



"Cocinando con la abuela Lucha" contribuye a la trasmisión de comidas típicas sefaradíes y la cultura como tal.

Con influencia turca, correntina, brasileña y judía compartimos al lector algunos de los sabores de nuestra abuela. Con su estilo jovial, divertido y original Lucha nos enseña los valores de la cultura sefaradí junto con frases, palabras, refranes e ingredientes que de no tenerlos "frescos" poco a poco se olvidan.

Uno de los principales objetivos es que sus delicias perpetúen en el tiempo y que su amor incondicional se transmita por generaciones.

Funes, Bárbara Jazmín
Funes, Cynthia Melina

(CO)CINANDO CON LA ABUELA LUCHA

COCINANDO CON LA **ABUELA LUCHA**



CRÉDITOS

Funes, Bárbara Jazmín
Redacción, edición y recopilación general

Funes, Cynthia Melina
Redacción, edición y recopilación general

Piñeiro Pearson Magdalena
Diseño de tapa e interior

COCINANDO CON LA
ABUELA LUCHA

DEDICATORIA

A la memoria de nuestra querida abuela,

Lucha Mazza de Funes.

Y a todas las abuelas y nietas del mundo que
tengan la oportunidad de disfrutarse compartiendo
la vida juntas.

ÍNDICE

Prólogo	10
Biografía	11
El origen sefaradí y su presencia en la provincia de Corrientes	13
Recetas Saladas:	
Panificados	16
-Rosca (Jalá)	18
-Plejtalej	19
-Caques	20
Ensaladas y picadas	22
-Ensalada de berenjenas	23
-Ensalada griega	24
-Tomates reinados (tomates rellenos)	25
-Tomates secos	27
-Hummus (puré de garbanzos)	28
-Puré de berenjenas	29
-Pepinos en salmuera (pepinitos en truyí)	30
Empanadas y calentitos	32
-Bohios de acelga	33
-Empanaditas de ricota	35
-Burrequitas de queso o de jandasho	36
-Burekas de papas (Ruth)	38
-Knishes de papa	39
-Pizzetas de berenjenas	41
-Pascualinitas de choclo	43
-Pascualinitas de acelga	44
-Lajmayin	45
-Jandasho	47
-Kibbeh	48
-Kibbeh al horno	50

Comidas	52
-Tortilla de puerros	53
-Tortilla de tomate o de zapallitos	54
-Albumiya (berenjena con carne y tomate al estilo izmir)	56
-Bahmias	57
-Cebollitas rellenas	59
-Iapraques	61
-Iapraques falsos	62
-Niños envueltos (Sarita)	63
-Ceviche	65
-Hamburguesas de pescado	66
-Iubech de pescado	67
-Bulgur	68
-Arroz a la turca (colorado)	69
-Soufflé de queso	71
-Agristada (mayonesa caliente)	72
-Salsa de champignones	74
 Pesaj	 76
-Sodra	77
-Mina de acelga	78
-Mina de carne	79
 Influencia Correntina	
-Chipá	82
-Sopa paraguaya	83

Cánticos de nuestra Abuela	86
Recetas Dulces	
Dulces:	90
“La magia en un piñonate”, por Lucha Funes	91
Turcos	94
-Rosquitas de naranja	96
-Azucarado de naranja	97
-Travados	98
-Schamalí	99
-Masitas de dulce y nuez	100
-Medialunas de nuez	102
-Medialunas de almendras	103
-Bizcochitos de alcohol	104
-Baklavá	105
-Gomitas de borrar	106
-Mogadó de sésamo (susán)	107
-Mogadó de almendras	108
-Ambrosía	110
-Bolitas de coco	111
-Piñonate	112
-Pastelitos de membrillo o batata	113
-Florentinos	114
-Damasquitos	115
-Damascos con almendras (en frasco)	116
-Mostachudos	117
-Morenitos	118
-Mamul	119
-Sharope	121
-Dulce de batatas	122
-Dulce de naranjas agrias	123
-Dulce de damascos (cocinados al sol)	124

