
Recetas de Pioneros

Los pioneros que vivieron hace mucho tiempo comían cenas muy sencillas. Tenían que usar los alimentos frescos antes de que éstos se echaran a perder. Muchas familias de Elgin cultivaban sus propias frutas y verduras y tenían una vaca y gallinas que les daban leche y huevos. Visitar una tienda no era fácil. Algunas familias vivían muy lejos de la ciudad. Prueba estas recetas y para que veas cómo era comer como un pionero.

Los pioneros usaban vinagre y especias para preservar las verduras y hacerlas durar más. Los encurtidos son pepinos que se han conservado en vinagre. Prueba esta receta fácil para hacer tus propios pepinillos crujientes.

Refrigerator Pickles

- 1 1/2 tazas de agua
- 3 cucharadas de vinagre blanco o vinagre de manzana
- 1 1/2 cucharadas de sal kosher, marina o encurtida (no sal de mesa yodada)
- 2 cucharaditas de granos de pimienta negrat
- 5 dientes de ajo pelados
- 6 ramitas grandes de eneldo fresco (opcional)
- 1 hoja de laurel (opcional)
- 1/2 cucharadita de hojuelas de pimienta rojo triturado, o más / menos al gusto (opcional)
- 1 pepino grande, cortado en rodajas o palitos

Agrega el agua, el vinagre, la sal, los granos de pimienta, el ajo, el eneldo y la hoja de laurel a un frasco de vidrio de 1 cuarto de galón y revuelve para combinar. Agrega los pepinos en rodajas al frasco. Coloca la tapa en el frasco y agita para combinar. Refrigerera por 1-2 días antes de comer. Los encurtidos se mantendrán en un recipiente sellado en el refrigerador hasta por 1 semana.



Los pioneros comían mucho maíz porque era fácil de cultivar. También era fácil de moler para hacer harina. Moler harina de trigo era mas difícil. Muchas recetas usaban harina de maíz. Con un adulto, haz esta receta fácil para un panqueque de harina de maíz que se puede comer con jarabe y mantequilla.

Johnnycakes

- 3/4 taza de leche
- 1 taza de agua
- 2 huevos batidos
- 2 cucharadas de aceite vegetal
- 1 cucharadita de sal
- 2 tazas de harina de maíz amarilla
- 2 cucharaditas de azúcar

Combina la leche, el agua, los huevos, el aceite y la sal en un tazón. Agrega harina de maíz y azúcar; mezcla bien. Coloca una cucharada colmada sobre una plancha o sartén engrasada y caliente. Frie por cada lado hasta que estén doradas, aproximadamente 2 minutos.

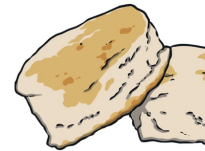


Por supuesto, a los pioneros también les gustaba hornear con harina. Una de las primeras edificaciones de Elgin fue un molino para moler el trigo en harina. Estaba justo en el río Fox y utilizaba la energía del agua para movilizar las piedras de moler.

Bisquets

- 2 1/4 tazas de harina
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharada de azúcar
- 1/3 taza de manteca o mantequilla
- 1 cucharada de levadura en polvo
- 1 taza de leche

Precalienta el horno a 425°F. Engrasa una bandeja o charola para hornear. Agrega la harina, el polvo de hornear, la sal y el azúcar a un tazón y mezcla. Corta la manteca / mantequilla hasta que la masa se asemeje a migajas gruesas. Agrega la mitad de la leche y mezcla. Agrega la leche restante y mezcla nuevamente. Coloca sobre una superficie espolvoreada con harina y aplana con un rodillo suavemente 15-20 veces. Aplana la masa hasta que tenga aproximadamente media pulgada de grosor. Corta los bisquets con un cortador redondo o con un vaso al revés. Coloca las piezas sobre una bandeja para hornear previamente engrasada y hornea a 425 grados durante 13-15 minutos. Unta mantequilla sobre cada bisquet con una brocha a medida que salen del horno.



A veces los pioneros tenían que ser muy creativos porque se les acababan los suministros y no había tiendas cerca. Si conoces a un adulto a quien le gusta el café, dile que no se preocupe si se le termina. Aquí hay una receta que pueden preparar.

Sustituto de café

- 1 cubo pequeño de bellotas maduras (¡hay un gran roble en Lords Park!)
- Un poco de grasa de tocino

Revisa las bellotas en busca de agujeros de gusanos. Tira a los que no pasen la prueba. Hervir en un sartén con agua durante 30 minutos. Esto ayuda a que se desprege la cubierta exterior. Pela las bellotas y tira las cáscaras. Fríe las bellotas en un sartén con la grasa del tocino. Una vez que estén fritas y se hayan enfriado, pásalas por el molinillo de café y prepáralas con agua caliente. ¡Delicioso!



Si a tu adulto le gusta el café con crema, pero también se le ha terminado, hazle saber que también hay una manera de solucionarlo.

Pueden tomar la clara de un huevo, batirla hasta que esté espumosa, agregar un poco de mantequilla y luego vertir en el café. ¡Problema resuelto!