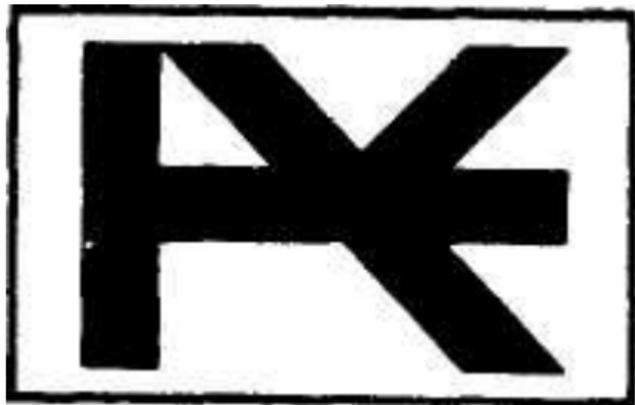


SIMONE ORTEGA
1080
RECETAS
DE COCINA
ALIANZA EDITORIAL



SIMONE ORTEGA
1080
RECETAS
DE COCINA
ALIANZA EDITORIAL





Simone Ortega

Mil ochenta recetas de
cocina

Con un epílogo de

Jacinto Sanfeliu

El Libro de Bolsillo

Alianza Editorial

Madrid

Nota introductoria

Este libro de cocina no pretende, naturalmente, hacer época dentro de la espléndida y

numerosa bibliografía del tema. Sí quiere ser, en cambio, un libro de nuestra época, es

decir, un libro práctico, con recetas explicadas lo más claramente posible para cuantas

mujeres —y muchas veces hombres—

han de tomar cada vez con mayor frecuencia la

sartén por el mango.

Las recetas van con numeración correlativa, agrupadas en los capítulos clásicos: sopas,

pescados, carnes, etc., y un índice alfabético con referencia al número facilita su

búsqueda. Me ha parecido útil no darles nombres rimbombantes sino simplemente

bautizarlas por sus ingredientes, con alguna que otra excepción.

Doy también una lista de menús por semanas, que tiene en cuenta la estación del año y

los productos más habituales del mes, para ayudar al ama de casa a resolver esa

pregunta que se hace diariamente: «¿Qué pongo hoy de comer?»

Pero una comida sin vinos no lo es en plenitud, y un libro de cocina que no hable de

ellos resultaría incompleto. Por eso he rogado al director y propietario de un famoso

restorán, Jacinto Sanfeliu, en quien se unen una gran cultura y una gran experiencia, que

me escribiera un epílogo sobre el vino en la mesa. Quiero expresarle mi agradecimiento

por este broche de oro con que me permite cerrar mi libro.

Que estas páginas resulten útiles para quien quiera saber guisar, será la mejor

compensación a los desvelos que ha puesto en ellas

Simone Ortega.

Información general

CALENDARIO DE PRODUCTOS ALIMENTICIOS

Esta relación por meses de productos alimenticios es una ayuda para las amas de casa, que así podrán disponer sus menús con los productos mejores y a precio más normal en el mercado.

Pero no se puede descartar la posibilidad actual de comprar a destiempo productos congelados o conservados en cámaras frigoríficas, que resultan muy buenos si se preparan y condimentan debidamente.

ENERO

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo.

Merluza.

Champiñón de Paris.

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Acelgas. Manzanas.

Conejo. Rape. Zanahorias.

Limonas.

Vaca. Lubina.

Puerros.

Naranjas.

Tenera. Lenguado.

Lechuga. Mandarinas.

Cerdo. Breca. Escarola.

Pomelos.

Cordero. Rodaballo.

Remolacha.

Peras

(amarillas).

Capones.

Congrio.

Cebollas.

Peras de agua.

Pavo. Gallo. Cebollitas

francesas.

Chirimoyas.

Cochinillo. Besugo.

Coliflor. Plátanos.

Mollejas de ternera.

Palometa.

Cardo.

Uvas.

Criadillas de cordero. Salmonetes.

Endivias.

Castañas.

Hígado. Pez

espada.

Espinacas.

Riñones.

Calamares.

Coles de Bruselas.

Sesos. Cigalas Lombarda.

Perdices. Gambas. Repollo.

Conejo de monte.

Chirlas.

Apio.

Liebre. Langostinos.

Nabos.

Faisán. Langosta.

Alcachofas.

Becada. Bogavante.

Calabaza.

Codornices Carabineros. Berros.

Aves acuáticas.

Quisquillas.

Jabalí. Almejas.

Venado Mejillones.

Angulas.

Ostras.

FEBRERO

**Carnes Pescado-Mariscos Verduras
Frutas**

Pollo.

Merluza.

Champiñón de París.

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Acelgas. Manzanas.

Conejo casero.

Rape.

Zanahorias.

Peras amarillas.

Vaca.

Lubina.

Puerros.

Peras de agua.

Ternera. Lenguado.

Lechuga. Chirimoyas.

Cerdo. Breca. Escarola.

Naranjas.

Cordero. Rodaballo.

Cebollas. Limones.

Mollejas de ternera.

Congrio.

Cebollitas francesas.

Pomelos.

Cochinillo. Gallo.

Cebolletas. Plátanos.

Besugo. Remolacha.

Almendras.

Hasta mediados de

Palometa. Coliflor. Nueces.

febrero:

Salmonetes. Cardo.

Salmón. Endivias.

Perdices. Pez

espada.

Espinacas.

Liebre.

Calamares.

Coles de Bruselas.

Conejo de monte.

Cigalas.

Lombarda.

Aves acuáticas

Gambas.

Repollo.

Codornices. Chirlas.

Cardillos.

Becada. Langostinos.

Guisantes.

Faisán. Langosta.

Habas.

Jabalí. Bogavante.

Apio.

Venado. Carabineros.

Nabos.

Quisquillas. Grellos.

Almejas. Alcachofas.

Mejillones.

Judías verdes francesas.

Angulas. Calabaza.

Ostras.

MARZO

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo.

Merluza.

Criadillas de tierra.

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Acelgas. Manzanas.

Conejo.

Rape.

Zanahorias.

Peras de agua.

Vaca. Lubina.

Puerros.

Peras

amarillas.

Tenera. Lenguado.

Lechuga. Limones.

Cerdo. Breca. Cebollas.

Naranjas.

Cordero. Rodaballo.

Cebolletas.

Pomelos.

Mollejas de ternera.

Congrio.

Cebollitas francesas.

Plátanos.

Criadillas de cordero. Gallo.

Remolacha.

Fresas.

Cochinillo. Palometa. Coliflor.

Fresones.

Besugo. Endivias.

Coles de Bruselas: $\frac{1}{2}$

Salmonetes.

mes

Salmón. Lombarda.

Calamares. Calabaza.

Cigalas Repollo.

Gambas Cardillos.

Chirlas. Guisantes.

Langostinos. Habas.

Langosta. Apio

Bogavante. Tomates.

Carabineros Pimientos

verdes.

Quisquillas. Nabos.

Almejas. Alcachofas.

Mejillones. Espárragos

trigueros.

Judías verdes

Angulas.

francesas.

Ostras.

ABRIL

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Fruta

Pollo.

Merluza.

Criadillas de tierra.

Piña.

Gallina.

Pescadilla.

Champiñón de París.

Manzanas.

Conejo.

Rape.

Acelgas.

Peras de agua.

Vaca. Lubina.

Zanahorias.

Peras

amarillas.

Ternera. Lenguado.

Puerros. Limones.

Cerdo. Breca. Lechuga.

Naranjas.

Cordero. Rodaballo.

Remolacha.

Pomelos.

Mollejas de ternera.

Congrio.

Cebollas.

Plátanos.

Criadillas de cordero. Gallo.

Cebollitas francesas.

Fresas.

Cochinillo. Mero.

Cebolletas. Fresones.

Palometa. Espinacas.

Besugo. Repollo.

Salmonetes. Cardillos.

Salmón. Calabaza.

Calamares.

Guisantes.

Cigalas. Apio.

Gambas. Tomates

verdes.

Chirlas.

Nabos.

Langostinos. Alcachofas.

Bogavante.

Espárragos trigueros.

Judías verdes

Quisquillas.

francesas.

Almejas. Primeros

espárragos.

Mejillones.

Tirabeques.

Angulas.

Percebes.

Percebes.

Ostras.

MAYO

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo.

Merluza.

Criadillas de tierra.

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Setas. Manzanas.

Conejo.

Rape.

Champiñón de París.

Peras de agua.

Vaca. Lubina.

Acelgas.

Peras

amarillas.

Tenera. Lenguado.

Zanahorias,

Limonas.

Cordero. Breca, Puerros. Naranjas.

Mollejas de ternera.

Rodaballo.

Lechuga.

Pomelos.

Criadillas de cordero. Congrio.

Remolacha.

Plátanos.

Gallo. Cebollas.

Sandía.

Mero. Cebolletas.

Albaricoques.

Sardinas. Cebollitas

francesas.

Cerezas.

Boquerones. Espinacas. Melocotones.

Palometa. Calabaza. Ciruelas.

Besugo. Guisantes.

Nísperos.

Salmonetes. Habas.

Fresas.

Truchas. Apio.

Fresones.

Salmón. Tomates. Grosellas.

Calamares. Pimientos

verdes.

Frambuesas.

Calamar Nabos. Brevas.

Gambas. Alcachofas.

Chirlas. Calabacines.

Langostinos. Berenjenas.

Langosta. Espárragos.

Judías verdes.

Bogavante.

francesas,

Tirabeques.

Carabineros.

Quisquillas.

Percebes.

JUNIO

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo.

Merluza.

Champiñones de París. Piña.

Gallina. Pescadilla.

Acelgas. Manzanas.

Conejo. Rape. Zanahorias.

Peras

amarillas.

Vaca. Lubina.

Puerros.

Sandía.

Ternera. Lenguado.

Lechuga. Melón.

Cordero. Gallo. Remolacha.

Albaricoques.

Mollejas de ternera.

Breca.

Calabaza.

Cerezas.

Criadillas de cordero. Rodaballo.

Repollo.

Paraguayas.

Congrio. Cebollas. Melocotones.

Bonito. Cebollitas

francesas.

Ciruelas.

Mero. Tomates.

Nísperos.

Sardinas. Calabacines.

Fresas.

Boquerones. Berenjenas. Fresones.

Truchas. Espárragos.

Grosellas.

Salmón. Judías

verdes.

Frambuesas.

Calamares. Pepinos. Anón

cubano.

Cigalas.

Brevas.

Gambas.

Plátanos.

Chirlas.

Langostinos.

Langosta.

Bogavante.

Carabineros.

Mejillones.

Percebes.

JULIO

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo. Merluza.

Zanahorias.

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Acelgas. Manzanas.

Conejo. Rape. Puerros. Limones.

Vaca. Lubina.

Lechuga.

Naranjas.

Ternera. Lenguado.

Remolacha.

Pomelos.

Gallo. Cebollas.

Peras

amarillas.

Breca.

Tomates.

Peras de S. Juan.

Rodaballo.

Pimientos verdes.

Peras Duquesa.

Congrio. Calabacines.

Sandía.

Bonito. Berenjenas.

Melón.

Mero. Judías

verdes.

Uvas.

Sardinas. Pepinos. Paraguayas.

Boquerones.

Melocotones.

Truchas.

Ciruelas.

Salmón.

Higos.

Calamares.

Plátanos.

Cigalas.

Gambas.

Chirlas.

Langostinos.

Langosta.

Bogavante.

Carabineros.

Cangrejos de río.

AGOSTO

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo. Merluza.

Acelgas.

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Zanahorias.

Manzanas.

Conejo. Rape. Puerros. Limones.

Vaca. Lubina.

Lechuga.

Naranjas.

Ternera. Lenguado.

Remolacha.

Pomelos.

Codornices.

Gallo.

Cebollas.

Peras de agua.

Breca. Tomates.

Peras

amarillas.

Rodaballo.

Pimientos verdes.

Peras Duquesa.

Congrio. Calabacines.

Sandia.

Bonito. Berenjenas.

Melón.

Sardinas. Judías

verdes.

Uvas.

Boquerones. Pepinos.

Melocotones.

Truchas.

Ciruelas.

Calamares.

Higos.

Cigalas.

Plátanos.

Gambas.

Chirlas.

Langostinos.

Langosta.

Bogavante.

Carabineros.

Cangrejos de río.

SEPTIEMBRE

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo. Merluza.

Acelgas.

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Zanahorias.

Manzanas.

Conejo.

Rape.

Puerros.

Peras de agua.

Vaca. Lubina.

Lechuga.

Peras

amarillas.

Tenera. Lenguado.

Remolacha.

Peras

Duquesa.

Conejo de monte.

Gallo.

Cebollas.

Limones.

Liebre. Breca. Tomates.

Naranjas.

Perdices. Rodaballo.

Pimientos

verdes.

Pomelos.

Codornices. Congrio.

Pimientos

rojos.

Melón.

Becada. Bonito. Calabacines.

Uvas.

Faisán. Sardinias.

Berenjenas.

Melocotones.

Aves acuáticas.

Boquerones.

Judías verdes.

Ciruelas.

Pez espada (fin de

Pepinos. Higos.

mes).

Calamares.

Plátanos.

Cigalas.

Gambas.

Chirlas.

Langosta.

Langostinos.

Bogavante.

Carabineros.

Almejas.

Cangrejos de río.

OCTUBRE

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Champiñón de Paris:

Pollo. Merluza.

½ mes

Piña.

Gallina. Pescadilla.

Acelgas. Manzanas.

Conejo.

Rape.

Zanahorias.

Peras de agua.

Vaca. Lubina.

Puerros.

Peras

amarillas.

Ternera. Lenguado.

Lechuga. Limones.

Cerdo. Gallo. Cebollas.

Naranjas.

Cordero. Breca. Cebollitas

francesas.

Pomelos.

Mollejas de ternera.

Rodaballo.

Remolacha.

Melón.

Cochinillo. Congrio. Coliflor. Uvas.

Perdices. Sardinas. Espinacas.

Ciruelas.

Conejo. Boquerones.

Lombarda.

Chirimoyas.

Liebre. Besugo. Repollo. Plátanos.

Membrillos (desde ½

Codornices. Pez

espada. Apio.

mes).

Becada. Calamares.

Tomates.

Faisán. Cigalas. Pimientos

verdes.

Aves acuáticas.

Gambas.

Pimientos rojos.

Venado. Chirlas. Alcachofas.

Jabalí. Langosta.

Calabacines.

Langostinos. Berenjenas.

Bogavante. Judías

verdes.

Carabineros. Calabaza.

Almejas.

Mejillones.

Ostras.

NOVIEMBRE

Carnes Pescado-Mariscos Verduras

Frutas

Pollo.

