla, el jengibre, el cilantro y la menta.

Añadimos sal, el zumo de limón, la cúrcuma y la carne.

Mezclamos bien todos los ingredientes y los dejamos marinar durante un mínimo de 3 horas.

Pasado ese tiempo, escurrimos el líquido que haya quedado en el fondo del bol donde teníamos marinando la carne. Si nos es posible, la apretamos y dejamos que suelte toda la humedad que seamos capaces de extraer. Una vez veamos que ya está más seca, más consistente, añadimos el huevo y la harina de garbanzos.

Con las manos humedecidas de agua, formamos albóndigas alargadas con la carne y las insertamos en espetones de metal o de madera, dejando libre en ambos extremos un espacio de unos 3 centímetros. Después, untamos los pinchos de aceite con ayuda de un pincel y los colocamos sobre una parrilla de hierro untada también con un poco de aceite de sésamo. Cocinamos a temperatura media durante unos 30 minutos, girándolos y untándolos de nuevo con aceite cada 10 minutos (esta operación es muy importante hacerla así por dos razones: una, para que no se quede la carne pegada en la plancha, deshaciéndose el pincho; dos, para conseguir que se cocine bien la carne y quede hecha perfectamente por dentro).

Servimos los pinchos calientes, acompañados de unas guindillas picantes.

Nota: La receta original utiliza aceite de cacahuete. Lo busqué durante varios días y no fui capaz de encontrarlo. Lo sustituí por aceite de sésamo, pero bien se podría usar el de oliva o de girasol... En este caso doy por hecho que la diferencia queda solo en una sutil cuestión de gusto.

Consulta el artículo de “Nutrición y salud”: [Dieta mediterránea](#)

También te puede interesar:

Crema de judías

Salsa al pesto rojo

Las naranjas – Parte 2

PDF generado por
Kalin's PDF Creation Station