Tortas	126
-Torta vienesa	127
-Torta de manzanas con nueces	129
-Torta de manzana	130
-Torta de ciruelas	132
-Torta de damasco	133
-Torta de queso	134
-Torta 1-2-3-4	135
-Torta de almendras (o nueces) y manzanas	136
-Torta de chocolate brasileña	138
-Torta de chocolate blanda	139
-Torta helada de chocolate	140
-Torta de ricota	141
-Torta de mandarinas	142
-Torta de coco	143
-Bizcochuelo	144
 Más dulces	146
-Mousse	147
-Mousse de chocolate	148
-Mousse fantasía	149
-Panqueques de moka-crepes	150
-Panqueques de avellana con helado de chocolate (6 personas)	151
-Flan	152
-Flan de coco	153
-Flan de limón	154
-Rosca de nuestras hijas	155
-Strudel	157
-Pave (Postre brasileño)	158
-Medialunas de manteca	159
-Copos de chocolate	160
-Bombones de chocolate con avellanas	161
-Sambayón	162

-Espuma de durazno	163
-Postre de frutillas	164
-Clafoutis de cereza	165
-Postre de nueces o almendras (soufflé)	166
-Soufflé de coco	167
-Pan de nuez	168
-Trufas de whisky	169
Otros	172
-Almíbar	173
-Caramelo	174
-Baño de chocolate	175
-Baño seco de chocolate	176
-Crema pastelera	177
-Crema de limón	178
Diccionario	180
Agradecimientos	184

PRÓLOGO

Pasan las generaciones y las costumbres quedan, se cambian o se transforman. Parte del sentido de este libro es poder dejar huella, marca, de lo que significó para nosotras el paso de nuestra querida abuela por nuestras vidas.

Este no es simplemente un libro de cocina en donde encontrarás cantidades de ingredientes, recetas y consejos útiles. Sino una invitación a empaparse en nuestra cultura sefaradí, en nuestros orígenes.

A que la cocina no sea sólo un tiempo dedicado en el día, una preparación en una olla, sino una forma de vivirla haciéndola parte de uno. Recordando en cada sabor el origen de lo nuestro, de la familia y de generaciones compartiendo esos placeres.

Descubrirás refranes, frases, canciones y un importantísimo diccionario que te acompañará a que cada receta sea vivida de una manera diferente, divertida y única.

“Lucha”, gran cocinera, cuentista, maestra de escuela y de la vida nos dejó este legado. Todavía recordamos llegar a su casa y ver la inmensa mesa ovalada repleta de sus delicias, que nos decían con el amor, el tiempo y la dedicación que habían sido preparadas. Pero no sólo eso, nos decía que la comida era mucho más que alimento... era unión, era familia y era el placer de compartir la vida juntos.

El armado de este libro nos transportó inmediatamente a sus brazos, a sus manos enharinadas y a la famosa cuchara de madera que se movía de un lado a otro en su cocina. Mujer apasionada, de párpados caídos y espíritu libre, esto es para vos! Disfrutalo!

Te adoramos,

Tus Nietitas queridas,

Cynthia y Barbie

BIOGRAFÍA

Luisa Mazza de Funes, "Lucha" (1928-2011)

Luisa Mazza -alias "Lucha"-nacida el 24 de enero de 1928 en el pueblo de Santo Tomé provincia de Corrientes, ubicada al nordeste de la República Argentina. Hija de Matilde Cohen proveniente de Turquía y de Isaac Mazza, oriundo de Bulgaria.

Según diversas fuentes ambas familias arribaron a la Argentina entre los años 1911 a 1915 huyendo de la primera guerra mundial. Isaac Mazza en un principio se asentó en el Brasil y luego se dirigió a la ciudad de Paso de los Libres; aunque finalmente realizó su vida en Santo Tomé donde conoció a Matilde Cohen.

