

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

PLANTEL "VILLAFLORES"



"COCINA ESPAÑOLA: HISTORIA DE LA PAELLA"

ALUMNA: DANIA BELÉN LÓPEZ MORALES.

CATEDRÁTICA: MARLIS TECO RUIZ.

MATERIA: COCINA ESPAÑOLA.

SEMESTRE: 6°

VILLAFLORES, CHIAPAS A 14 DE JUNIO DEL 2021

La Paella surge en las zonas rurales de Valencia entre los siglos XV y XVI, **por la necesidad de los campesinos y pastores de una comida fácil de preparar** y con los ingredientes que tenían a mano en el campo. Siempre la comían por la tarde.

En sus orígenes **los ingredientes de la paella eran, las aves, el conejo de campo o liebre, las verduras frescas** que se tuvieran al alcance, arroz, azafrán y aceite de oliva que se mezclaban en la paella con el agua y se cocinaban lentamente a un fuego efectuado con leña de ramas de naranjos, que al mismo tiempo dan sabor y un olor característico.

En el Levante español, cuentan una historia que data de la Guerra de la Independencia acerca de un general francés, una paella y una mujer que la hacía. El general francés estaba tan impresionado por la mencionada paella que hicieron un trato: **por cada nuevo plato de arroz, el general liberaría a un prisionero español**. La mujer puso en marcha su imaginación y una gran capacidad de improvisación y cada día le hacía una paella diferente. Cuentan que consiguió liberar a 176 prisioneros.

La paella es uno de esos platos que admite prácticamente cualquier ingrediente, cada *maestrillo* utiliza el que más le gusta y nunca hay una paella igual a otra. **No existe una receta que unifique la gran variedad de posibilidades de este plato.**

Los campesinos utilizaban los caracoles que encontraban en el campo, la paella valenciana puede incluir también conejo, pato, pollo, carne, tomates, frijoles, pimientos, calabacín y cebollas. El azafrán fue agregado para dar el plato más sabor y la aroma.

Son muchos los que las prefieren de pescados y mariscos e incluso mixtas, paellas secas, arroces caldosos, este plato admite cualquier combinación.

Como se dice en la Comunidad Valenciana. Porque 'paellera" sería la mujer encargada de cocinarla y no el recipiente donde se cocina. En Valencia, a la

sartén se le llama 'paella', de ahí viene el nombre del plato más famoso de la cocina española. Aunque la Real Academia Española de la Lengua admite ambas acepciones.

En resumen, la paella, no es más que una sartén, normalmente realizada en acero pulido, a la que se le ha quitado el mango y en su lugar se le ha fijado dos asas para que soporte el peso del guiso. Ha de ser de un diámetro mínimo de unos 22 cm. y no muy honda, con unos bordes de 5 a 10 cm., dependiendo de su diámetro.

Teóricamente **cada paella está dimensionada para una cantidad de arroz**, aunque las dimensiones varían mucho según el gusto o forma de elaborar las paellas de cada cocinero. Tradicionalmente la paella se comía, y se come, en el mismo recipiente en que se cocinaba. Todo para ahorrar trabajo.