Merluza.

Champiñón de París.

Piña.

Gallina.

Pescadilla. Setas-Níscalos.

Manzanas.

Conejo.

Rape.

Acelgas.

Peras de agua.

Vaca.

Lubina. Zanahorias.

Peras

amarillas.

Tenera.

Lenguado. Puerros. Limones.

Cerdo.

Gallo. Cebollas.

Naranjas.

Cordero.

Breca. Cebollitas

francesas.

Pomelos.

Mollejas de ternera.

Rodaballo. Lechuga. Mandarinas.

Cochinillo.

Congrio. Remolacha.

Melón.

Perdices.

Besugo. Coliflor. Uvas.

Conejo.

Pez espada.

Cardo.

Chirimoyas.

Liebre.

Endivias. Plátanos.

Aves acuáticas.

Calamares. Espinacas. Membrillos.

Faisán.

Cigalas.

Coles de Bruselas.

Castañas.

Becada.

Gambas. Lombarda.

Codornices.

Chirlas. Repollo.

Jabalí.

Langostinos. Calabaza.

Venado.

Langosta. Escarola.

Bogavante. Apio.

Carabineros. Tomates.

Almejas.

Pimientos verdes.

Mejillones.

Ostras. Pimientos

rojos.

Angulas. Nabos.

Grelos.

Alcachofas.

Berenjenas.

DICIEMBRE

Carnes Pescado-

Mariscos Verduras

Frutas

Pollo.

Merluza.

Champiñón de París.

Pifia.

Gallina. Pescadilla.

Acelgas. Manzanas.

Conejo. Rape. Zanahorias.

Peras

amarillas.

Vaca.

Lubina.

Puerros.

Peras de agua.

Tenera. Lenguado.

Cebollas. Plátanos.

Cerdo. Gallo. Cebollitas

francesas.

Limonas.

Cordero. Breca. Lechuga. Naranjas.

Cochinillo. Rodaballo. Remolacha.

Pomelos.

Mollejas de ternera.

Congrio.

Coliflor.

Limas.

Perdices. Besugo. Cardo. Mandarinas.

Conejo. Palometa.

Endivias.

Uvas.

Liebre. Salmonetes.

Espinacas.

Chirimoyas.

Aves acuáticas.

Pez espada.

Coles de Bruselas.

Castañas.

Faisán. Calamares.

Lombarda.

Almendras.

Becada. Cigalas. Repollo. Nueces.

Codornices. Gambas.

Escarola.

Jabalí. Chirlas.

Apio.

Venado. Langostinos.

Pimientos

rojos.

Langosta. Nabos.

Bogavante. Grelos.

Carabineros. Alcachofas.

Calabaza.

**TABLA DE CALORIAS DE LOS
PRINCIPALES ALIMENTOS - Para
100 gr. de**

alimentos crudos

Carnes

Pescados-Mariscos

Verduras

Cerdo (magro o graso)

172 Anguila

207 Aceitunas 224

a 332 Atún en escabeche

275 Acelgas

37

Conejo

150 Bacalao salado

150 Alcachofas (1 pieza)

40

Cordero 164

Bonito 207

Cardo

30

Chorizo, salchichón

480 Boquerones en vinagre

Coliflor

34

Hígado de ternera

145

(ración de 6)

60 Champiñones

40

Jamón de York

440 Besugo

81 Espárragos

25

Lengua 207

Calamares

85

Espinacas 43

Perdices 160

Gambas 90

Guisantes

65

Pollo

140

Langosta 90

Judías

verdes 37

Sesos 129

Lubina 81

Lechuga 29

Ternera

164 Mejillones

65 Patata (cocida o asada)

90

Vaca 164

Merluza

81

Pimientos 20

Ostras (12 piezas)

120 Puerros

40

Rape

81

Remolacha

37

Sardinas

frescas

135

Repollo

39

en aceite (una)

10 Tomates

22

Zanahorias 43

Frutas

Varios

Grasas

Albaricoques 65

Arroz

340

Aceites

890

Cerezas 65

Azúcar 400

Bacon 515

Ciruelas

65 Bollos

360 Manteca de cerdo

850

Chirimoya

65 Cacao en polvo

492 Mantequilla

761

Fresones 48

Crema 325

Margarina 800.

Higos frescos

89 Chocolate

500 Nata

300

Manzana

61 Harina de trigo

349 Tocino

550

Melocotón 62

Helado

400

Melón

34 Huevo (1 pieza)

76

Mermeladas 285

Leche

natural 67

Naranja y limón

45 Leche concentrada

157

Pera

61 Leche con azúcar

346

Plátano 89

Legumbres

338

Piña 40

Macarrones

354

Sandia 70

Miel 304

Uvas 81

Pan 250

Almendras 640

Pan

tostado 299

Castañas 199

Pastel

(éclair)

300

Ciruelas pasas

285 Colines o tostadas

262

Dátiles 300

Quesos

(gruyere,

Higos secos

275 manchego, holandá)

380

Quesos (camembert,

Nueces 640

286

brie)

Pasas 280

Yogur 60

Whisky

125

CANTIDADES CORRIENTES PARA LOS ALIMENTOS MÁS USUALES

Corrientemente, los filetes deben tener de 125 a 150 gr. por persona. Los asados de

vaca merman y los de ternera aún más. Para 8 personas se deben poner 2 kg. de carne

que, después de asada, se quedan en 1 ½ kg. La carne de cerdo pierde 1/3 de su peso;

1½ kg. se queda en 1 kg. después de

asado. Las carnes guisadas merman más.
Se

calcula 200 gr. por persona.

Para las sopas, caldo, etc., se calcula $\frac{1}{4}$,
litro de líquido por persona.

Ración para 1 persona

Arroz en crudo

75 gr.

Legumbres en crudo

100 gr.

Pescado 200

gr.

Judías verdes, coliflor, acelgas

250 a 300 gr.

Guisantes frescos

400 gr. (con vaina)

Macarrones (crudos)

50 a 60 gr.

Patatas

250 a 300 gr.

Espárragos

1 ½ kg. para 4 personas (más o menos)

TIEMPOS DE COCCION DE LAS CARNES

Asado de vaca

En una bandeja de horno o besuguera se pone un poco de manteca (unos 30 gr.) o aceite

fino (3 ó 4 cucharadas soperas) para un asado de 2 kg., más o menos, si éste no viene

preparado con algo de tocino; se calienta bien y se dan unas vueltas en la lumbre para

que se dore. Acto seguido se sala y se mete en el horno fuerte. Este se encenderá

como $\frac{1}{4}$ de hora antes de meter la carne.

El tiempo de cocción para que quede en su punto, es decir, muy el interior, se

calcula en 15 a 20 minutos por cada $\frac{1}{2}$ kg. de carne.

Bistec o filete

Se untan las dos caras con un poco de aceite fino y en una sartén bien caliente se ponen

de un lado 4 minutos, se salan, se

vuelven y se dejan por el otro lado 3 minutos, y se salan.

Asado de ternera

Se pone en una bandeja de horno y se sala el pedazo de carne. Se mete al horno

directamente unos 25 minutos por cada $\frac{1}{2}$ kg. en las piezas grandes (de 3 kg. en adelante). A media cocción se pone primero unas cucharadas soperas de agua caliente y

después de 1 a 2 cucharadas soperas de

vino blanco seco. Se le dará varias veces la

vuelta, rociando el asado con la salsa que tiene.

Pierna de cordero

Preparado como la ternera y, si se quiere, frotado con un diente de ajo; se deja

unos 25 a 30 minutos por cada kg. a horno fuerte.

Pollo asado

Igual preparación que para la ternera. Un pollo de 1 kg. se deja unos 35 a 40

minutos a horno más bien fuerte.

Cerdo

Igual preparación que para la ternera y 3u minutos por cada $\frac{1}{2}$ kg. de carne.

Las chuletas se fríen durante unos 7 minutos de cada lado y después se tapa la sartén

con una tapadera y se dejan unos 10 minutos más a fuego lento (dándole una vuelta a la

mitad del tiempo).

Todos los asados se deben meter en el horno previamente calentado. Después

de

cumplido el tiempo necesario se apaga el horno totalmente y se deja la carne de 5 a 10

minutos más para que se esponje, antes de sacarla para trinchar.

MENUS SEMANALES

ENERO 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Cocido

Sopa de caldo con arroz, huevo duro y perejil

Croquetas de gallina

Manzanas asadas con mermelada

Fruta

Martes

Soufflé de queso

Alcachofitas en salsa

Entrecot (lomo alto) **con** patatas fritas

Huevos revueltos con costrones de pan

Fruta

Miércoles

Arroz blanco con champiñones

Sopa de pescado

Chuletas de cerdo con puré de espinacas

Jamón de York con patatas salteadas

Naranjas y manzanas en rodajas (con azúcar y

Compota de peras con vino

kirsch)

Jueves

Patatas guisadas con chirlas

Consomé en taza

Asado de vaca con coles de Bruselas
Budín de Rollo de carne picada en salsa
con coditos

fruta, caliente

(macarrones)

Fruta

Viernes

Lentejas guisadas

Zanahorias en salsa

Huevos encapotados con salsa de tomate

Besugo al horno

Fruta

Queso

Sábado

Buñuelos de puré de patatas

Puré de espinacas con rodajas de huevo duro y

costrones de pan

Resto de carne asada, fría, con ensalada de

Sesos con salsa de tomate gratinados

escarola y zanahorias crudas

Melocotones en almíbar

Yogur

Domingo

Gambas al ajillo

Coliflor con salsa de mantequilla
tostada y pan

rallado

Pollos asados con puré de patatas

Huevos al plato con jamón

Bavaroise de chocolate

Fruta

ENERO 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Judías blancas con costra

Sopa fina de tapioca

Filetes de carne picada con ensalada

Tortillas de atún escabechado

Fruta

Fruta

Martes

Repollo con patatas y mayonesa

Coles de Bruselas con bechamel

Redondo guisado

Fiambres variados

Macedonia de frutas

Compota de manzanas

Miércoles

Arroz con tomate, salchichas, pimientos
y

Acelgas con tomate

guisantes

Resto de redondo con bechamel y
alcaparras

Filetes de castañola al horno

Natillas

Fruta

Jueves

Tortilla de patatas

Sopa de apio y patatas

Hígado de ternera **con cebolla**

Croquetas de jamón

Fruta

Queso

Viernes

Patatas al **horno con leche** y huevos

Coliflor con bechamel

Bacalao con pimientos y salsa de tomate

Huevos pasados por agua con picatostes

Torrijas

Fruta

Sábado

Cintas con queso y salsa de tomate

Cardo con salsa de pimentón

Cinta de cerdo asada con mostaza

Criadillas empanadas con moldes de

arroz

blanco

Fruta

Requesón con azúcar

Domingo

Empanadas

Endivias al graten

Perdices estofadas con coles de
Bruselas

Merluza en salsa verde

Tocino de cielo

Zumo de naranja

FEBRERO 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Fabada

Coliflor en vinagreta

Crepés con salsa Suzette

Fiambre variado con torta de patata

Fruta

Martes

Huevos al plato con higaditos de pollo

Sopa de mejillones

Filetes de ternera empanados con coles
de

Roscón de queso

Bruselas salteadas

Fruta

Flan

Miércoles

Sardinas y calamares fritos

Alcachofitas en salsa

Canelones de carne

Medias noches rellenas

Flan-tarta de manzana

Fruta

Jueves

Patatas guisadas con chirlas

Sopa fina de tapioca

Aleta de ternera rellena, con ensalada

Salmonetes al horno

Fruta

Queso

Viernes

Potaje con acelgas

Menestra de verduras

Albóndigas de pescado

Huevos en cazuelita con jamón, crema y queso

rallado

Buñuelos de manzana

Fruta

Sábado

Hojas de repollo rellenas

Sopa de cebolla gratinada

Filetes de solomillo con mantequilla y anchoas
Croquetas de merluza

Fruta

Manzanas asadas

Domingo

Coditos con bacon y guisantes

Cardos en salsa con ajo y vinagre

Chuletas de cerdo con aros de cebolla frita

Tortillas a la francesa

Leche frita

Fruta

FEBRERO 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Sopa de fideos

Zanahorias en salsa

Cocido

Croquetas de gallina

Mousse de manzana

Fruta

Martes

Macarrones con chorizo y tomate

Sopa huertana

Ossobucco en salsa

Empanadillas de atún

Macedonia

Membrillo

Miércoles

Patatas guisadas con chirlas

Alcachofas con vinagreta

Filetes de lomo con ensalada

Salchichas con puré de patatas

Jalea de naranja

Fruta

Jueves

Coliflor rebozada con salsa de tomate

Habas con leche y yemas

Carne picada con puré de patatas y
huevos

Merluza rápida

duros al horno

Fruta

Arroz con leche

Viernes

Judías blancas con costra

Acelgas con tomate

Filetes de lenguado fritos

Huevos revueltos con espárragos
trigueros

Flan

Chirimoyas

Sábado

Tortilla de patatas

Sopa de patatas y puerros con leche

Escalopines de hígado de ternera con
cebolla y Riñones con vino blanco y
arroz

vino blanco

Leche frita

Fruta

Domingo

Flan de molde con champiñones,
bechamel y

Apio en su jugo

queso rallado

Asado de ternera con puré de patatas

Tortillas a la francesa

Merengues

Queso

MARZO 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Macarrones con bechamel

Endivias al horno

Redondo con aceitunas

Huevos al plato con puré de patatas

Fruta

Yogur

Martes

Lentejas guisadas

Sopa de berros

Resto de redondo en ropa vieja

Budín de pescado

Peras con nata y chocolate

Fruta

Miércoles

Croquetas de patata y bacalao

Coles de Bruselas con bechamel

Filetes guisados con cerveza

Tortillas a la francesa

Compota de manzanas

Queso

Jueves

Arroz al curry

Alcachofas con vinagreta

Pierna de cordero asada, con ensalada

Criadillas empanadas, con arroz blanco

Fruta

Zumo de naranja

Viernes

Potaje de garbanzos con espinacas y bacalao

Sopa fina de tapioca

Tortilla de patatas

Conchas de gambas

Bizcocho borracho

Fruta

Sábado

Budín de coliflor

Caldo en taza

Carne en ragout

Canelones

Buñuelos de manzana

Rodajas de manzanas y naranjas

Domingo

Flan de huevos con salsa de tomate

Menestra de verduras

Pollo guisado con vino moscatel y pasas

Fiambre variado con patatas salteadas

Natillas quemadas

Fruta

MARZO 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Patatas guisadas viudas