Dado que la ciudad de Santo Tomé geográficamente es lindera con la ciudad de São Borja (Brasil) - ambas divididas por el río Uruguay - parte de los hijos de la pareja nacieron en la Argentina y otra parte en el Brasil. Lucha era la menor de 8 hermanos; Alberto, Jaime, Sara, Sofía, Salomón, Saúl (alias Cawaya) y Perla.

En su infancia disfrutó mucho de sus estudios, donde incluso relataba que la adelantaron un año escolar debido a su gran capacidad. Sin embargo, años más tarde reconoció que no había sido una decisión acertada ya que eso le produjo cierto distanciamiento con sus amistades de aquel entonces.

Disfrutaba relatar episodios de juegos con sus hermanos a la hora de la siesta ya que era el momento de hacer silencio, aunque dichas travesuras podrían terminar con fuertes enojos de su padre Isaac.

A la edad de 18 años se mudó a Buenos Aires para trabajar ya con el título de Maestra. Vivía con sus hermanas Sara y Perla en un departamento ubicado en la Av. Canning (actualmente Scalabrini Ortiz) en el barrio porteño de Palermo.

El 29 de Julio de 1950 contrajo matrimonio con Alberto Funes a sus 22 años de edad. La pareja se conoció por una presentación familiar. Hay datos que informan que a Alberto le habían arreglado el matrimonio con la hija de una familia muy reconocida, pero esa presentación no dió sus frutos y permitió que Lucha y Alberto se conozcan para vivir juntos el resto de sus vidas.

Los primeros meses de matrimonio vivieron en un hotel, lo cual era recordado como una travesura alegre y a su vez disfrutada con comodidad. Luego se mudaron a un departamento ubicado en la calle Charcas.

Fue madre a los 23 años de edad de su primer hija María Cristina nacida el 21 de octubre de 1951, luego nació Eduardo Raúl (alias Lalo) el 6 de febrero de 1953, y finalmente Mario Ricardo el 15 de diciembre de 1958, a sus 30 años de edad.

Más tarde la familia se mudó a otro departamento en la antigua calle Serrano, actualmente Jorge Luis Borges, ubicado en la Plaza Italia del barrio de Palermo.

Ha pasado momentos complicados cuando la empresa textil familiar de su marido cerró sus puertas. Don Benjamín (padre de Alberto Funes) tenía la fuerte convicción de preservar la importancia de su apellido, por lo cual decidieron pagar todas sus deudas vendiendo muchos de sus bienes. A su vez gran parte de la familia tuvo que salir a trabajar; en el caso de Lucha se empleó en la agencia de cambio de sus hermanos durante un tiempo.

Mujer apasionada e interesada por todas las manifestaciones del arte y la cultura, amante de los viajes, la lectura y anfitriona de eventos sociales organizados por ella misma. Dedicaba gran parte de sus días a estudiar y aprender de cine, literatura y religión; así como a su gran pasión: la cocina de origen sefardí.

Sus hijos la definen como una “gran mujer y extraordinaria madre”, así como “una persona extremadamente sociable”.

Su familia ha ido creciendo tanto que le ha permitido disfrutar en vida de sus 9 nietos: Luis, Felipe, Rodrigo, Alejandra, Tomás, Gonzalo, Martín, Cynthia y Bárbara. Como también de haber tenido la posibilidad de ser bisabuela de 5 bisnietos: Daniel, Fiorella, Salomón, Eliana y Millie, aunque al día de hoy la familia se sigue agrandando.

Falleció el 29 de abril del año 2011 habiendo atravesado una enfermedad a la cual le dió lucha haciéndole honor a su apodo. Sus hijos, nietos y bisnietos la recuerdan con gran cariño y afecto.

EL ORIGEN SEFARADÍ Y SU PRESENCIA EN CORRIENTES

El origen Sefaradí

La palabra “Sefarad” se utiliza para referirse a los judíos que se ubicaban en la península Ibérica hasta el edicto de expulsión en 1492. (“Por extensión se denomina sefaradíes a aquellas comunidades judías orientales que son herederas de los contenidos culturales y de las expresiones religiosas de los primeros”).¹ A su vez se utiliza el término para referirse a todas aquellas personas que tradicionalmente empleaban el ladino o judeo-español como vínculo de expresión, y a nivel coloquial el judezmo.

