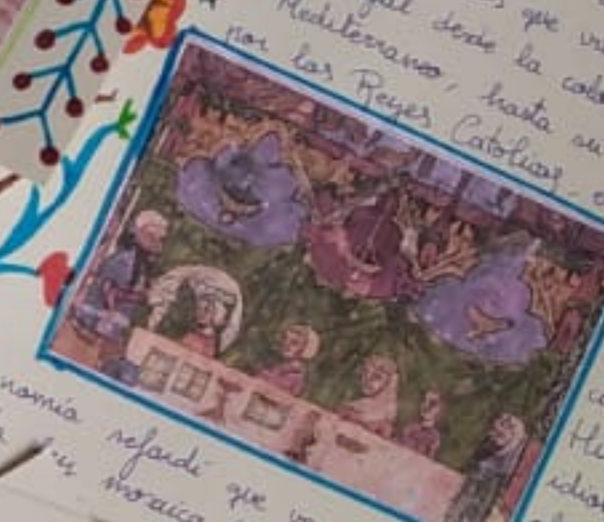
Cocina Medieval Extremeña

La historia de la cocina extremeña es la historia de la alimentación popular de las gentes que poblaron estas tierras, tanto del norte, como las del sur y el oeste.
La cocina extremeña es un ancestral legado romano, bárbaro, musulmán y sefardí, unido a lo que nos dejaron los cántabros, astures, leoneses y castellanos.

Musulmanes, judíos y cristianos convivieron en las principales ciudades de las Extremaduras, mezclándose tradiciones y costumbres, unos seguían el Corán, otros la Torá y el resto los Evangelios.
El encuentro y desencuentro culinario viene simbolizado por el cerdo y el cordero.
El cerdo, patrón de las mesas extremeñas, será despreciado por el Islam.
Los musulmanes comen carne de cordero, sacrificado ritualmente al amanecer, con la cabeza dirigida a la Meca, por una persona de religión.
Las gentes del Islam fueron respetuosas [illegible] la lengua, costumbres y modo de ser

de las judías y cristianas que gozaron del estatuto de protegidos del Islam.
Tal clima de tolerancia se aplicó a la raza del cerdo ibérico que [illegible] siendo criado en las mismas zonas que época romana y visigoda.
Protegido, pues, el cerdo, por la tolerancia del Islam y más tarde por las reglamentaciones medievales de los Concejos extremeños acerca de la protección de las extensas dehesas de encinas y alcornoques plagadas de bellotas.
Las gentes del Islam introdujeron en estas tierras platos de tradición mudéjar como:
Lobo de río en pan
[illegible] obladura de ternera con higos pasas
[illegible]chas
[illegible]ndongo
[illegible]capuche de tencas
[illegible], rellenas
[illegible]es de verduras
[illegible] de Alfajor
[illegible]cula

La palabra S[illegible] en lengua hebrea [illegible] Ibérica.
Sefardí es el desc[illegible] hispano-lusos que vivieron [illegible] Portugal desde la coloniz[illegible] Mediterráneo, hasta su exp[illegible] por los Reyes Católicos, en [illegible]



[illegible] la cultu[illegible] Hispan[illegible] idioma el ladin[illegible] [illegible]nomía sefardí que va ligada a la práctica [illegible] [illegible] una [illegible] la [illegible] mosaica (la ley de Moisés) [illegible] la Torá, que estipulan leyes [illegible] [illegible]s y cómo deben ser alimentos [illegible] consumidas [illegible] hebreas (judías).
[illegible]ladiés suelen ser laboriosas [illegible] de la conexión del [illegible]

Téula
Ingredientes

Puchas
Ingredientes

Escarapu[illegible]
Ingredientes

Cojondongo
Ingredientes

Lobo de río en pan
Ingredientes

Dobladura de Ternera con higos pasos
Ingredientes

Hígado de Guadalupe.
Ingredientes