Criadillas de tierra

Filetes de vaca con ensalada

Huevos fritos con patatas fritas

Manzanas asadas

Fruta

Martes

Sopa de fideos y cocido

Sopa de ajo

Flan-budín con suizos

Croquetas de gallina

Yogur

Miércoles

Almejas a la marinera

Guisantes con jamón

Lomo de vaca asado con puré de patata

Salmonetes fritos

Macedonia de frutas

Fruta

Jueves

Spaghettis a la italiana

Alcachofas rebozadas y en salsa

Lomo de vaca frío con ensalada

Jamón de York con torta de patatas

Soufflé de vainilla

Fruta

Viernes

Judías pintas con arroz

Sopa gratinada de cebolla

Filetes de castañola al horno

Tortilla de espárragos trigueros

Flan

Fruta

Sábado

Huevos revueltos con patatas y guisantes

Budín de coliflor

Carne guisada con vino tinto

Empanadillas de jamón

Membrillo

Compota de peras en vino tinto

Domingo

Entremeses variados

Sopa de verduras

Paella con pollo

Croquetas de huevo duro

Bavaroise de piña

Queso

ABRIL 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Judías blancas guisadas

Cebollitas francesas con bechamel

Chuletas de cordero fritas, con ensalada

Fiambres con arroz blanco

Fruta

Flan

Martes

Patatas con mayonesa, tomates, anchoas
y

Habas salteadas con jamón

aceitunas

Ternera estofada

Huevos al plato a la flamenca

Crepés con salsa de naranja (Suzette)

Yogur

Miércoles

Arroz con tomate y salchichas

Crema de champiñones

Asado de vaca con ensalada

Mero con vino blanco al horno

Macedonia de frutas

Bavaroise de melocotón (de lata)

Jueves

Macarrones con bechamel al horno

Sopa de gambas y tapioca

Filetes de carne con ensalada

Mollejas con espinacas

Plátanos al ron

Fruta

Viernes

Buñuelos de queso con salsa de tomate

Zanahorias con nabos

Rape con leche

Empanadillas de atún

Crema de chocolate

Fruta

Sábado

Rollitos de repollo con jamón y bechamel

Lechugas guisadas

Pollitos fritos

Pescadilla al horno

Mousse de naranja en copas

Queso

Domingo

Huevos escalfados con bechamel y espárragos

Sopa de tomate con judías verdes

verdes

Calamares rellenos

Pastel-terrina. de pollo, jamón y ternera

Soletillas rellenas de crema

Fruta

ABRIL 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Caldo gallego

Sopa de calabaza

Filetes de vaca con tallos de acelga
rebozados

Albóndigas de pescado

Flan

Cuajada de limón

Martes

Arroz con champiñones

Acelgas en escabeche

Filetes de hígado de ternera macerados
con vino Huevos revueltos con queso

de Málaga

Fruta

Fruta

Miércoles

Repollo al jugo

Guisantes con jamón

Pierna de cordero asada, con judías
blancas

Truchas a la molinera

Natillas

Fruta

Jueves

Calamares y boquerones fritos

Sopa de cebolla clara

Canelones de carne

Medias noches rellenas

1 Mita

Compota de peras

Viernes

Puré de patatas al graten

Alcachofas en salsa

Bacalao con pimientos y tomates

Huevos escalfados con cebolla

Arroz con leche

Fruta

Sábado

Croquetas de huevo y queso rallado

Puré de zanahorias

Pollo en salsa

Criadillas empanadas con arroz blanco

Fresón

Fruta

Domingo

Huevos duros con bechamel y mejillones

Espárragos con Mayonesa

Filetes de ternera empanados con patatas paja

Jamón de York con torta de patata

Bavaroise praliné

Fruta

MAYO 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Lentejas guisadas

Sopa de patatas y puerros con leche

Filete de vaca con berenjenas fritas

Soufflé de queso

Macedonia de fruta con fresas

Flan

Martes

Macarrones con espinacas

Albóndigas con costrones de pan

Huevos en cazuelitas con queso en

porciones y

jamón

Peras en compota al vino tinto

Queso

Miércoles

Tomates al horno con perejil y ajo
picado

Porrusalda

Chuletas de cerdo con puré de patatas

Croquetas de merluza

Flan-budín de suizos

Fruta

Jueves

Paella sencilla

Habas con jamón

Pinchos simples de riñones de cerdo

Sesos al graten con bechamel y champiñones

Fruta

Yogur

Viernes

Patatas guisadas

Espárragos con mayonesa

Huevos fritos encapotados

Besugo al horno con tomates, cebollas y
champiñones

Mousse de café

Macedonia de frutas

Sábado

Arroz blanco con salsa de tomate, judías

verdes Consomé en taza con huevo duro
picado

y tortilla

Pollo asado con limón

Rollo de carne picada asada

Fresas

Arroz con leche

Domingo

Huevos mollets en gelatina

Guisantes

Filetes de solomillo con salsa bearnesa

Jamón con patatas cocidas y rehogadas

Bartolillos

Fruta

MAYO 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Patatas con chorizo y bacon

Acelgas rehogadas con currusco de pan

y

vinagre

Asado de vaca con tomates empanados

Tortilla de patatas

Fruta

Flan

Martes

Judías verdes con salsa de vinagre y yema

Sopa de pescado desmenuzado

Salchichas con puré de patatas

Fiambres variados con ensalada

Fresón

Plátanos flameados con ron

Miércoles

Arroz blanco frío con verduras y vinagreta

Espárragos con mayonesa

Escalopines de hígado con cebolla y vino

Croquetas de pescado

blanco

Macedonia de frutas

Zumo de naranja

Jueves

Cintas con tomate y queso

Sopa de higaditos

Carne en ragout con cebollitas, guisantes
y

Ñoquis

zanahorias

Fruta

Compota de manzanas

Viernes

Garbanzos aliñados

Lechugas al jugo

Sardinas y calamares fritos

Tortillas soufflé con queso rallado

Natillas con canela

Fruta

Sábado

Revuelto de huevos, patatas y guisantes

Guisantes sencillos

Albóndigas de carne

Salmonetes al horno con pan rallado y
vino

rancio

Fruta

Membrillo

Domingo

Paella con pollo

Judías verdes salteadas

Ensalada fantasía

Jamón de York con patatas

Bavaroise de fresa

Rodajas de manzanas y naranjas

JUNIO 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Gazpachuelo

Caldo de fideos

Pollo en salsa con champiñones

Empanadillas rellenas de jamón

Flan

Fruta

Martes

Spaguettis con guisantes y almejas

Acelgas en escabeche

Chuletitas de cordero fritas con lechuga

Salmonetes al horno

Fresón

Melocotones en almíbar flameados

Miércoles

Tomates rellenos de sardinas, pimientos verdes
Puré de zanahorias

y aceitunas

Filetes de ternera empanados con patatas fritas
Croquetas de queso rallado y huevo

Gelatina de naranja

Fruta

Jueves

Tortilla de patatas

Guisantes sencillos

Raballo de cadera guisado con
zanahorias y

Salchichas con puré de patatas

cebollitas

Fruta

Queso de Burgos

Viernes

Alioli: patatas, zanahorias, alcachofas y bacalao
Zanahorias en salsa

cocido

Leche frita

Huevos en cazuelitas con salsa de tomate y

queso en porciones

Fruta

Sábado

Arroz con tomate, salchichas, guisantes y

Espárragos con mayonesa

pimientos

Resto de rabillo en frío

Pescado frito

Tocino de cielo

Fruta

Domingo

Quiche de queso

Judías verdes salteadas con mantequilla,
perejil

y limón

Cordero asado con salsa de yemas y
tomate

Fiambres con ensalada de tomate

Bavaroise de fresa

Batido de yogur

JUNIO 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Lentejas guisadas

Sopa fina de tapioca

Filetes de carne picada rebozados, con
ensalada Jamón de York con patatas

Flan de peras

Fruta

Martes

Verduras con vinagreta

Lechugas al jugo

Asado de vaca con puré de patatas

Huevos al plato a la flamenca

Fresón

Fruta

Miércoles

Macarrones con tomate

Sopa de tomate con judías verdes

Filetes de solomillo a la pimienta y
flameados

Croquetas de pescado

con coñac - ensalada

Fruta

Arroz con leche

Jueves

Huevos fritos en muffins

Espárragos con mayonesa

Arroz blanco con riñones de ternera

Calamares fritos

Fruta

Piña fresca

Viernes

Bouillabaisse

Sopa-crema de espárragos

Tarta de manzanas borracha

Huevos revueltos con picatostes

Fruta

Sábado

Atroz blanco con mayonesa y atún

Menestra de verduras

Ragout de vaca

Pan de molde con queso rallado

Fresones con naranja

Fruta

Domingo

Ñoquis

Vichyssoise,

Pollo guisado con cerveza y cebolla

Bonito con cebolla y tomate

Flan de yema y azúcar

Fruta

JULIO 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Judías blancas en ensalada

Puré de judías blancas

Filetes en cerveza con picatostes

Tortilla con jamón

Sandía

Fruta

Martes

Gazpacho

Judías verdes en vinagreta

Albóndigas de carne con coditos

Pescadilla al horno

Fruta

Postre de soletillas rellenas de crema

Miércoles

Arroz blanco con salsa de tomate, judías verdes Acelgas rehogadas con corruscos de pan y

y tortilla

vinagre

Redondo guisado

Huevos duros con bechamel y mejillones

Helado

Peritas en vino tinto

Jueves

Ñoquis

Ajo blanco con uvas

Redondo frío con mayonesa de tomate,
sin

Pollo asado con puré de patatas

huevo, con ensalada

Arroz con leche

Fruta

Viernes

Tomates rellenos de sardinas en aceite y

Pisto de calabacín

aceitunas

Huevos al plato con puré de patatas

Pescado frito

Fruta

Fruta

Sábado

Pimientos rellenos de carne picada y arroz

Sopa de tomate con judías verdes
crudo.

Mousse fría de gambas

Empanadillas de atún

Melón

Flan

Domingo

Huevos duros «mimosa»

Calabacines gratinados con queso

Filetes empanados con patatas fritas

Jamón de York con patatas fritas

Bavaroise de fresa

Fruta

JULIO 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Gazpacho en trozos

Berenjenas gratinadas con tomate

Filetes de vaca a la plancha con
berenjenas

Huevos revueltos con queso rallado
fritas

Macedonia de frutas

Martes

Macarrones con mayonesa

Gazpachuelo

Alindo de ternera con ensalada de lechuga

Medias noches rellenas

Helado con barquillos

Peras en compota al vino tinto

Miércoles

Barcas de pepino con ensaladilla

Judías verdes con salsa de tomate

Blanqueta de gallina con arroz blanco

Croquetas de merluza

Sandía

Queso

Jueves

Tortilla de patatas guisada

Ajo blanco con uvas

limera fría con ensalada de remolacha

Rellenos variados

Fruta

Flan

Viernes

Buñuelos de puré de patatas

Zanahorias en salsa

Bonito con tomate

Huevos mollets en gelatina

Arroz con leche

Fruta

Sábado

Cocktail de gambas

Vichyssoise

Lomo alto con patatas fritas

Pescadillas fritas

Mousse de limón

Fruta

Domingo

Paella con pollo l miniada de lechuga y
tomate Pisto estilo francés

Helado de vainilla con salsa de
chocolate

Tortillas a la francesa

Melocotones en almíbar

AGOSTO 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Arroz blanco con verduras y vinagreta

Judías verdes con salsa de vinagre y yemas

Aleta de ternera clásica, con ensalada de tomate Huevos al plato con salsa de tomate

Sandía

Fruta

Martes

Tomates rellenos de sardinas en aceite,

Sopa de tapioca

pimientos verdes y aceitunas.

Jamón de York con salsa de Oporto y
espinacas Budín de bonito con mayonesa

Flan

Fruta

Miércoles

Sardinas fritas

Acelgas rehogadas con curruscos y
vinagre

Brazo de gitano de puré de patata, atún y

Fiambres con ensalada de tomate

mayonesa

Fruta

Natillas

Jueves

Ensalada fría de arroz

Ajo blanco con uvas

Filetes de vaca a la plancha con
pimientos

Sesos huecos

verdes

Helado

Melocotones

Viernes

Gazpacho

Calabacines fritos con bacon

Huevos revueltos con arroz y gambas

Rape estilo langosta

Melón

Fruta

Sábado

Patatas paja con huevo y bacalao

Tomates rellenos de carne

Asado de vaca

Croquetas de huevo duro

Galletas María fritas

Fruta

Domingo

Pan de molde con queso rallado

Berenjenas cocidas con tomate

Carne asada fría con ensalada

Pollo asado frío con ensalada

Bavaroise de melocotones

Fruta

AGOSTO 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Chupitos de varias verduras con
vinagreta

Sopa de cebolla clara

Redondo en salsa con coditos

Tortilla de patatas

Molón

Flan

Martes

Arroz milanesa

Pisto de calabacines con patatas

Redondo frío con ensalada de tomate

Filetes de gallo fritos

Pestiños

Fruta

Miércoles

Berenjenas estilo setas

Sopa de tomate con judías verdes

Chuletas de cordero con patatas cocidas
y

Huevos en cazuelitas con higaditos
rehogadas

Sandía

Yogur

Jueves

Gazpacho

Berenjenas al ajo

Albóndigas de carne con arroz

Jamón con patatas fritas en cuadraditos

Fruta

Fruta

Viernes

Garbanzos aliñados

Puré de zanahorias

Pastel de bonito frío

Huevos al plato con guisantes

Helado

Macedonia de frutas

Sábado

Huevos encapotados con salsa de;
tomate

Acelgas escabechadas

Guiso de pollo con piñones, pimientos
verdes y Roscón de queso

tomates

Flan

Fruta

Domingo

Gambas cocidas, con salsa pipirrana

Judías verdes con mayonesa

Filetes con salsa de Oporto, mostaza y perejil

Merluza a la catalana

lima de chocolate

Fruta

SEPTIEMBRE 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Buñuelos de puré de patata empanados
con

Berenjenas cocidas con salsa de tomate
nuez moscada

Aleta de ternera rellena, clásica

Huevos al plato con salchichas

Melón

Fruta

Martes

Pimientos rojos con huevos duros

Sopa de higaditos

Filetes a la plancha con patatas paja

Aspic de bonito con mayonesa

Helado

Fruta

Miércoles

Patatas con chorizo y bacon

Tallos de acelgas al horno con salsa española

Resto de la aleta de ternera con ensalada de

Huevos revueltos

tomate

Fruta

Flan

Jueves

Gazpacho

Budín de verduras

Filetes picados con patatas fritas

Pechuga de gallina rellena con ensalada

Melón

Fruta

Viernes

Pisto de calabacín con arroz

Sopa de pescado barata con fideos gordos

Tortilla de patatas

Judías verdes con vinagreta

Flan de coco

Flan con peras

Sábado

Huevos fritos en muffins

Zanahorias en salsa

Cordero al ajillo con tomate

Croquetas de merluza

Melón

Fruta

Domingo

Almejas a la marinera

Consomé

Pechugas de pollo rellenas

Huevos duros «mimosa»