Durante el siglo XIX, el término sefardí se emplea además para designar a todo judío que no era de origen ashkenazí (judíos de origen alemán, centroeuropeo o ruso). En esta clasificación se incluía también a judíos de origen árabe, de Persia, Armenia, Georgia, Yemen e incluso India, quienes aparentemente no guardaban ningún vínculo con la cultura ibérica que distingue a los sefaradíes.

La presencia judía en Corrientes

Los primeros judíos sefarditas arribaron a Corrientes en 1894 con un tipo de inmigración no institucionalizada. Es decir que llegaron aislada e individualmente a la provincia, principalmente ubicándose en localidades cercanas al río Uruguay.

A su vez, (“en la primera década del siglo XX, se asentaron en la provincia las familias fundadoras de la comunidad, procedentes de Tetuán y de Alepo. Hacia la segunda década del siglo arribó un nuevo contingente que procedía de Turquía (Esmirna y Estambul), y de Jerusalén.”)² No debemos olvidarnos que el inicio de la primera guerra mundial fue un detonante inmediato de esta inmigración, compuesta por jóvenes que no deseaban ser reclutados para formar parte de las tropas otomanas.

¹ “Presencia judía en la Argentina”

² “CES (1992) Presencia Sefaradí en la Argentina. Buenos Aires, Argentina.

Algunos de los judíos sefaradíes se instalaron principalmente en las ciudades de Alvear, de La Cruz, en Paso de los Libres, Santo Tomé, Mercedes, Ituzaingó, San Roque, Curuzú Cuatiá, Bella Vista y en la ciudad capital.

Se conoce que la gran mayoría de los inmigrantes que se asentaron en dichas ciudades llegaron con capitales propios estableciéndose por lo general en los rubros de tienda, almacén, zapatería, ferretería, frutería, etc. Luego se incorporaron otros grupos pertenecientes a las antiguas colonias radicadas en Entre Ríos, Santa Fe, Buenos Aires o La Pampa.

