

## La cocina única de Túnez: un festín de sabores en el norte de África

La ubicación de Túnez en la punta norte de África, junto al Mediterráneo y cerca de Italia, hace que su cocina sea una maravillosa fusión de sabores. Tomemos, por ejemplo, el harissa, que se elabora tradicionalmente con chiles secados al sol y ahumados, machacados con comino y muchas otras especias, y luego empapados en aceite para obtener un condimento picante realmente brillante. Me encanta agregarlo a la fricasé tunecina, que es un sándwich hecho con pan frito profundamente, relleno de atún, aceitunas, huevos duros y papas. Aunque el harissa es quizás el ingrediente tunecino que más utilizo, la comida de este país abarca mucho más, y es un mundo de sabor del que no puedo dejar de explorar.

### Houria con huevos y salsa de cilantro (imagen superior)

Este plato tunecino muy popular es básicamente una ensalada de zanahoria machacada, pero eso subestima lo que entrega en términos de sabor. El harissa es una constante, pero las guarniciones varían: los huevos duros funcionan muy bien, así como los trozos de queso feta ácido o el atún enlatado de buena calidad. Una vez hecho, el houria se mantendrá en la nevera durante un día o dos y, de hecho, mejorará en sabor, lo que le da un poco más de tiempo para experimentar.

Tiempo de preparación **5 min**

Tiempo de cocción **40 min**

Sirve **4-6**

#### Sal marina fina

**1kg de zanahorias** , recortadas, peladas y cortadas en trozos de 2-3 cm

**1 cucharada de harissa roja**

**75ml de aceite de oliva**

**4 cucharaditas de vinagre de sidra**

**2 dientes pequeños de ajo** , sin pelar y majados

**1½ cucharadita de comino en polvo** , molido groseramente en un mortero

**2 huevos**

**2 cucharadas (5g) de hojas de cilantro picadas**

**10 aceitunas verdes sin hueso**

Hervir una olla mediana de agua salada (agregue aproximadamente una cucharada de sal por cada litro de agua), agregar las zanahorias y hervir durante 30 minutos, hasta que estén cocidas y fáciles de desmenuzar. Escurrir, devolver a la olla y dejar que se sequen al vapor durante aproximadamente 10 minutos. Usando un machacador de papas o un tenedor, desmenuzar las zanahorias hasta obtener una pasta gruesa, luego incorporar la harissa, tres cucharadas de aceite, una cucharada de vinagre, media cucharadita de ajo, media cucharadita de comino en polvo y una cucharadita y tres cuartos de sal. Transferir a un tazón y dejar enfriar a temperatura ambiente (o, si lo está preparando con anticipación, cubrir y almacenar en el refrigerador).

Mientras tanto, hierva una pequeña olla de agua. Gentilmente coloque los huevos, hierva durante ocho minutos, luego escurra y enjuague bajo agua fría corriente hasta que estén fríos. Pelar los huevos y cortarlos en cuartos.

Ahora, para la salsa. En un tazón pequeño, mezcle las hojas de cilantro picadas con el vinagre

restante, dos cucharadas de aceite, el diente de ajo restante y una cuarta cucharadita de sal. Para servir, transfiera la mezcla de zanahorias a un plato hondo y use la parte posterior de una cuchara grande para hacer un hueco en el medio. Decore con los trozos de huevo y las aceitunas, luego rocíe la salsa de cilantro por encima. Espolvoree el comino restante y sirva.

## Pastelitos salados especiados tunecinos

Pastelitos salados especiados tunecinos de Yotam Ottolenghi.

Mi receta original para esto incluyó instrucciones sobre cómo hacer la pasta desde cero, pero hoy en día estoy mucho más inclinado simplemente a alcanzar algunas hojas de pasta filo. Si desea prescindir de la pasta por completo, el relleno es delicioso solo con arroz o trigo bulgur.

Tiempo de preparación **25 min**

Tiempo de cocción **35 min**

Sirve **8**

**1 cebolla** , pelada y cortada en cuartos (180g)

**1 gran zanahoria** , pelada y cortada en trozos (100g)

**2 tallos de apio grandes** , cortados en trozos (100g)

**50g de tallos de cilantro fresco** , hojas y tallos tiernos picados

**6 cucharadas de aceite de oliva**

**1 cucharadita de comino molido**

**1 cucharadita de coriandro molido**

**1½ cucharadas de pasta de tomate**

**2 cucharadas de harissa roja**

**1 tomate mediano** , rallado groseramente (deseche la piel)

**Sal marina fina**

**1 cucharada de jugo de limón**

**100g de atún enlatado** (opcional)

**30g de aceitunas negras sin hueso** , picadas

**4 hojas de pasta filo** , cada una cortada en 2 rectángulos de 15cm x 20cm (es decir, 8 en total)

Coloque la cebolla, la zanahoria, el apio y el cilantro en una procesadora de alimentos y pulse hasta obtener una pasta gruesa.