Mousse de chocolate

Melocotones en almíbar

SEPTIEMBRE 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Arroz blanco con huevos fritos

Consomé en taza

Albóndigas de carne con picatostes

Revuelto de espinacas, huevos y gambas

Melón

Flan

Martes

Calabacines gratinados

Sopa de puerros con leche

Jamón de York con salsa de Oporto y
puré de

Pescadilla cocida y con vinagreta
historiada

patatas

Helado con salsa de chocolate

Fruta

Miércoles

Buñuelos de bacalao portugueses

Judías verdes en salsa

Pollo al ajillo

Empanadillas

Fruta

Melocotones en almíbar

Jueves

Gazpacho

Sopa de verduras

Asado de vaca con coditos

Flan con salsa de tomate

Arroz con leche

Fruta

Viernes

Judías blancas en ensalada

Calamares en su tinta con arroz blanco

Tortillas de atún escabechado

Crema catalana

Melón

Sábado

Macarrones a la americana

Sopa de higaditos

Resto del asado frío con salsa tipo
mayonesa

Croquetas de huevo duro
con tomate

Macedonia de frutas

Fruta

Domingo

Cangrejos de río con salsa americana

Pisto de calabacín

Filetes de ternera empanados

Huevos mollets en gelatina

Crema catalana

Fruta

OCTUBRE 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Pimientos rojos con huevos duros

Sopa de tomate y judías verdes

Guiso de conejo con aceitunas y almendras

Jamón de York con patatas rehogadas

Melón

Fruta

Martes

Brandada de bacalao

Acelgas rehogadas

Filetes picados con tallos de acelgas
rebozados Huevos al plato con higaditos
de pollo

Fruta

Melocotones en almíbar

Miércoles

Arroz blanco con champiñones

Puré de guisantes con jamón

Carne en ropa vieja con pimientos

Croquetas de pescado

Crema de chocolate

Fruta

Jueves

Repollo con mayonesa

Judías con salsa de tomate

Filetes de vaca con patatas fritas

Empanadillas

Fruta

Fruta

Viernes

Berenjenas al ajo

Sopa de pescado desmenuzado

Albóndigas de pescado con moldes de arroz

Tortilla de patatas

blanco

Mousse de café

Fruta

Sábado

Pimientos verdes rellenos de carne y arroz

Consomé en taza

Pinchos de mejillones, bacon y champiñones

Merluza en salsa verde

Fruta

Queso

Domingo

Gallina en pepitoria con picatostes

Calabacines al horno

Flan-budín de sémola con salsa de grosella

Huevos revueltos

Fruta

OCTUBRE 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Lentejas simples con tocino y salchichas

Sopa de pescado

ensalada de lechuga, tomates y huevo
duro Huevos escalfados con espárragos

Natillas

Fruta

Martes

Espaguettis a la italiana

Berenjenas gratinadas con tomate

Raballo de cadera con zanahorias y

Fiambre con torta de patata

cebollas

Fruta

Manzanas asadas

Miércoles

Arroz milanesa

Tallos de acelgas al horno con salsa
española

Carne asada con berenjenas fritas

Sesos empanados

Macedonia de frutas

Fruta

Jueves

Croquetas de puré con bacalao

Budín de verduras

Pollo asado con patatas paja

Calamares fritos

Compota de manzanas

Quesos

Viernes

Patatas con leche y huevos

Judías verdes con salsa de vinagre y

yemas

Besugo al horno con pan rallado y vino

Huevos pasados por agua

blanco

Dulce de leche condensada, estilo

Queso

argentino

Sábado

Espinacas con bechamel

Sopa de puerros y patatas

Albóndigas de carne con moldes de
arroz Croquetas de gallina

Melón

Yogur

Domingo

Tarta de queso (Quiche)

Puré de guisantes con jamón

Codornices en salsa

Rape a la americana

Soletillas rellenas de crema

Fruta

NOVIEMBRE 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Cocido, sopa de fideos, verdura, carne,
tocino, Puerros con bechamel

etc.

Macedonia de frutas

Croquetas de gallina

Yogur

Martes

Patatas con leche y huevos

Sopa de calabaza

Perdices estofadas

Tortilla de jamón

Fruta

Queso

Miércoles

Calamares y sardinas fritas

Coliflor al horno con limón

Crema de espinacas con salchichas

Jamón de York con patatas rehogadas

Buñuelos de viento

Fruta

Jueves

Coditos con guisantes y bacon

Sopa de pollo a la belga

Filetes con aceitunas y vino blanco

Queso

Fruta

Membrillo

Viernes

Lentejas guisadas

Zanahorias en salsa

Tortillas de berenjenas

Lubina al horno

Manzanas asadas

Natillas

Sábado

Brandada con costrones

Sopa de verduras

Rollo de carne picada asada con
berenjenas

Huevos duros con bechamel y
mejillones

fritas

Tocinos de cielo

Fruta

Domingo

Corona de arroz con champiñones

Endivias al jugo

Chuletas de cerdo con ciruelas pasas

Pastelillos de hojaldre con carne

Membrillos flameados

Fruta

NOVIEMBRE 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Macarrones con chorizo y tomate

Sopa de repollo

Filetes picados en salsa con cebolla

Huevos mollets con salsa de vino

Fruta

Queso

Martes

Potaje con arroz y patatas

Sopa fina de tapioca

Cinta de cerdo con leche y escarola

Salchichas con puré de guisantes

Flan de coco

Fruta

Miércoles

judías blancas con costra

Menestra de verduras

Filetes a la plancha con tomates
empanados

Pollo asado con patatas paja

Fruta

Membrillo

Jueves

Coliflor rebozada y salsa de tomate

Espinacas salteadas

Canelones de carne

Conchas de pescado

Macedonia de fruta

Compota de manzanas

Viernes

Mejillones en salsa bechamel clarita

Sopa de cebolla clara

Huevos revueltos

Pez espada a la parrilla

Mousse de chocolate

Fruta

Sábado

Ñoquis

Coles de Bruselas con bechamel

Carne de cordero estofada

Empanadillas de jamón

Fruta

Compota de peras con vino

Domingo

Huevos fritos con bacon

Sopa de fideos

Codornices en cacerola

Merluza en salsa verde

Buñuelos de viento

Rodajas de naranja y manzanas con
azúcar y

Cointreau

DICIEMBRE 1^a y 3^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Patatas guisadas con chirlas

Puré de guisantes secos

Redondo guisado con escarola

Croquetas de huevo duro

Fruta

Queso

Martes

Macarrones con atún de lata

Cardos en salsa de pimentón

Resto de redondo con bechamel y
alcaparras

Filetes de lenguado fritos

Postre de compota de manzanas con
soletilla y Flan

nata

Miércoles

Sopa gratinada de cebolla

Endivias con jamón de York y bechamel

Filetes de vaca fritos con bolas de patata

Huevos al plato

Macedonia de frutas

Fruta

Jueves

Paella con pollo

Sopa de puerros con leche

Ensalada de escarola y zanahorias

Empanadillas de atún

Buñuelos de viento

Fruta

Viernes

Soufflé de queso

Coliflor cocida con salsa de mantequilla
tostada

y pan rallado

Bacalao con pimientos rojos

Tortillas con champiñones

Mousse de naranja

Membrillo con galletas

Sábado

Repollo al jugo

Consomé en taza

Albóndigas con moldes de arroz

Arroz blanco con pechuga de gallina,
champiñones y trufa

Fruta

Ciruelas pasas en vino

Domingo

Huevos revueltos con patatas y espárragos

Sopa huérfana

Cinta de cerdo con leche y cebollas rebozadas y Cerdo frío con ensalada de patatas

fritas

Flan

Fruta

DICIEMBRE 2^a y 4^a SEMANAS

Almuerzos

Cenas

Lunes

Lentejas guisadas

Crema de espinacas

Filetes de ternera empanados con
escarola

Flan con salsa de tomate

Manzanas asadas

Yogur

Martes

Crema de carabineros

Cardo en salsa de pimentón

Pollitos fritos con puré de patatas

Merluza rápida

Tarta de yema

Fruta

Miércoles

Tortilla de patatas

Sopa de harina tostada

Riñones al jerez con arroz blanco

Croquetas de jamón

Fruta

Compota de peras cocidas en vino

Jueves

Cintas con queso y salsa de tomate

Coles de Bruselas gratinadas

Chuletas de cerdo con patatas rehogadas

Huevos en cazuelita con salsa de tomate y bacon

Natillas

Fruta

Viernes

Potaje con espinacas

Puré de zanahorias

Huevos revueltos con queso rallado

Budín fino de pescado

Fruta

Membrillos en almíbar

Sábado

Buñuelos de puré de patatas

Sopa de ajos con almejas

Perdices con chocolate

Soufflé de queso

Crema de castañas con nata

Fruta

Domingo

Ñoquis

Coliflor con bechamel

Asado de vaca con patatas fritas

Jamón de York con patatas fritas

Capuchina

Ciruelas pasas en vino

SUGERENCIAS DE MENUS PARA INVITACIONES

ALMUERZOS

Flan de huevos con salsa de tomate.

Cinta de

Huevos duros con mejillones y bechamel.

cerdo con leche, con adorno de bolas de puré

Filetes de solomillo con salsa de mantequilla y

de patatas. Flan-tarta de manzana.

anchoas. Arroz con leche con nata y almendras.

* * *

* * *

Huevos en muffins. Asado de ternera

Soufflé de queso. Carne en ragout con

presentado con mayonesa y huevo duro,

zanahorias, cebollitas y guisantes.

Soletillas

adornado con verduras del tiempo.

Brazo de

rellenas de crema.

gitano.

CENAS

Budín fino de merluza. Escalopines de ternera Cangrejos con arroz blanco a la americana.

rebozados con picadito de champiñones.

Pollo con salsa de champiñones. Postre de

Compota de manzanas, soletillas y nata.

soletillas, crema y naranjas.

* * *

* * *

Merluza con mayonesa al homo.

Pechugas

Rollitos de filetes de lenguado rellenos
de

rellenas. Crepés con salsa de naranja:

jamón, con salsa. Solomillo asado con
adorno

de verduras o bolas de puré de patatas.

Tocino

de cielo.

ALGUNOS CONSEJOS Y TRUCOS DE COCINA

Ajo (modo de machacarlos cómodamente en el mortero). Siempre se añadirá un poco

de sal al diente de ajo; así no se escurrirá fuera del mortero.

Aluminio. Para impedir que las cacerolas y cazos de aluminio se pongan negros al

cocer algo en ellos, se pone en el agua un trocito de limón ($\frac{1}{2}$ rajita o 1 corteza); es muy eficaz.

Arroz suelto. Para que el arroz blanco salga suelto, se agrega al agua de cocerlo

unas gotas de zumo de limón por cada litro de agua.

Calentar jamón de York. Se corta el jamón y se vuelve a componer atándolo muy

bien con una cuerda fina. Se mete en una bolsa de plástico un poco fuerte y que no

tenga ni un solo agujero. Se ata muy bien la bolsa, y se mete en una cacerola con agua

templada; se pone a fuego mediano hasta que el agua empieza a hervir; entonces se

pone a fuego más lento, sin que deje de hervir durante media hora.

Se saca entonces, se calienta la salsa si se ha de servir con ella y se sirve con el adorno

que se haya previsto.

Caramelo. Para preparar caramelo para bañar una flanera hay que poner unos 60

gr.

de azúcar, una cucharada sopera de agua caliente y un chorrito de zumo de limón.

Se cuece esto a fuego fuerte y cuando adquiere un bonito color tostado, se inclina

el molde, ya fuera del fuego, para que se bañe bien el fondo y las paredes de la flanera.

Carnes duras. Cuando se guisan carnes con salsa (ragout, redondo, etc.), si se cree

que la carne va a ser dura se mete en la salsa, durante la cocción, un corcho de

botella

grande y limpio (que no sirva más que para esto). Así la carne se ablanda mucho.

Claros de huevo (conservación). Se conservan varios días en un frasco de plástico

herméticamente cerrado o simplemente en una botella bien cerrada con un corcho

limpio y en la nevera.

Claros de huevo a punto de nieve. Al batir las claras, para que se pongan más

firmes, se añade desde el principio un pellizquito de sal o tres gotas de zumo de limón.

Cocción de huevos en agua. Para que la cáscara no se agriete, en los huevos duros o

moles se añade al agua hirviendo una cucharada sopera de sal.

Coliflor. Para que no huela tanto, al cocer la coliflor se pone encima de la tapadera de la

cacerola donde cuece un par de cascós de cebolla cruda.

Descuido con la sal. Si un plato está

demasiado salado, se echan un par de rodajas de

patata, crudas, peladas y de 2 cm. de grosor, Se dejan por espacio de media hora a fuego

lento. Luego se retiran, observando que han absorbido el sobrante de sal.

Desmoldado de bizcochos. No se debe sacar del molde un bizcocho antes de que

esté templado o casi frío. Entonces se desmolda sobre una rejilla o un tostador de

pan, para que termine de enfriarse, sin

que se condense la humedad que tenía en caliente.

Endulzar arroz con leche o compota.

Se debe añadir el azúcar después de

cocido el arroz. En las compotas en forma de puré, después de cocer y pasar

por el pasapurés la fruta.

Espárragos. Para conservar los espárragos bien tiernos durante dos o tres días en

casa, se procede como sigue: se ponen los manojos boca abajo con las yemas en un

cacharro de agua muy fría (con hielo si hace falta); se tienen un rato así (de 15 a 30

minutos); después se escurren bien y se meten en la nevera.

Para que no huela la casa al cocerlos, se procede como para la coliflor.

Garbanzos. Para que los garbanzos salgan tiernos hay que ponerlos a cocer en

agua templada. Si en mitad del guiso hay que añadirles agua, ésta siempre será caliente.

Guisos agarrados. Cuando un guiso se

agarra, es decir, se pega al fondo de la cacerola, para quitarle el mal gusto se pone el cazo en un recipiente con vinagre y se

deja un rato. Después se cambia el guiso de cacerola sin raspar el fondo, para que lo

agarrado quede pegado y no dé mal sabor.

Huevos (conservación). Está muy recomendado meter los huevos en la nevera, pues

al batirlos enteros o al montar las claras a punto de nieve se quedan más firmes.