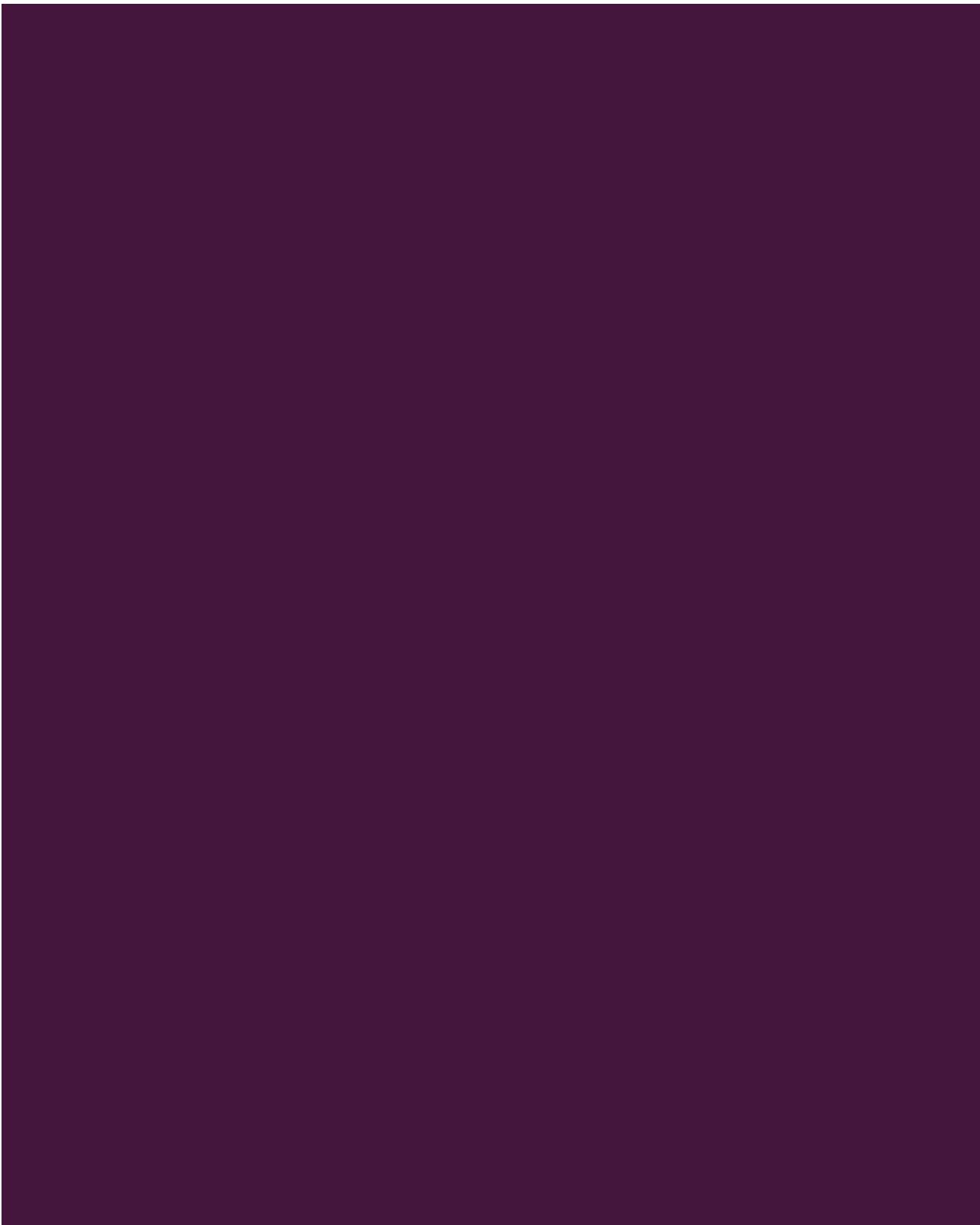
El 5 de abril de 1914 estos inmigrantes fundaron lo que fue la primera entidad judía organizada del Nordeste argentino y en 1928 se inauguró el templo de la calle Catamarca. Los sefaradim cuentan en Corrientes con un cementerio propio, y a su vez funcionó en la ciudad por largo tiempo un Talmud-Torá.

A partir de las décadas de 1930 y 1940 comenzó el flujo migratorio hacia Buenos Aires y actualmente los 120 miembros de la comunidad sefaradí constituyen un 25% o 30% de la colectividad judía correntina. Los distintos grupos de origen se han unificado en una sola institución, predominando además los matrimonios entre sefaradim y ashkenazim, así como también los matrimonios mixtos.

La familia Mazza se ha asentado en la ciudad de Santo Tomé, y la familia Funes en la ciudad de Paso de los Libres. Actualmente siguen viviendo allí familiares y amigos de ambas familias.

Fuentes:

<http://descubrircorrientes.com.ar/2012/index.php/geografia/-geografia-social/3110-geografia-de-las-religiones/presencia-judia-en-corrientes-y-participacion-politica/2394-presencia-judia-en-corrientes-y-participacion-politica>





panificados



**"IA KUMIMOS, IA VIVIMOS
Y AL DIÓ BINDICIMOS, QUE MOS DIÓ
Y MOS DARÁ PAN PARA KOMER,
PANYIOS PARA VISTIR Y ANYIOS PARA VIVIR"**

Traducción: "Ya comimos, ya bebimos y a
Dios bendecimos. Que nos dió y nos dará
pan para comer, paños para vestir y años
para vivir"

ROSCA JALÁ

INGREDIENTES

1 kg de harina
300 gr de azúcar
1 ½ vaso de agua tibia
1 vaso grande de aceite (marca Natura)
4 yemas + 1 huevo entero
50 gr de levadura
½ vaso de agua tibia
1 cucharada sopera de harina
1 cucharadita de té de azúcar
1 pizca de sal gruesa alrededor

PREPARACIÓN

En un bowl mezclar la harina, el azúcar, 1 ½ vaso de agua tibia, el vaso de aceite, las 4 yemas y el huevo entero.

