



*Las migas, migas ruleras o migas de pastor cuentan con una preparación que era habitual en aquellas gentes que en España se dedicaban a la trashumancia. Su receta está elaborada principalmente con pedazos de la miga de pan tostado acompañadas de carnes y verduras picadas. Existen variantes populares que se preparan con harina de trigo, como las denominadas migas de harina, típicas del sureste español. Este plato puede ser encontrado en gran parte del territorio de la península ibérica.*

**Cada jueves, durante todo el mes de mayo, los restaurantes asociados de Alcalá Gastronómica homenajean, reinventadas, este sencillo plato que ya comían Quijote y Sancho en su deambular por las tierras de Castilla, según la obra del alcalaíno más ilustre D. Miguel de Cervantes.**

*¿Quieres probarlas?*

**Consulta restaurantes asociados [aquí](#)**