Huevos (manera de comprobar su grado de frescor). Se sumergen en un cacharro hondo, lleno de agua fría: si se quedan tumbados en el fondo son muy frescos (hasta 4 días, y sirven para pasados por agua).

Si se quedan en el fondo, pero de punta, son comestibles pero tienen hasta unos 10 días.

Si flotan en la superficie no se deben utilizar por viejos.

Leche. Para que la leche no adquiriera mal sabor al hervir, conviene enjuagar

previamente el cazo con agua fría.

Legumbres. Todas las legumbres (menos los garbanzos) se ponen a cocer en agua fría.

Si se les tiene que añadir agua durante su cocimiento, tiene que ser siempre fría.

A las judías se les tiene que cortar el cocimiento tres veces (espantar), con un chorrito

de agua fría, necesiten o no más líquido. Así quedan más suaves.

Mayonesa cortada. Cuando la mayonesa que se está haciendo se corta

(es decir, se

separa el aceite del huevo), se puede arreglar de tres maneras:

1.^a Se pone otra yema en un plato o tazón y, poco a poco, se va añadiendo la mayonesa

cortada a cucharaditas. Al terminar se rectifica de sal, vinagre o limón, etc...

2.^a Se machaca con un tenedor un trozo de patata cocido en agua, del grosor de

medio huevo, y se le va añadiendo la mayonesa cortada, poco a poco, con una

cucharita y sin dejar de batir.

3.^a Se vuelve a batir la mayonesa poniendo en un tazón una miga de pan (como una

nuez) mojada con vinagre o con zumo de limón.

Merluza o cualquier pescado congelado. Se pone la merluza, o cualquier

pescado que se tiene que descongelar, en agua fría abundante para que lo cubra, con

unas 3 cucharadas soperas de sal, durante 1 hora más o menos (hasta que esté blando).

Se saca y se lava al grifo, secándolo después. Así ya queda listo para prepararlo como si

fuese fresco.

Nevera. Conservación del perejil y la lechuga. Se meten en bolsas de plástico

bien cerradas con un elástico y así se conservan mucho mejor y más verdes.

Limpieza de las neveras. El esmalte interior se limpia muy bien con un trapo

húmedo y polvos de bicarbonato.

Después se enjuaga con otro trapo húmedo pero muy

estrujado, quedando así perfectamente limpia.

Olor a cebolla o a ajo. Para quitar el olor a cebolla o a ajo de los cuchillos y los

dedos, se mojan en agua, lo más caliente posible, y se frotan con posos de café. Después

se enjuagan y se lavan con agua y jabón normalmente.

Para el olor de las manos hay varios trucos fáciles:

1.º Para el olor a ajo se frotan las manos con unas ramitas de perejil y luego se

lavan.

2.º También pueden frotarse las manos, después de lavadas con agua y jabón y enjuagadas, con un puñado de sal de mesa.

3.º Para quitar el olor de la cebolla o puerros de las manos, se frotan éstas con un

chorrito de agua de azahar; después se lavan normalmente con agua y jabón.

Pasta de tartaletas. Si se añade un chorrito de aceite de cacahuete en la masa, las

hace más curruscantes».

Patatas fritas. Una vez peladas y cortadas, se deben poner a remojo en agua fría

abundante por espacio de $\frac{1}{2}$ hora, para que suelten el almidón.

Pollos o gallinas. Para que un pollo o una gallina sean jóvenes, es decir, tiernos, no

deben tener pelos sedosos una vez quitadas las plumas. Estos indican que el ave es

vieja.

Las patas deben ser gordas y las rodillas abultadas.

La ternilla debe estar tierna y moverse con facilidad al tocarla.

Rehogar las verduras. Si se quiere rehogar la verdura con mantequilla (guisantes,

judías, zanahorias en trocitos, etc.), se debe poner en una sartén primero la verdura

y por encima la mantequilla. Se saltean un poco en la sartén y se sirve.

Para rehogar con aceite fino, primero se pone el aceite, se calienta un poco y

encima se

echa la verdura.

Remolacha. Cocidas con sus tallos quedan mucho más rojas.

Tartas de fruta. Se unta con una brocha plana el fondo de la tarta, cuando ya la pasta

está colocada en el molde, con la clara un poco batida (sólo para que no escurran

hebras) y se deja secar. Cuando está bien seca (15 ó 20 minutos), se coloca la fruta y se

cuece normalmente.

Tomates (manera de pelarlos):

1.º Se toma el tomate en una mano y con el lado del cuchillo que no corta, se pasa por

todo el tomate haciendo un poco de presión. Después de esta preparación, con la punta

del cuchillo se hace un tajo y desde éste se tira de la piel a tiras. Esta sale muy

fácilmente.

2.º Se meten los tomates por espacio de unos segundos en agua hirviendo y luego

en

agua fría. Con la punta de un cuchillo se hace un corte y se pelan así muy fácilmente.

Untar mantequilla en los moldes. Se pone un pedazo de mantequilla en un molde y

se acerca al calor, para derretirlo sin que se fría, y con un pincel se unta así todo el

molde. Se deja enfriar.

Yemas de los huevos duros. Si una yema de huevo duro tira a color verdoso es

porque está demasiado cocida. Para remediar este feo color se rocía con unas gotas de

limón.

Aperitivos

PRESENTACION Y RECETAS DE MASAS

Los aperitivos se pueden presentar de varias formas.

Canapés:

Se hacen con pan de molde o pan especial de canapés que se encuentra en las pastelerías

buenas, y es redondo y largo como un salchichón.

El pan de molde debe ser de la víspera para que se pueda untar mejor después de

preparado. Se le quitan las cortezas. Se pueden cortar las rebanadas en triángulos, en

cuadraditos o en rectángulos, según el adorno que lleven encima.

El pan de canapés, como es redondo, se presenta en rebanaditas finas sin quitarles fa

corteza.

Emparedados:

Son dos triángulos o dos rectángulos superpuestos con su relleno en medio.

Esta

presentación es más a propósito para rellenos a base de mayonesa o salsas que pueden

manchar.

Medias noches:

Son unos bollitos pequeños y alargados que se rellenan. Tienen muy bonita presentación

y se comen muy cómodamente.

Tartaletas:

Estas se pueden hacer en casa o comprarlas en cualquier pastelería buena. Se presentan

redondas o alargadas según con lo que se vayan a rellenar.

Si se hacen en casa, se pueden tener preparadas con un par de días de anticipación, pero

guardadas en cajas de metal muy bien cerradas.

Croquetas:

(véase receta 56)

1.—MASA QUEBRADA PARA TARDALETAS

Cantidades para unas 20 tartaletas de 4 cm. de diámetro.

250 gr. de harina fina,

½ cucharadita (de las de café) de sal,

125 gr. de mantequilla, o margarina o manteca

1 huevo,

de cerdo, o dos de ellas mezcladas por mitad,

1 vaso (de los de vino) de agua (más o

menos

**1 cucharada sopera (no llena) de
aceite de**

según la clase de harina).

cacahuete,

Poner la harina mezclada con la sal en una ensaladera, procurando echarla con una

cuchara sopera en forma de lluvia para que se airee. Añadirle la manteca que se haya

elegido, el aceite y el huevo, mezclando estos ingredientes con la punta de los

dedos,

hasta que se forme una especie de serrín gordo. Esta mezcla debe hacerse rápidamente

para que la grasa no se derrita. Añadir entonces el agua fría poco a poco hasta que se

desprenda de las paredes toda la masa. Amasarla con las manos un poco (lo menos

posible) y formar una bola que se dejará una media hora en una ensaladera, tapada con

un paño y en sitio fresco. Se espolvorea

de harina un mármol y entonces se estira la

masa con un rollo pastelero hasta dejarla bastante fina. Se moldea en unos moldes

pequeños redondos o alargados, untados con un poco de mantequilla o aceite fino. Se

pincha con un tenedor el fondo y se ponen unos garbanzos o unas judías (secos) para

que no se infle el fondo de la masa, y se meten en el horno medianamente caliente hasta

que estén doradas las tartaletas.

Al sacar del horno se vuelcan enseguida quitando los moldes y cuando las tartaletas

están frías se guardan en una caja de metal —si se quieren dejar hechas con un poco de

anticipación.

2.—MASA FRANCESA PARA TARLETAS

Cantidades para unas 25 tartaletas de 4 cm. de diámetro.

100 gr. de mantequilla,

**3 cucharadas soperas de leche caliente
(no**

250 gr. de harina,

hirviendo),

2 yemas de huevo,

sal.

20 gr. de levadura de panadero,

En una taza de té se pone la leche
caliente o templada y la levadura,
durante unos 10

minutos.

En una ensaladera se vierte esta mezcla y se añaden las yemas y la mantequilla, y, por

último, la harina y la sal. Se amasa al final con la mano y se extiende la masa con el

rollo pastelero o con la mano. Se moldean las tartaletas y se cubren con un paño durante

media hora para que suba la masa. Después se pincha el Fondo con un tenedor, se ponen

garbanzos o judías (crudos) para que no se infle la masa y se meten al horno más bien

caliente.

Al sacarlas del horno, cuando tienen un bonito color dorado, se vuelcan las tartaletas en

caliente y se quitan los moldes. Cuando están bien secas y frías se pueden utilizar.

3.—MASA DE EMPANADILLAS (véanse recetas 45 y 46)

APERITIVOS DE FIAMBRE

Canapés, medias noches: se untan con un poco de mantequilla y se rellenan o se cubren

con jamón de York, jamón serrano, salchichón, etc... Se adornan con una alcaparra o

media aceituna deshuesada.

Esto tiene muchas variantes, según la inventiva del ama de casa.

4.—MUFFINS CON JAMON PICADO

Se cortan los muffins en tres partes iguales. Se untan con mantequilla —que no esté

muy fría para extenderla bien— y se cubren con jamón de York muy picado,

apretándolo un poco con el dorso de una cucharita para que al cogerlo no se despegue.

5.—MUFFINS CON FOIE-GRAS Y GELATINA

Se cortan los muffins en tres partes iguales y se untan con una buena capa de foie-gras.

Se cubren después con gelatina muy picadita, apretando un poco con el dorso de una

cucharita para que no se despegue al ir a comerlo.

6.—EMPANADILLAS DE JAMON

Se rellenan las empanadillas (receta 45) con un picadillo de jamón de York, se fríen y se

sirven calientes.

7.—CANAPES DE JAMON Y PIÑA

Se tuestan un poco las rebanaditas redondas de canapé, se untan después con un poco de

mantequilla, se coloca una lonchita de jamón de York, encima un trozo de piña de lata

bien escurrida y se espolvorea queso rallado. Se meten en el horno con calor mediano

unos 5 minutos y se sirven calientes.

8.—CANAPES DE FOIE-GRAS

Mezclar 100 gr. de foie-gras con 1 cucharada sopera de leche evaporada o de crema

(ligeramente batida para que espese, sin hacerse mantequilla), 1 cucharada sopera de

buen cognac y $\frac{1}{2}$ cucharadita (de las de moka) de paprika. Se mezcla bien todo y se

pone con la manga sobre el pan. Se adorna con una alcaparra.

9.—ROLLITOS DE JAMON Y QUESO BLANCO

Se unta una loncha de jamón de York más bien gruesa, con un queso demi-sel (tipo

Danone o Gervais). Se enrolla. Se envuelve con papel de plata y se pone en el

congelador y al servirlo se corta en rodajas.

APERITIVOS DE PESCADO Y MARISCOS

10.—BARQUITAS DE GAMBAS

Se eligen tartaletas con forma alargada. En el fondo se pone mayonesa y una o varias

gambas enteras, según el tamaño. Se cubre con gelatina muy picada y se sirven bien

frías.

11.—CANAPES DE ATUN

Se mezcla 1 latita de atún natural, bien escurrid de su jugo y picado, con mayonesa

espesa, y se cubre el pan con ello.

12.—CANAPES DE CAVIAR

Se untan los trozos de pan con mantequilla y se reparte el caviar encima. Se echan 2

gotas de limón sobre cada canapé. También se cubren con huevo duro en rodajas o

picado.

13.—CANAPES DE SALMON AHUMADO

Se unta el pan con mantequilla y se pone el salmón ahumado.

Hay a quien le gusta con unas gotas de limón, y también es muy clásico servirlo con un

poco de cebollita francesa muy picada puesta entre la mantequilla y el salmón.

14.—CANAPES DE TRUCHA O ANGUILA AHUMADA

Se unta el pan con mantequilla y se pone el pescado en trozos muy finos encima.

Se

rocía con 2 gotas de limón.

15.—CROQUETAS DE PESCADO (véase receta 56)

Háganse a la mitad del tamaño normal.

Hay que servir las recién fritas y bien calientes.

16.—GAMBAS CON GABARDINA

Se quitan en crudo las cabezas y patas de las gambas y dos tercios del caparazón que las

recubre el cuerpo, dejando el último trozo y la cola. Se hace una masa con harina, sal y

sifón o cerveza. Para V kg. de gambas se hace la masa con 100 gr. de harina y se deslíe

con sifón (no frío) hasta tener una masa del espesor de una bechamel. Se añade un

pellizco de sal, otro de azafrán en polvo.

Se secan bien las gambas con un paño limpio y

de una en una, cogiéndolas por la cola, se meten en la masa sin que cubra esta última.

En una sartén se tiene aceite caliente (se prueba el punto con una rebanadita de pan) y se

echan varias a la vez.

Se sacan y se dejan escurrir en un colador grande y se sirven recién fritas.

17.—MEJILLONES FRITOS

Para 1 kg. de mejillones. Se les quitan

las barbas a los mejillones y se lavan bien en

agua fría abundante. Se ponen en una cacerola: 1 vaso (de los de vino) de agua fría y

otro de vino blanco, un poco de sal y los mejillones. Se tapa la cacerola y se pone a

fuego vivo unos 5 minutos. Cuando se les abre el caparazón negro ya están en su punto.

Se quita el bicho con mucho cuidado para no estropearlo y se reservan en un plato con

un paño húmedo encima para que no se sequen.

Se prepara la masa de freír. En una ensaladera se pone 125 gr. de harina fina en círculo;

en medio se añade 1 decilitro de leche fría (V, de vaso de vino), 1½ cucharada sopera de

aceite fino y 1½ cucharada sopera de vino blanco: Se mezcla todo esto sin moverlo

demasiado, con un pellizco de sal. Cuando se vayan a freír los mejillones se añade a esta

masa 1 cucharadita (de las de moka) de levadura Royal. Se mezcla bien y se meten los

mejillones dentro, sacándolos para echarlos en una sartén con aceite bien caliente (el

punto del aceite se verá friendo antes una rebanadita de pan). Se sirven enseguida.