Ponga la mitad del aceite en una sartén grande a fuego medio-alto, agregue la pasta de verduras y fría, revolviendo ocasionalmente, durante 15 minutos, hasta que las verduras estén suaves y no quede líquido en la sartén. Agregue las especias, la pasta de tomate, la harissa, el tomate rallado, una tercera parte de una cucharadita de sal y 90 ml de agua, cocine a fuego lento durante cinco minutos más, hasta que la pasta roja suave comience a caramelizarse, luego retire del fuego. Una vez que la mezcla se enfríe a temperatura ambiente, incorpore el jugo de limón, el atún (si usa) y las aceitunas.

Coloque una hoja de pasta filo en una superficie enharinada y extienda 55 g de relleno sobre la mitad superior de la hoja de pasta rectangular, comenzando desde uno de los bordes cortos y manteniendo un borde claro de 1 cm todo alrededor hasta que la mitad de la pasta esté uniformemente cubierta. Cepille el borde con aceite, doble la pasta sin relleno sobre el relleno para envolverlo, luego presione suavemente los bordes para sellar (para hacer porciones más pequeñas, ponga el relleno en solo una tercera parte de la pasta, luego dóblela en tres, como una carta). Cepille la pasta por todas partes con más aceite, luego reserve y repita con la pasta y el relleno restantes.

Ponga dos cucharaditas de aceite en una sartén grande y no adherente a fuego medio. Una vez que esté caliente, fría dos o tres pasteles a la vez durante dos minutos por cada lado, hasta que estén dorados por todos lados, luego colóquelos en un horno a baja temperatura para mantenerlos calientes mientras fríe los pasteles restantes, agregando más aceite según sea necesario. Sirva de inmediato mientras los pasteles aún estén calientes.

Descubra esta receita y muchas más de Yotam y sus chefs favoritos en la nueva aplicación Guardian Feast, con características inteligentes que hacen que la cocina diaria sea más fácil y divertida.

## Gareth Southgate: O paradoxo do treinador inglês

Existe uma expressão alemã para isso: *der Briefcasetrainerparadigm*. Embora não exista uma palavra exata **giros grátis galera bet** alemão, o conceito de como definir ou escalar o sucesso é bastante atual à medida que Gareth Southgate prepara a **giros grátis galera bet** equipe para enfrentar a Suíça no sábado à noite **giros grátis galera bet** Düsseldorf.

Gareth Southgate está no centro das críticas, apesar de levar a Inglaterra a quatro torneios seguidos nas últimas oito anos. [pagbet baixar apk](#)

Isso passou despercebido no caos da vitória da Inglaterra sobre a Eslováquia no fim de semana passado **giros grátis galera bet** Gelsenkirchen. Mas aqui está um fato que muitas pessoas acham profundamente desagradável, mesmo impossível, mas que continua demonstravelmente verdadeiro. Independentemente do que aconteça contra a Suíça, Southgate é o treinador mais consistentemente bem-sucedido que a Inglaterra já teve. Provavelmente, **giros grátis galera bet** resultados, Southgate é o maior.

Espera! Volte! Ninguém está a afirmar que a Inglaterra tenha sido alguma coisa além do horrível nestes Euros. As escolhas do treinador têm sido um desastre. O meio-campo está desequilibrado de forma cômica. A Inglaterra tem parecido um time a tentar jogar futebol com uma granada alemã inexplodida. Os adversários mais difíceis irão arrancá-los aos pedaços jogando assim.

Mas o fato mais amplo permanece: o time de Southgate tem revertido dois quartos-finais, uma meia-final e uma final. Nos últimos seis anos, o time da Inglaterra de Southgate tem vencido sete jogos de eliminatórias de torneios. Antes de Southgate, a Inglaterra havia vencido seis jogos de eliminatórias de torneios **giros grátis galera bet** meio século. Este é o período mais longo de sucesso na história da equipe masculina de futebol da Inglaterra.

Retirando os óculos de Gareth por um momento, ele ainda precisa de chegar a mais uma final para realmente estabelecer isso. Alf Ramsey ganhou uma delas, embora com um vento favorável (lineman soviético equivocado **giros grátis galera bet** penalidades, escolha sua),

Alf Ramsey ganhou uma delas, embora com um vento favorável (lineman soviético equivocado **giros grátis galera bet** penalidades, escolha sua), então novamente Ramsey também falhou **giros grátis galera bet** se qualificar para a Copa do Mundo de 1974 e estagnou na primeira fase da Copa do Mundo do México.

