

**Nombre común:** Galangal

**Nombre científico:** *Alpinia Galangal*

**Familia:** *Zingiberaceae*



Rizoma familia del jengibre y la cúrcuma. Su sabor es más dulce y aromático en comparación con el jengibre, sin embargo, es menos jugoso. Su textura es más densa y su color más claro. Se cree que nació – o se sitúan datos sobre él- en el antiguo Egipto donde se utilizaba con propósito de fumigación. Actualmente el galangal es usado en las cocinas tailandesas principalmente. Esto se debe a su gran aporte a la salud del sistema digestivo, efectos relajantes y antioxidantes. En Puerto Rico no es muy común su uso, sin embargo, cada vez más se practica su siembra y comienza a ser parte de las conversaciones culinarias y medicinales de nuestro Archipiélago.

## ¿Qué hacer con el Galangal?

### Pasta de Curry

Ingredientes	Cantidad
Tallos de cilantro	1 oz
Semillas de cilantro	1 cucharadita
Comino	1/2 cucharadita
Pimienta entera	1/2 cucharadita
Ajo	1/4 taza
Shallots	1/4 taza
Pimiento serrano	1 oz
Limoncillo	3 oz
Limón	2 oz
Galangal	1.5 cucharadita
Pasta de camarones	2 cucharaditas
Sal	1 cucharadita

**Proceso:**

- Tostar las semillas de cilantro y los granos de pimienta en un sartén, sin aceite hasta que estén doradas y aromáticas. Sacarlas a un plato y dejarlas enfriar.
- Cortar los shallots, limoncillo, galangal, y tallos de cilantro en pedazos pequeños.
- Moler las semillas de cilantro y los granos de pimienta en un mortero o una alternativa puede ser a través de un molino de café hasta obtener un polvo.
- Coloca las especias en un mortero, limoncillo, galangal y machacar hasta que las fibras se suavicen.
- Añade sal, ajo, ralladura de limón, tallos de cilantro y la pasta de camarones y vuelve a machacar.
- Añade los chiles y continúa machacando hasta obtener una pasta.