18.—MEJILLONES REBOZADOS Y FRITOS (véase receta 688)

19.—MEJILLONES CON VINAGRETA (véase receta 687)

VERDURAS Y ENSALADILLAS

20.—ENSALADILLA RUSA

La base de estas ensaladillas es una mayonesa más bien espesa mezclada con varias

verduras.

Por ejemplo: patatas cocidas en cuadraditos (éstas se pelan y cortan en cuadraditos y se

ponen a cocer en agua fría y sal).

Zanahorias.

Guisantes cocidos o judías verdes cortadas en trozos pequeños. Esto es lo más clásico.

También resulta muy sabroso añadir a estas verduras trocitos de manzana (tipo reineta),

nueces en trozos, apio blanco cortado en trocitos, etc... Y también colas de gambas

cocidas y peladas. Estas dan un gusto exquisito a una ensaladilla rusa sencilla.

21.—ENSALADILLA DE BERROS

Se cuece $\frac{1}{2}$ kg. de patatas a cuadraditos (en agua fría y sal, para que no se deshagan).

Una vez cocidas y frías, se mezclan con $\frac{1}{2}$ kg. de manzanas reinetas peladas y

cortadas

a trocitos, $\frac{1}{4}$ kg. de apio crudo lavado, pelado y cortado a trocitos, y 2 manojos de

berros (lavados y quitados los rabos grandes y picados grande). Todo se mezcla con

mayonesa más bien dura y se pone a enfriar en la nevera.

Se sirve en tartaletas redondas.

APERITIVOS DE QUESO

22.—BOLAS DE, CLARA DE HUEVO Y QUESO RALLADO

4 claras de huevo montadas muy firmes,

300 gr. de queso gruyère rallado,

sal y pimienta negra.

Cuando las claras están montadas muy firmes se les va añadiendo el queso rallado y

moviendo con una cuchara. Una vez formada esta pasta, se añade un poco de pimienta.

Se forman unas bolitas con la mano y se pasan por pan rallado (puesto en un plato

sopero). A medida que se van formando, se echan en aceite abundante y caliente, sirviéndose enseguida.

23.—CANAPES FRITOS

Para 10 triángulos de pan de molde:

1 cucharada sopera de harina (25 gr.),

25 gr. de mantequilla,

50 gr. de gruyère rallado,

1 decilitro de leche de vaso de vino),

1 huevo, sal y pimienta.

En un cazo se pone la leche, la sal y la mantequilla a cocer. Cuando hierve se le echa de

golpe la harina. Se remueve sin cesar para que la masa se quede sin grumos. Se deja

enfriar un poco y se añade el queso rallado. Cuando la masa está templada se le añade el

huevo entero trabajando bien para que quede bien incorporado.

Se untan las rebanadas de pan de molde ligeramente con mantequilla, poniendo después

una capa más bien espesa de la masa. Se cortan las cortezas del borde y se dividen en

dos triángulos. Cuando se vayan a servir se fríen en aceite caliente, poniendo la cara del

pan untado en contacto con el aceite. Se sirven calientes.

24.—CANAPES DE MAYONESA Y QUESO, CALIENTES

Se cortan unos canapés redondos (del tamaño de una moneda de 50 pesetas) y se tuestan

ligeramente en el horno sin nada. Aparte

se hace una mayonesa espesa (véase receta 94)

y se mezcla con queso rallado [1 tazón de mayonesa y 125 gr. de queso rallado]. Se unta

esta pasta abundantemente sobre el pan. Se cortan los centros de unas cebollas en

rodajas finísimas y se ponen sobre el pan y la pasta. Sobre la cebolla se vuelve a poner

el grosor de una avellana de mayonesa con queso.

Se mete al horno medianamente caliente

hasta que se dore (pero cuidado, que se quema

muy fácilmente) y se sirve caliente.

25.—CANAPES DE QUESO, TOMATE Y BACON

Se pueden hacer con pan redondo, especial de canapés, o con pan de molde cortado a

cuadrados de unos 4 cm. de costado.

Se unta el pan con muy poca mantequilla (ésta no debe estar muy fría, para poderla

untar por igual y ligeramente). Se cortan

los triángulos de queso tipo «Vaca que ríe,.M.

G. o cualquier otro que sea de porciones y bien mantecoso. Se coloca sobre el pan.

Encima se pone una rebanadita de tomate fresco y bien maduro —muy fina, para lo cual

se corta con un cuchillo de sierra—. Sobre esto se coloca una loncha de bacon (o media

si ésta es muy larga), doblada en dos. Se mete al horno previamente caliente hasta que el

queso esté muy blando y el bacon bien tostado, y se sirven calientes.

26.—CANAPES DE QUESO GERVAIS Y PIMENTON

Untar pan de canapés (redondo, o pan de molde, cortado en cuatro) con una capa espesa

de queso gervais salado. Espolvorearlo con un poco de pimentón y meter al horno un

ratito.

27.—EMPAREDADOS DE QUESO BLANCO

Se prepara una crema con 2 quesitos blancos (tipo demi-sel Gervais. u otra marca). Se

mezclan con 2 cucharadas soperas d crema líquida (o leche evaporada sin azúcar). Se

pica muy fin una cebolleta (la parte verde), o una .chalota. o una cebollita francesa

pequeña. Se mezcla 1 cucharadita de este picado con el queso.

Esta pasta se unta sobre una rebanada de pan de molde y se cubre con una rebanada de

pan de centeno oscuro. Se cortan los
bordees y se parten en dos triángulos. Se
puede

meter un ratito en la nevera.

28.—PALITOS DE QUESO FRITOS

100 gr. de harina,

1 huevo,

25 gr. de mantequilla,

sal.

50 gr. De queso rallado (parmesano),

Con esto se hace una masa que se

trabaja con la mano. Se espolvorea de harina un

mármol y se extiende con un rollo pastelero Se cortan tiras de un dedo de ancho y 5 cm.

de largo.

Se pone aceite abundante en una sartén y cuando está caliente en su punto (probar con

una rebanadita de pan), se echan los palitos dentro. Se retiran cuando están bien dorados

y se dejan escurrir. Se sirven fríos.

29.—PALITOS DE QUESO AL HORNO (salen unos 20)

100 gr. de mantequilla,

100 gr. de queso rallado,

**80 gr. de harina (3 cucharadas soperas
un poco sal.**

colmadas),

Se pone la mantequilla en un cazo y se derrite a fuego lento (sin que cueza) y se retira.

Se le añade entonces la harina y después el queso rallado (se rectifica de sal, si hiciese

falta). Se forman unos palitos del grosor y del largo de un dedo meñique. Se pasan por

pan rallado (puesto éste en un plato) y se colocan en una chapa de horno. Se meten al

horno medianamente caliente hasta que los palitos estén bien dorados. Se sacan con un

cuchillo, con cuidado, pues son frágiles, y se dejan enfriar para servir.

30.—FRITOS DE QUESO GRUYERE

Se cortan unos trozos de gruyère de 1

cm. de grueso, 1½ de ancho y 3 cm. de largo. Se

ponen en remojo en leche fría durante 2 horas. Se sacan y se escurren bien, incluso

secándolos con un paño limpio; se pasan ligeramente por harina, después por huevo

batido como para tortilla y por último por pan rallado. Se fríen en aceite fuerte y se

sirven calientes.

31.—FRITOS DE QUESO GRUYERE Y BACON

Se cortan tiras de gruyere de un dedo de gruesas y un poco más largas que la parte corta

de las lonchitas de bacon. Las lonchitas de bacon deben ser finas. Con unas tijeras se

corta la corteza que se pone dura al freír, y se parten por la mitad. En cada mitad se

pone el trozo de queso, se enrolla el bacon y se pincha con un palillo para que no se

desenrolle al freír. Se fríen en aceite abundante y bien caliente.

Se sacan y se sirven enseguida sin quitar el palillo.

32.—PETITS CHOUX AL ROQUEFORT O AL FOIE-GRAS

Masa (para unos 65):

1 vaso (de los de agua) de leche,

50 gr. de manteca de cerdo,

1 vaso (de los de agua) de harina,

3 huevos enteros,

50 gr. de mantequilla,

2 claras de huevo,

un poco de sal.

En un cazo se pone la leche, la mantequilla, la manteca y la sal. Se pone al fuego y

cuando está todo derretido se dan unas vueltas con una cuchara de madera.

Cuando

rompe a hervir se echa de golpe el vaso de harina y se mueve bien durante unos 3

minutos. Se retira del fuego y cuando la masa así formada está casi fría se añaden uno

por uno los huevos, esperando de uno a otro que haya quedado bien incorporado

el

anterior y al final las claras montadas.

Se engrasa ligeramente con aceite fino una chapa de horno y con una cucharita de café

se coge un poco de masa y se pone en la chapa en montoncitos separados, pues los

choux aumentan bastante.

El horno tiene que estar flojo. Cuando están los choux doraditos, se retiran y, ya una vez

fríos, se les hace una raja con unas

tijeras en el costado. Se presiona con los dedos y con

la punta de un cuchillo se va introduciendo el relleno.

Una vez hechos y abiertos se mezcla foie-gras con un poco de crema batida para que

espese pero no se vuelva mantequilla; se rellenan con esta pasta (100 gr. de foie-gras

con 2 cucharadas soperas de crema batida).

Pasta de roquefort:

Se mezcla por partes iguales queso roquefort y mantequilla.

33.—TARDALETAS DE BECHAMEL

Se rellenan las tartaletas de la siguiente crema caliente:

En un cazo se ponen 50 gr. de maizena y dos yemas de huevo; se disuelve poco a poco

con un vaso (de los de agua) de leche fría. Se pone entonces al fuego y con una cuchara

de madera se va dando vueltas hasta que la crema cueza un par de minutos. Se

añaden

entonces 75 gr. de queso gruyere rallado y, ya fuera del fuego, el zumo de una naranja.

Se rectifica de sal y se rellenan enseguida las tartaletas de esta crema; se sirven

templadas o pasándolas un par de minutos por el horno a calor medio.

APERITIVOS VARIADOS

34.—PINCHOS DE DATILES Y BACON FRITOS

Se raja cada dátil por la parte más

alargada y se retira con cuidado el hueso. Se envuelve

en un trozo de bacon cortado a máquina fino, al cual se le habrá quitado la piel dura del

borde, y se fríe en aceite caliente. Se sirve enseguida.

35.—APIO CON ROQUEFORT

Se cortan los tallos largos de apio. Se lavan y pelan bien, dejándolos enteros a lo ancho.

Se forman unos trozos de 3 cm. de largo que se rellenan con una pasta de roquefort y

mantequilla bien mezclados a partes iguales. Se unta por la parte hueca del tallo hasta

dejarla bien rellena.. Se pone en la nevera y se sirve bien frío.

36.—TARLETAS DE CHAMPIÑÓN (véase receta 1)

Se lavan y cortan en rebanaditas los champiñones (los más frescos son los de piel más

blanca). Se echan en un cazo con un trozo de mantequilla (25 gr.) y el zumo de medio

limón. Se cubre el cazo con una tapadera

y se pone a fuego lento hasta que se hagan (de

10 a 15 minutos).

En una sartén pequeña se ponen 25 gr. de mantequilla y 1 cucharada sopera de aceite

fino. Se añade 1 cucharada sopera colmada de harina, se mueve un poco y se echa poco

a poco un vaso (de los de agua) lleno de leche fría ($\frac{1}{4}$ litro). Se deja cocer unos 8

minutos dando vueltas, se sala y se añade un pellizquito de curry. Se mezcla con los

champiñones ya hechos y su salsa.

Se rellenan las tartaletas y se sirven calientes.

37.—ECLAIRS DE ESPARRAGOS

Los éclairs se hacen con la misma masa de los petits choux (receta 32), pero en vez de

formarlos en redondo, se pone la masa alargada. Una vez hechos se abren con las tijeras,

haciendo una raja muy grande (casi todo el éclair menos un costado). Se rellenan de

mayonesa más bien dura y sobre la mayonesa se colocan dos puntas de espárragos de

lata, volviendo a cerrar el éclair.

38.—CHAMPIÑONES RELLENOS DE QUESO RALLADO

Se escogen unos champiñones grandecitos. Se les quitan los podúnculos o rabos. Se

lavan muy bien en agua fría y zumo de limón, cepillándolos con un cepillo suave, y se

secan seguidamente para que no pierdan el sabor. Se ponen en una besuguera

untada

con aceite en el fondo y se rellenan de queso rallado. Se pone un poco de mantequilla

encima de cada champiñón y se asan a horno mediano durante unos 15 minutos. Se

sirven en una fuente enseguida y bien calientes.

39.—CHAMPIÑONES RELLENOS DE UN PICADITO CON CHALOTA

Se preparan igual que los anteriores y en la parte hueca se rellenan como sigue:

Se pican los rabos de los champiñones y una chalota (mediana, para unos 4

champiñones). En una sartén pequeña se pone un poco de aceite, se rehoga el picadito

mezclado; se añade sal y unas gotas de zumo de limón. Se deja rehogar de 5 a 8 minutos

y se rellenan los champiñones, metiéndolos al horno, igual que en la receta anterior.

Sugerencias de platos fríos (para el verano)

SOPAS

Ajo blanco con uvas (receta 162).

Gazpacho (receta 159).

Gazpacho en trozos (receta 160).

Gazpachuelo (receta 161).

Sopa de jugo de tomate (receta 128) .

Vichyssoise (receta 164).

PESCADOS Y MARISCOS

Brazo de gitano de puré de patatas
(receta 215).

Budín de bonito frío (receta 539).

Pastel de bonito frío (receta 538).

Centollo frío a la pescadera (receta 663) .

Aspic de bonito con mayonesa (receta 540).

Cocktail de gambas (receta 669) .

Copas de pescado y mariscos con salsa de hortalizas, pipirrana (receta 701) .

POLLO

Suprema de pollo (receta 845).

HUEVOS

Huevos duros mimosas (receta 438).

Huevos duros con ensaladilla rusa
(receta 441)

Huevos moles en gelatina (receta 446).

VERDURAS

Pimientos rojos con huevos duros
(receta 392).

**Tomates rellenos de sardinas en
aceite, pimientos verdes y aceitunas**
(receta 413).

**40.—ENSALADA DE
ESPARRAGOS, JAMON DE YORK,
ETC... Y MAYONESA (6**

personas)

1 manojo de espárragos gordos (o una lata

**1 cucharada sopera de perejil picado,
grande de**

**1 tazón de mayonesa espesa,
los mismos),**

1 huevo,

200 gr. de jamón de York (en 1 o 2 lonchas),

1 vaso (de los de agua) de aceite,

3 tomates duros pero colorados,

1 cucharada sopera de vinagre o zumo de

3 huevos duros,

limón,

1 pepino (mediano),

sal.