Independentemente do que acontecer agora, Southgate pode sair como o único treinador da Inglaterra que nunca abertamente atrapalhou um torneio enquanto se aprofundava ineditamente **giros grátis galera bet** quatro seguidos.

Sim, isso parece estranho louvar Southgate como o GOAT. Em parte porque a coisa à frente de si só parece boa quando ela já está fora. Mas também porque há um caso muito bom de que Southgate não é mesmo um bom treinador, que ele falha no assunto tático durante o jogo, que ele iria se desintegrar no futebol de elite do clube.

Isso pode ser verdade. Mas reflete duas coisas importantes. Primeiro, o que um trabalho desorganizado foi o processo de contratação e manutenção do treinador da Inglaterra ao longo dos anos.

Imagine se Terry Venables tivesse recebido quatro torneios, os que Glenn Hoddle e Graham Taylor tiveram de cada lado dele. Imagine se a FA tivesse contratado o Venables **giros grátis galera bet** primeiro lugar, ou o Brian Clough, ou (oh sim) o Mourinho tóxico do supernova.

E segundo, isso lhe diz o que um trabalho fundamentalmente estranho é ser treinador da Inglaterra, como é vital a cultura e o liderança.

Southgate é muito bom nisso. Ele gerencia o iceberg submerso de estranheza fora dos dias de

jogo de tal forma que esquecemos que mesmo está lá. Isso, juntamente com uma boa safra de jogadores, tem sido o suficiente para chegar mais longe do que qualquer outro além de 1966.

É, claro, necessário passar pelos argumentos contra.

Será dito que Southgate simplesmente tem os melhores jogadores, que a Inglaterra tem talento que é invejável do mundo, que ele tem realmente estado contendo esses leões dourados todo este tempo. A Brasil admira Conor Gallagher **giros grátis galera bet** êxtase. A França anseia por seu próprio Jordan Henderson. Os Países Baixos podem apenas desejar um Jesse Lingard.

Isso pode fazer sentido se você não tiver nenhum conhecimento de outras nações ou tiver engolido inteiramente o plano de marketing da Premier League. A realidade é que a Inglaterra sempre teve bons jogadores. Southgate criou um ambiente **giros grátis galera bet** que eles pudessem florescer e fez isso levando Ashley Young, Eric Dier e Harry Maguire ao longo do caminho. Isso é o que a boa gestão se parece.

Gareth Southgate está no centro das críticas, apesar de levar a Inglaterra a quatro torneios seguidos nas últimas oito anos. [pagbet baixar apk](#)

Então, **giros grátis galera bet** vez disso, ouviremos que Southgate simplesmente teve sorte, todo o tempo, por oito anos. É verdade que a Inglaterra ainda está neste torneio por sorte. Assistir a eles jogar tem sido dolorosamente desconfortável, o esporte espectador reimaginado como um tipo de punição.

Mas talvez, apenas talvez, Southgate esteja caindo **giros grátis galera bet** alguma sorte de um bom trabalho sólido de oito anos.

A Inglaterra continuou tentando quando eles poderiam ter se desintegrado. Algo fez isso acontecer. A sorte acaba. Mas ela não chega **giros grátis galera bet** vácuo.

É neste ponto que o paradoxo de Southgate realmente dá um pontapé. Você pode discordar e picar no acima. Mas não há sentido lógico **giros grátis galera bet** que o recorde de Southgate possa ser considerado um fracasso abjecto, ou uma farsa, ou uma fonte constante de frustração - ao menos não por alguém com poderes de raciocínio semi-funcionais.

E, no entanto, isso é realmente o que está a acontecer lá fora. No momento, Southgate é provavelmente a pessoa mais irritante do país, o objeto de desprezo incontrolado. Um homem de meia-idade poderia dizer coisas sem graça **giros grátis galera bet** um painel de sexta-feira à noite na , então apenas jogar "Gareth Southgate" no final e a plateia falsa riria às gargalhadas. A hostilidade é tão profunda que pode vir a definir o tempo de Southgate como treinador da Inglaterra, que também envolveu - apenas como um subtexto - ser o melhor treinador dos últimos 50 anos. Viva, Inglaterra. Você faz você mesma.

De onde vem essa raiva, essa convicção incontrolável de que a Inglaterra sob Southgate tenha sido uma humilhação nacional contínua?

A raiva **giros grátis galera bet** relação a Gareth Southgate pode ser parcialmente devido ao cansaço do público com faces e vozes familiares. [pagbet baixar apk](#) [pagbet baixar apk](#)

Mais óbvio, as pessoas ficam entediadas com as mesmas faces e vozes. Há um reflexo para se queixar. A vida é frágil e difícil. As pessoas precisam de um lugar para descarregar a **giros grátis galera bet** raiva.