En otro recipiente deshacer la levadura con ½ vaso de agua tibia, agregarle una cucharada sopera de harina y 1 cucharadita de azúcar. Una vez que se haya formado una crema espesa, taparlo por 5 o 10 minutos hasta que se haga globito.

Agregar la levadura a la mezcla y unir, incorporar más harina si es necesario. Amasar y hacer 2 o 3 trenzas, luego dejar levar alrededor de 2 hs.

Una vez leudadas, colocar la jalá en una asadera enmantecada y aceitada, y pintar con huevo y sésamo.

Calentar el horno a fuego fuerte 2 minutos y luego bajarlo a mediano. Cuando el horno esté caliente introducir las jalot y retirar una vez que estén doradas.





*ensaladas
y picadas*

ENSALADA GRIEGA

INGREDIENTES

Pepinos
Tomates
Queso de Cabra
Aceitunas Negras

PREPARACIÓN

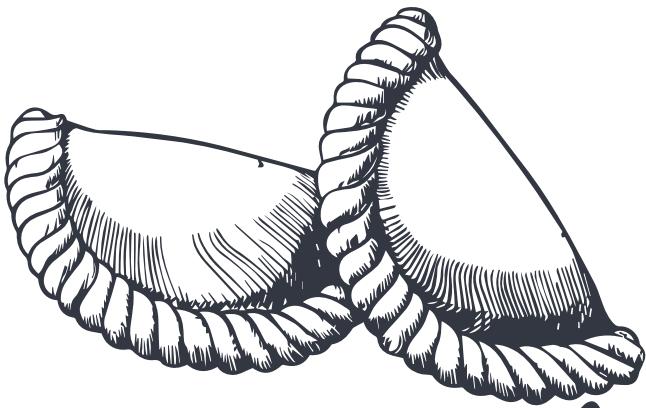
Cortar todos los ingredientes en cubitos y agregar vinagre, sal, aceite y pimienta.





Traducción: "Con salud".
Se utiliza en los brindis
o en la entrega de regalos.





*empanadas
y calentitos*

BOHIOS DE ACELGA

INGREDIENTES

Masa:

1 kg de harina 0000

Agua con sal (lo que entre)

Aceite común

Relleno:

3-4 atados de acelga

PREPARACIÓN

Mezclar la harina con el agua y la sal, amasar hasta que la misma comience a hacer ruido. Tengamos en cuenta que hay que amasar mucho.

Luego separar la masa en 4 bollos, colocarlos en un pailón y cubrirlos con aceite común. Taparlo con un papel film y dejarlo reposar en la heladera hasta el día siguiente.

Lavar bien los atados de acelga retirándoles el cabo blanco ya que trabajaremos solo con la hoja. Luego secarlos bien y cortar todo en tiras bien finas. Pasar la acelga ya cortada a un bowl grande, salar y espolvorear bastante queso rallado con un chorrito de aceite.

Retirar los bollos de la heladera y cortarlos en una mesada bien aceitada, luego estirar la masa hasta que quede bien fina. Si son dos cocineras pueden estirar cuidadosamente la masa en el aire.

Una vez bien fina untarla con aceite y espolvorear nuevamente con un poco de queso rallado.

Luego cortar la masa en tiras perpendiculares (a lo ancho) colocando un puñadito de la mezcla de la acelga en cada tira. Empezar a cerrar intentando que quede toda la mezcla dentro del mismo.

En una asadera aceitada colocar todos los bohios previamente apretados con la mano, finalmente espolvorear por encima el queso rallado.

Hornear a fuego fuerte hasta que se doren. En caliente inclinar la asadera para que drene todo el exceso de aceite.



⚠ ATENCIÓN:

Para servir se acompaña con medio huevo duro adentro (cuando se sirve de este modo se denomina "bohio con huevo jaminado")
Así como se hace de acelga puede hacerse con otros rellenos como jandrayo, queso, etc.