1 cucharada sopera de cebolla picada,

Se pelan y cuecen los espárragos según la receta 349. Se dejan escurrir muy bien y se

colocan encima de un paño limpio doblado para que no tengan agua alguna (si son de

lata, se escurren de la misma manera).

Se hace la mayonesa en la batidora (receta 94). Se cortan los espárragos en trozos como

de 3 cm. de largo (sólo la parte tierna).

Se corta el jamón a cuadraditos. Los tomates se

lavan, se secan y parten en trozos; se salan y se dejan un buen rato para que suelten su

agua. El pepino también se pela y se

deja en cuadraditos con un poco de sal,
para que

suelte también su agua.

Se revuelve todo junto con 1 huevo y
medio duro picado, la mitad del perejil
y la

cebolla. Se mezcla con la mayonesa y se
mete en la nevera durante una hora. Al ir
a

servir se adorna la fuente con el huevo y
medio reservado y cortado en rodajas.

Se

espolvorea con el resto del perejil, y se
sirve.

Berros: ensalada fantasía (receta 297).

Calabacines en ensalada (receta 311).

Barcas de pepinos con ensaladilla (receta 390).

CARNE Y JAMON

Pasteles de carnes o terrinas (véase el capítulo correspondiente, recetas 899 y siguientes).

41.—CANUTILLOS DE JAMON DE YORK Y ENSALADA RUSA Y GELATINA (6

personas)

**½ litro de gelatina comprada o hecha
con Maggi ½ kg. de ensaladilla rusa,
o Aspic Royal,**

**1 lata pequeña de guisantes, de 100
gr.,**

6 lonchas de jamón de York,

2 zanahorias medianas cocidas.

Quien quiera hacer la ensaladilla deberá
cocer para ello 1 kg. de guisantes, ¼ kg.
de

patatas, ½ kg. de zanahorias en agua y
sal, por separado. Cuanta más variación
de

verduras haya, mejor; pero esto depende de la época del año.

Se hará también un tazón de mayonesa dura. Esta se hará con la batidora (receta 94).

Una vez cortadas las verduras y las patatas en cuadraditos, se mezclan con la mayonesa

y se reserva en sitio fresco.

Aparte se cuecen dos zanahorias y se cortan en rodajas finas, después de cocidas.

Se prepara la gelatina según vaya explicado en cada caso.

Se coge una tartera de unos 24 cm. de diámetro y de 4 cm. de alto. Se le pone en el

fondo una fina capa de gelatina y se mete en la nevera (en el congelador) para que cuaje

de prisa. Una vez formada la gelatina se adorna el fondo con guisantes y las rodajas de

zanahoria. En una tabla o mármol se extiende una loncha de jamón; se pone en el centro

de ésta 1½ cucharada sopera de ensaladilla rusa y se dobla el jamón como si fuese un

canutillo. Se pincha con un palillo para que no se abra el jamón (de forma que cuando la

gelatina esté cuajada se pueda retirar bien). Se colocan los canutillos en la tartera con la

punta fina en el centro y se cubre con la gelatina ya casi fría, aunque líquida. Se mete en

la nevera por lo menos 3 6 4 horas antes de servir el plato.

Al ir a servir se pasa un cuchillo alrededor de la tartera y se vuelca ésta en una fuente

redonda. Se adorna con hojas de lechuga, tomates y rodajas de huevo duro.

42.—ROLLOS DE JAMON DE YORK CON ESPARRAGOS Y MAYONESA (6 personas)

6 lonchas de jamón de York,

1 huevo duro,

6 espárragos de lata muy gruesos y tiernos (o

1 cucharada sopera de perejil picado,

18 menos gruesos),

1 cucharada sopera de vinagre o zumo de

1 cucharada sopera de alcaparras,

limón,

1 tazón de mayonesa,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

6 dátiles,

sal.

3 zanahorias medianas tiernas cortadas en

juliana (a tiritas por la moulinette),

Se tiene preparado de antemano 1 tazón de mayonesa bastante espesa (receta 94). Se

pican las alcaparras con una tijera y se mezclan con la mayonesa ya aliñada.

Se extiende cada loncha de jamón de York y se pone en el centro bastante mayonesa

para que cubra bien el espárrago al

envolverlo con el jamón; encima de la mayonesa se

pone un espárrago (o 3 más pequeños). Se enrolla con cuidado toda la loncha de jamón,

quedando el espárrago en el centro del rollo y asomando la punta. Se colocan en la

fuelle donde se vayan a servir. Se espolvorean con la mezcla del huevo duro picado (no

se pone toda la clara, pues sería demasiado) y el perejil. Sobre cada loncha, en el centro

y a modo de atado, se coloca un dátil, que se habrá partido de un lado para quitarle el

hueso. Se aliñan en un plato sopero las zanahorias en tiritas, con aceite, vinagre o limón

y un poco de sal, y se adorna la fuente con cuatro montones de zanahorias.

Si se prepara con anticipación, la fuente se cubre con papel de aluminio y se mete un

rato en la nevera.

LEGUMBRES Y PATATAS

Arroz blanco con verduras y vinagreta (receta 173).

Arroz blanco con mayonesa y atún (receta 169)

Lentejas en ensalada (receta 204).

Patatas con mayonesa, tomates, anchoas, aceitunas, etc. (receta 239).

Patatas en ensaladilla con atún y huevo duro (receta 238).

ASPIC-MOUSSES

Aspic de atún con mayonesa (receta 540)

43.—ASPIC-MOUSSE DE FOIE-GRAS (4 personas)

Para que sea bueno este aspic, se debe hacer con foie-gras de oca o de pato, para lo cual

se utiliza un resto de foie grande o unas latas especiales donde el foie está en trozos

pequeños, pero sin mezclar con cerdo, etc.

50 gr. de foie de oca o pato, litro de gelatina

crema líquida montada (nata, no dulce),

(Maggi, Royal u otra comprada),

1 trufa (facultativo),

1 vaso (de los de vino) de

Se prepara la gelatina (según venga explicado para cada marca), o disuelta al baño

maría si se compra hecha.

Una vez templada, casi fría, pero aún líquida, se pone una capa fina de gelatina en el

fondo del molde o flanera donde se va a hacer el aspic. Se adorna con unas rodajitas de

trufa bien negras y se mete en la nevera para que se cuaje bien.

En una ensaladera se pone el foie, se aplasta bien con un tenedor y se le agrega en dos o

tres veces la crema montada (crema líquida batida). Por último, se le añade poco a poco,

y dando unas vueltas con unas varillas, la gelatina líquida pero casi fría. Una vez bien

mezclado, se vierte en el molde y se mete en, la nevera (unas 3 horas por lo menos, o

más si se quiere preparar con tiempo).

Para servir se pasa un cuchillo de punta redonda, calentado en agua caliente, todo

alrededor del molde. Se vuelca en una fuente redonda y se adorna con hojas blancas de

lechuga o con unos berros.

44.—MOUSSE FRIA DE GAMBAS (6 a 8 personas)

60 gr. de mantequilla,

1½ vaso (de los de agua) de leche fría,

4 cucharadas soperas de aceite,

2 hojas de buena cola de pescado,

½ kg. de gambas,

1 yema de huevo,

**2 cucharadas soperas colmadas de
harina,**

2 claras,

agua y sal.

Se pelan las gambas. Las colas se reservan crudas en un plato. En un cazo se pone la

mitad de la mantequilla con las cabezas

y los caparazones. Se pone a fuego lento y se revuelve bien durante unos 5 minutos, a

partir del momento en que la mantequilla está derretida. Se pone por tandas en un

colador fino y se machaca muy bien, apretando mucho con la seta del pasapurés. Sale

un juguito color de rosa que se reserva.

En una sartén se pone a calentar el resto de la mantequilla y 2 cucharadas de aceite.

Cuando está derretido se añade la harina. Se dan unas vueltas y, poco a poco, se vierte la

leche dando vueltas. Se ponen entonces las gambas reservadas y todo el jugo recogido

de las cabezas; se deja cocer unos minutos (5 minutos más o menos). Se añade sal, se

separa del fuego y se incorpora a esta bechamel la yema de huevo.

En un cazo pequeño se pone un poco de agua (3 ó 4 cucharadas soperas); se corta la

cola de pescado en trocitos con las tijeras, se mueve bien y se pone a fuego muy lento

para que se derrita (sin que cueza, pues le da mal sabor). Se agrega poco a poco a la

bechamel de gambas, colándola previamente por un colador de tela metálica.

Se montan las 2 claras a punto de nieve firme, con un pellizco de sal. Se juntan con la

bechamel, cuidando de incorporarlas bien sin moverlas demasiado.

Se toma una flanera no muy alta, se unta con las 2 cucharadas de aceite fino, se escurre

bien y se vierte la mousse. Se mete en la nevera unas 3 horas más o menos. Para servir,

se desmolda pasando un cuchillo todo alrededor y se adorna la fuente con hojitas de

lechuga y rodajas de tomate, o montoncitos de berros.

Fritos, tartas saladas,

Empanadillas y tostadas

45.—MASA DE EMPANADILLAS (salen unas 30)

1.^a receta

300 gr. de harina,

25 gr. de manteca de cerdo.

**4 cucharadas soperas
(aproximadamente) de**

**1 vaso de los de agua (no lleno) con
mitad de**

harina para espolvorear la mesa,

agua y mitad de vino blanco seco,

25 gr. de mantequilla,

sal.

En un cazo se pone el agua, el vino, la mantequilla y la manteca a derretir.

Cuando está

caliente, pero sin que llegue a hervir, se retira del fuego y se añade la harina, mezclada

previamente con la sal. Se trabaja primero con una cuchara de madera y luego en la

mesa de mármol espolvoreada con 2 cucharadas de harina. Se amasa bien un rato y

luego se pone en forma de bola en un plato tapado con un paño limpio. Se deja reposar

unas 2 horas. Al ir a formar las empanadillas, se espolvorea otra vez la mesa con harina

y se extiende la masa con un rollo pastelero hasta que queda muy fina.

Se pone el relleno que se haya previsto para ello y se dobla la masa para cubrirlo; se

corta en forma de media luna, dejando un par de centímetros alrededor del relleno. Se

pueden cortar las empanadillas con una media luna de hojalata, o con una rueda de

metal que se vende para esto, o con un vaso de filo fino.

Hay que apretar bien los bordes al cortar para que no se salga el relleno al freír las

empanadillas.

El aceite debe ser muy abundante para freír (aunque luego se gaste poco).

**46.—MASA DE EMPANADILLAS
(salen unas 30)**

300 gr. de harina,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

**4 cucharadas soperas
(aproximadamente) más**

1 huevo,

de harina para espolvorear la mesa,

**1 vaso (de los de agua), no lleno de
agua.**

25 gr. de mantequilla,

sal.

En un cazo se pone el agua, la sal, la

mantequilla y el aceite a calentar.

Cuando empieza

a cocer se aparta y se echa la harina, fuera del fuego, y después el huevo. Se amasa en el

cazo y luego se espolvorea un mármol con harina; allí se amasa un ratito (si hiciese falta

se podría añadir algo más de harina a la masa). Se deja tapada con un paño limpio la

masa una vez hecha, por lo menos durante $\frac{1}{2}$ hora. Pasado este tiempo se procede como

en la receta anterior.

47.—RELLENOS PARA LAS EMPANADILLAS

El principio es más o menos siempre lo mismo:

**1 cebolla mediana (100 gr.) refrita
durante unos**

**1 miga de pan (del grosor de 1 huevo)
mojada**

**6 minutos (hasta que se ponga
transparente),**

**con leche caliente y un poco escurrida,
o 1**

3 cucharadas soperas de salsa de tomate

huevo duro picado,

espesa,

1 anchoa (facultativo),

1 resto de carne picada, o jamón (de York o

pimienta, perejil picado o nuez moscada, según

serrano) o de pollo, gallina, o de pescado

se prefiera.

cocido o atún de lata,

Todo esto se mezcla muy bien y con ello se rellenan las empanadillas.

Como puede verse, cada cual puede hacer según sus medios y su fantasía.

También hay quien prefiere, en vez de mezclar la carne o el pescado con cebolla y

tomate frito, mezclarlo con un poco de salsa bechamel espesa. Es también muy fino,

pero más soso.

48.—EMPANADAS DE HOJALDRE

(6 personas)

Se hace el hojaldre según va explicado en la receta 100, pero se suprime el azúcar.

Se rellena de varias maneras:

Bonito en escabeche

Con 1 kg. de tomates, una cebolla grande (200 gr.), aceite, azúcar y sal, se hace una

salsa de tomate espesa, que no se pasa por el pasapurés (receta 63).

Se extiende la salsa de tomate por el hojaldre, dejando un borde de 2 cm. de

ancho todo

alrededor (para que se pueda pegar bien la masa al poner la tapa de hojaldre). Se

desmenuzan (no demasiado) 200 gr. de atún en escabeche, se ponen 2 pimientos (de

lata) y se cubre con la tapa de hojaldre, procediendo igual que para el dulce.

Magro de cerdo y morcilla

Se hace una salsa de tomate igual que en la receta anterior.

Se fríe un trozo de magro de cerdo cortado en taquitos pequeños (unos 400

gr.). Se

cortan en rodajas de 2 cm. de gruesas un par de morcillas y se procede en todo igual que

para la empanada de bonito.

Pollo

Se asan 2 pechugas de pollo, o se aprovecha algún resto y se procede igual que para la

empanada de bonito.

Se puede variar cuanto se quiera el relleno, que en principio se mezclará con salsa de

tomate espesa y tiritas de pimientos rojos frescos y asados o de lata. Esto es lo más

clásico.

49.—PAN DE MOLDE CON GAMBAS Y BECHAMEL (6 personas)

12 rebanadas de pan de molde (Fridox o Bimbo,

½ litro de leche fría (2 vasos de los de agua

etc.),

bien llenos).

1 kg. de gambas,

1 pizca de curry (facultativo) ,

30 gr. de mantequilla,

50 gr. de queso gruyère rallado,

3 cucharadas soperas de aceite,

sal.

**1 cucharada sopera colmada de
harina,**

Se separan las colas de las gambas y si son grandes se parten en dos. Se reservan.

En una sartén se hace la bechamel: se pone a derretir la mantequilla con el aceite. Una

vez calientes, se ponen las colas de las gambas y se rehogan unos 3 ó 4 minutos; se

sacan y se reservan en un plato. Se añade entonces la harina en la sartén. Se da un par de

vueltas y, poco a poco, se vierte la leche fría, sin dejar de dar vueltas con unas varillas o

una cuchara de madera. Se deja cocer la bechamel unos 10 minutos, se añaden el curry y

la sal. Una vez espesada la bechamel, se agregan las gambas, se revuelve bien y se

reparte por encima de las rebanadas de pan. Se espolvorean éstas con queso rallado y se

meten al horno a gratinar.

