

### Motlle de fer Penades ...

Alimento muy antiguo cuyo origen se disputan las comunidades judías, musulmanas y cristianas de la cuenca mediterránea, aunque se sabe que los romanos ya hacían unos panes rellenos con huevo, para celebrar su **Pascua**.

Durante el medioevo castellano, eran habituales las empanadas en sus múltiples versiones de carne o de pescado, estas últimas durante la época de **Cuaresma**.

La empanada europea se popularizó también en la Edad Media como medio fácil y seguro de transportar la comida a los agricultores que faenaban lejos de sus pueblos y especialmente promocionadas fueron durante las largas caminatas de los peregrinos que iban hacia Santiago de Compostela.

Las empanadas, aun habiéndolas todo el año en las mejores panaderías, suelen tener su momento álgido durante la **Pascua Cristiana**.