



# Cultural Newsletter

## Los prestiños

El pestiño es un postre o dulce cuya tradición proviene de España. Esta receta la introdujeron los españoles durante la época colonial (1492-1821) y se extendió a lo largo de latinoamérica.

En España se comen durante la Navidad o la Semana Santa. En Costa Rica se come durante todo el año y es popular encontrarlos en los restaurantes de comida típica y a largo de las carreteras, donde algunas familias los venden durante los fines de semana.

En algunas zonas de España se les llama borrachuelos u hojas de Canaria, Costa Rica, por ejemplo, se les conoce con el nombre de prestiños, buñuelos en México, chicharrones de harina en Argentina, hojaldras en Panamá y Colombia.

Esta receta consiste en una masa de harina de trigo, huevo y agua que se estira hasta obtener una lámina delgada, se fríen y luego se les agrega miel de tapa (tapa de dulce como se conoce en Costa Rica), producto obtenido de la caña de azúcar. En otros países los bañan con miel de maple, azúcar y miel de abeja.

Durante el siglo pasado eran muy populares para compartir en las reuniones familiares y actividades religiosas, pero con el pasar del tiempo se ha ido perdiendo la tradición y su elaboración. Lo exquisito de un prestiño es que al ser tan delgados tienen una textura muy crujiente. A continuación la receta:

### Ingredientes:

- ❖ 350 gramos de harina
- ❖ sal al gusto
- ❖ 1 huevo
- ❖ agua a temperatura ambiente, la necesaria para hacer la masa
- ❖ 1 tapa de dulce
- ❖ ¾ taza de agua
- ❖ aceite para freír

### Preparación:

1. En un tazón, mezcle la harina con una pizca de sal. Haga un hueco en el centro e incorpore el huevo y el agua necesaria para formar una masa. Amase bien, corte y forme bolitas. Colóquelas en una bandeja o en un plato y tape con plástico y refrigere por 3 horas.
2. Mientras tanto, en un olla, coloque el agua, la tapa de dulce y la sal. Deje que se derrita la tapa de dulce.

3. Cuando ya la masa reposó, estire la masa con sus manos para formar los prestiños. Puede humedecerlas con agua helada para que sea más fácil.
4. En un sartén, fría los prestiños en aceite caliente. Puede darles vuelta con un palillo de Madera. Escorra en papel toalla.
5. Sirva y disfrute con la miel de tapa de dulce.



¡A disfrutar!