Além disso, isso tornou-se uma corrida para o fundo na mídia. Bater **giros grátis galera bet** Southgate é cliques. E a mídia não são mais Nigel Cakebread do Weekly Daily, dando-lhe direito todas as quintas-feiras. O ciclo de notícias atinge de todos os lados, uma batalha entre comentaristas para se tornar viral, para produzir a denúncia perfeitamente clipável, aparentemente espontânea.

O ex-astro internacional e celebridade Gary Sprockington chamou você de "div" no podcast de classe mundial Soccer Opinion Laughing, classificado **giros grátis galera bet** terceiro lugar. A totalidade do meio-campo do Blackburn Rovers de 1995-96 está pedindo que Southgate seja atirado com frutas cítricas. Lionel2475Luvmykids chamou Harry Kane de "nonz" 300 vezes nas últimas 24 horas.

Isso é o ambiente **giros grátis galera bet** que Southgate está falando. As mídias são pessoas com quem ele costumava jogar. Celebidades muito acessíveis podem falar do ar como deuses diretamente para seus seguidores, que amplificarão essas opiniões personalizadas como "apenas dizendo como é" (enquanto monetizam inteligentemente um podcast).

E há algo muito distinto, muito agora, muito Inglaterra sobre como essa raiva flutuante expressa a si mesma. O grito é sempre por uma soltura, uma desmascaramento. A conversa é sempre sobre traição, sobre uma espada deixada dormindo na pedra. Estamos confinados por elites, por poderes despreocupados, por homens de ternos.

Southgate encaixa essa dinâmica porque é cauteloso e controlador. Ele encaixa porque da forma como ele se parece, o estilo do diretor de escola desajeitado. A política não ajuda. Ele será Woke-gate para alguns, mesmo que ele não seja mais tão acordado do que isso. Southgate fala **giros grátis galera bet** palavras. Ele não ROARA. Ele não surge ou se liberta. Ele lê o medidor e tira a lixeira.

De muitas maneiras, ele está preso, incapaz de fazer outra coisa além de seguir o curso. Em parte, essas restrições são suas próprias limitações. Os chamados para soltar, atacar, deixar cair os cães de Gareth coincidiram com um grau de confusão neste torneio.

Southgate também está preso pelas experiências que a Inglaterra lhe deu, não apenas uma falta de laterais esquerdos e meio-campistas, mas **giros grátis galera bet** própria gama de experiência.

No final, o esporte internacional é uma prova de um sistema e de uma cultura. Um tático de elite poderia ter reconfigurado um meio-campo inferior da Inglaterra para resistir a Luka Modric e Ivan Rakitic **giros grátis galera bet** 2024.

Mas não há táticos ingleses de elite. Nunca houve uma escola de sucesso de treinamento inglês. O último treinador inglês a ganhar a liga inglesa foi o futebol direto de Howard Wilkinson. Isso é o que a Inglaterra tem Southgate. Isso é o que a Inglaterra tem jogadores que prosperam **giros grátis galera bet** funções definidas, por que os pregos são quadrados, não redondos. Bradar para o único treinador dos últimos 50 anos para descobrir uma maneira de enganar isso; bem, isso definitivamente é uma maneira de tentar consertá-lo.

Onde isso deixa a atual iteração antes de Düsseldorf no sábado? A Suíça é uma equipe tecnicamente sólida e bem organizada. A Inglaterra também tem bons jogadores. Eles têm a capacidade de chegar a uma terceira semifinal **giros grátis galera bet** seis anos se o humor e a forma estiverem certos.

Há sido falado de um shift para uma defesa de três, o que faz sentido se apenas para reequilibrar o coração da equipe, para furar outro jogador defensivamente orientado nos locais controladores, para dar aos jogadores criativos uma base sólida para funcionar.

Muito dependerá de como a Inglaterra começa, de como a equipe se sente sobre si mesma após quatro jogos difíceis. E, como de costume, o barulho será um fator.

Outro paradoxo: a energia tóxica ao redor de Southgate é mais evidência de que ele fez um bom trabalho. Isso é o que você tem que lutar, o que você tem que engolir.

Imagine tentar fazer o trabalho com tudo aquilo acontecendo. Imagine fazer isso tão bem quanto ninguém já fez, enquanto também é dito constantemente que você é uma farsa e um homem de terno, que você é, de fato, o problema. Um treinador que entrou falando sobre libertar os jogadores do

---

#### Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: giros grátis galera bet

Palavras-chave: **giros grátis galera bet - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-26