Cuando están bien doradas se sirven en una fuente.

50.—PAN DE MOLDE CON CHAMPIÑONES, BECHAMEL Y QUESO RALLADO (6

personas)

12 rebanadas de pan de molde,

**1 cucharada sopera colmada de
harina,**

400 gr. de champiñones frescos,

**½ litro de leche fría (2 vasos de agua
bien**

**50 gr. de queso gruyère o parmesano
rallado,**

llenos),

50 gr. de mantequilla,

1 limón (el zumo),

**2 cucharadas soperas de aceite,
sal, pimienta.**

Se preparan los champiñones como se explica en la receta 424, cortándolos en láminas

no demasiado finas. Se ponen con algo menos de la mitad de la mantequilla preparada

para esta receta. Los otros 30 gr. de mantequilla se ponen en una sartén con el aceite. Se

calientan y cuando está la mantequilla derretida se añade la harina. Se dan unas vueltas

con las varillas y se añade la leche poco a poco, sin dejar de dar vueltas. Se añade la sal

y un poco de pimienta molida. Se cuece la bechamel durante unos 10 minutos; pasado

este tiempo, se agregan a la bechamel los champiñones con su jugo. Se revuelve todo

bien y se deja templar un poco. Se reparte por encima de las rebanadas de pan. Se

espolvorean éstas con el queso rallado y se meten al horno, previamente calentado

durante unos 5 minutos, a gratinar.
Cuando la bechamel está dorada se
ponen las

tostadas en una fuente y se sirven
enseguida.

51.—PAN DE MOLDE CON QUESO RALLADO (6 personas)

**12 rebanadas de pan de molde (Fridox,
Bimbo,**

**150 gr. de queso gruyère rallado,
etc.),**

3 huevos,

70 gr. de harina (3 cucharadas

**1½ vaso (de los de vino) de leche
soperas),**

1 litro de aceite (sobraré),

75 gr. de mantequilla,

sal, pimienta.

En un cazo poner la leche, la mantequilla, la sal y la pimienta a cocer. Cuando está

cociendo a borbotones se añade la harina de golpe y se mueve con una cuchara de

madera hasta que se desprenda de las paredes del cazo. Se separa del fuego y una vez

templada la masa se añade 1 huevo (sin batir); cuando está bien incorporado se añade

otro y así hasta completar los 3 huevos. Se agrega el queso. Se untan con esta masa las

rebanadas de pan por una sola cara y quedando bien cubiertas todas. Se prepara como

media hora antes de ir a freír. Se calienta bien el aceite y se fríen las rebanadas,

poniendo el lado untado en el aceite de freír. Cuando están bien doradas se retiran y se

escurren, conservándolas al calor hasta ir a servir las en una fuente.

Nota.-Se pueden también meter en el horno para gratinar las tostadas si no se quieren

fritas. Salen también muy buenas, aunque no tan bonitas de vista. Se añade entonces un

poco de queso rallado, espolvoreado por encima de cada rebanada para que gratine

mejor.

52.—TARTA DE BACON Y QUESO (6 a 8 personas) QUICHE

Masa quebrada,

**1 vaso (de los de vino) de agua fría
(quizá un**

1 yema de huevo,

poco, más),

200 gr. de harina,

mantequilla para untar el molde.

90 gr. de mantequilla,

sal.

1 cucharada sopera no llena de aceite de

cacahuete,

Relleno:

¼ litro de crema líquida,

2 lonchas de bacon o una de jamón de York,

4 huevos,

40 gr, de queso gruyère en lonchitas muy

**1 vaso (de los de agua) de leche fría,
finas,
sal.**

50 gr, de queso gruyère rallado,

Se prepara la masa quebrada la noche anterior o, por lo menos, unas 4 horas antes de

hacer la tarta.

Se pone la harina en una ensaladera, se espolvorea con un poco de sal y se pone la

mantequilla en trocitos pequeños para

que se ablande. Con las manos se tritura esto lo

menos posible, añadiendo la yema y formándose una especie de serrín grueso. Se va

echando entonces y, poco a poco (en tres veces, por ejemplo), el vaso de agua. Se

espolvorea una mesa con harina y se termina de amasar en ella. Una vez hecha la masa

se forma una bola grande, se mete en un tazón, y éste en sitio fresco a reposar.

Cuando llega el momento de hacer la tarta se espolvorea harina en una mesa

de mármol

y con el rollo pastelero se extiende, dándole forma redonda. Se unta un molde de unos

26 cm. de diámetro y con bordes altos (unos 4 cm.) con bastante mantequilla. Se dobla

la masa y se traslada a la tartera, colocándola bien con los dedos y teniendo cuidado de

que quede de grosor igual por todos lados. Se recorta lo que sobra de los bordes con un

cuchillo. Se pincha con un tenedor todo

el fondo de la masa (sin que el pinchazo la

traspase); se coloca el bacon cortado en trocitos y las lonchitas de queso. Se mete al

horno mediano, previamente calentado, unos 20 minutos para que cueza la masa sin

tomar nada de color. Mientras tanto se baten mucho los huevos, se salan y se les añade

la crema líquida y la leche, mezclando todo muy bien. Se saca unos instantes la tartera y

se vierte la crema en ella. Se espolvorea con queso rallado y se vuelve a meter en el

horno, dando primero unos 15 minutos de calor fuerte y luego bajando un poco el calor,

se deja otros 25 minutos más. Este tiempo depende del horno. La tarta debe tener un

bonito color tostado y gratinado. Se vuelca, una vez reposada durante unos minutos, en

un plato, y rápidamente se vuelve a la fuente donde se vaya a servir, dejándola al calor

suave hasta pasarla a la mesa.

53.—MASA PARA BUÑUELOS

1.^a receta

300 gr. de harina,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

**3 decilitros de leche fría (1½ vaso de
los de**

**1 cucharadita (de las de moka) de
levadura**

agua),

Royal,

**3 cucharadas soperas de aceite fino,
1 litro de aceite para freír,
sal.**

En una ensaladera se ponen la harina y la sal mezcladas; en el centro se hace un hoyo y

se pone el vino y el aceite. Se revuelve todo con una cuchara de madera y se va

agregando la leche fría. Se deja reposar la masa por lo menos $\frac{1}{2}$ hora (sin ponerle la

levadura). Solamente al ir a hacer los buñuelos se añade ésta. Se pone el

relleno de uno

en uno y se fríen los buñuelos en aceite muy abundante.

2.^a receta

150 gr. de harina,

1 botellín de cerveza,

1 huevo,

sal.

1 cucharada sopera de aceite fino,

En una ensaladera se pone la harina, mezclada con la sal. En el centro se echa

la yema

de huevo y el aceite. Se revuelve todo y se va añadiendo la cerveza poco a poco hasta

formar una pasta de la consistencia de unas natillas espesas. En el momento de ir a freír

los buñuelos, se añade la clara de huevo montada a punto de nieve fuerte (con un

pellizco de sal). Se revuelve con la masa, lo justo para incorporarla. Se tiene así la masa

en su punto para freír lo que se quiera (pescado, calabacines, manzanas, etc.)

3.^a receta (para sesos huecos, calamares, cebolla, etc.)

Harina y sifón,

1 pellizco de sal y otro de azafrán en polvo.

la punta de un cuchillo de levadura Royal,

**54.—MEDIAS NOCHES RELLENAS
(6 personas)**

12 medias noches,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

200 gr. de jamón serrano picado (o de

York, o

2 cucharadas soperas de harina,

una pechuga

2 ó 3 huevos,

**de gallina cocida, o un resto de pollo,
etc.),**

pan rallado,

1 litro de leche,

1 litro de aceite (sobrará).

25 gr. de mantequilla,

sal.

En la parte de arriba de las medias noches se corta un redondel como de 2 o 3 cm. de

diámetro. Se quita con la punta del cuchillo lo que se pueda de la miga (sin estropear la

media noche). Se prepara una bechamel. En una sartén se derrite la mantequilla junto

con el aceite, se añade la harina y luego, poco a poco y dando vueltas con las varillas, la

leche fría ($\frac{1}{2}$ litro o un poco más si hace

falta). Se agrega sal y se deja cocer unos
10

minutos. Se añade el picadito (jamón o
pechuga). Con una cucharita de café se
rellenan

las medias noches, dejando que
sobresalga un poco por el hueco de la
media noche. Se

deja enfriar así la bechamel en las
medias noches. Conviene, pues,
prepararlas al menos

½ hora antes de ir a freírlas. Se pasan
éstas rápidamente por el resto de la
leche

(templada, no caliente), luego por huevo batido como para tortilla y, finalmente, en pan

rallado.

Se fríen en aceite bien caliente y se sirven enseguida, solas o con salsa de tomate

servida aparte, en salsera.

55.—BUÑUELOS DE QUESO CON SALSA DE TOMATE (6 personas; salen unos 25

buñuelos)

125 gr. de harina,

Salsa de tomate (véase receta 63):

25 gr. de mantequilla,

1 kg. de tomates bien maduros,

1 pellizco de sal,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

1¼ vaso (de los de agua) de agua,

**1 cucharadita (de las de café) de
azúcar,**

4 huevos,

1 cebolla grande (100 gr.), facultativo,

**150 gr. de queso gruyère rallado,
sal.**

1 pellizco de sal,

1 litro de aceite (sobraré),

Se prepara la salsa de tomate con anticipación y se calienta bien al ir a servirla en

salsera aparte.

En un cazo se pone el agua, la mantequilla y la sal a cocer. Cuando rompe a hervir se

añade de golpe la harina, dando vueltas

rápidamente con una cuchara de madera hasta

que la masa se desprenda de las paredes del cazo. Se retira del fuego y se deja enfriar un

poco (5 minutos), dando vueltas a la masa. Se añade 1 huevo entero (sin batir); cuando

está bien incorporado a la masa, se añade otro, y así hasta completar los 4. Se agrega

entonces el queso recién rallado, hasta que esté también incorporado. Se deja la masa en

reposo durante unas 2 horas. En una sartén honda y amplia se pone el aceite a calentar;

cuando aún está poco caliente, se coge un poco de masa con una cuchara de las de café

y se echa (empujándola con el dedo). La masa debe bajar al fondo del aceite. No se

deben poner muchos buñuelos a la vez, pues aumentan bastante y conviene freírlos

holgadamente. Se va calentando el aceite poco a poco y cuando los buñuelos suben a la

superficie es cuando deben estar bien inflados. Se dejan dorar y se retiran con una

espumadera, colocándolos en un colador grande, a la boca del horno, que estará

templado, en espera de tener todos los buñuelos fritos.

Para cada tanda de buñuelos hay que retirar el aceite del fuego y dejar que se enfríe

hasta estar sólo templado, antes de echar otros.

Se servirán en una fuente con una servilleta y con la salsa de tomate

aparte.

**56.—CROQUETAS (6 personas;
salen unas 34 croquetas medianas)**

2 cucharadas soperas de aceite fino,

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

40 gr. de mantequilla,

2 huevos,

**3 6 4 cucharadas soperas de harina
(según**

1 litro de aceite,

estén de llenas),

pan rallado,

sal.

Relleno que se quiera:

½ kg. de gambas,

ó 200 gr. de jamón serrano picado,

ó 350 gr. de merluza o pescado blanco,

ó 1 pechuga de gallina cocida,

1 ó 2 huevos duros picados,

ó 1 resto de pollo asado, etc.

En una sartén se ponen el aceite y la

mantequilla a derretir. Cuando está todo caliente se

echa la harina y con una cuchara de madera; se dan un par de vueltas.

Seguidamente se

va echando la leche poco a poco para ir añadiendo a medida que hierva la bechamel

hasta que quede más bien espesa. Se añade entonces el relleno que se vaya a poner, se

mueve bien y se extiende en una besuguera para que se enfríe. Tiene que estar así por lo

menos 2 horas. Con 2 cucharas soperas se coge un poco de masa y se forman las croquetas al tamaño que se desee.

Se acaban de moldear con bonita forma con las manos.

En un plato sopero se ponen los 2 huevos batidos como para tortilla y se pasa cada

croqueta, primero ligeramente por pan rallado, después por el huevo y luego por el pan

rallado otra vez, procurando que éste quede igual por todos lados.

Si hubiese que preparar las croquetas con un poco de anticipación, se cubre con un paño

limpio húmedo, para que no se sequen. Se prepara una sartén amplia con 1 litro de

aceite y cuando esté caliente (se prueba con una rebanadita de pan), se van echando las

croquetas por tandas (unas 6 cada vez) . Cuando están bien doradas se echan en un

colador grande hasta que estén todas fritas y se sirven enseguida en una fuente adornada

con unos ramitos de perejil, fresco o frito.

57.—CROQUETAS DE QUESO RALLADO Y HUEVO

Sé preparan como las anteriores.

Cuando está hecha la bechamel se retira para que no

esté demasiado caliente y se añade 1 huevo entero (sin batir). Cuando está bien

incorporado a la bechamel se añade otro. Seguidamente se agregan de 150 a 200 gr.

(según guste el sabor a queso) de

gruyère recién rallado. Se extiende la masa en uña

besuguera y se procede como en la receta anterior.

58.—CROQUETAS DE PATATA Y BACALAO (6 personas)

Si el bacalao es seco, se pondrá en remojo unas 2 horas antes sin cambiarle el agua, pero

si es de bolsas de plástico no hará falta remojarlo.

Se lavan bien las patatas, sin pelarlas, y se ponen en un cazo con el bacalao, todo ello

bien cubierto con agua fría abundante.
Se deja cocer durante unos 30 minutos
(según la
clase de patata).

Una vez cocidas las patatas se pelan y
se pasan por el pasapurés.

Se limpia bien el bacalao de pellejos y
espinas, se desmenuza muy bien con los
dedos y

se mezcla con el puré. Se fríe un poco
de ajo en una sartén pequeña, con una
cucharada

sopera o 2 de aceite; cuando está dorado
se machaca con un pellizco de sal en el

mortero y se incorpora al puré. Se añade una yema, y cuando tengamos ésta bien

incorporada, la otra. Después las 2 claras a punto de nieve firme, con un pellizco de sal,

Se forman croquetas que pasaremos ligeramente por harina. Se fríen en aceite caliente

(se probará el aceite friendo una rebanadita de pan).

Se pueden servir con salsa de tomate aparte.

59.—BUÑUELOS DE BACALAO PORTUGUESES (6 personas)

1½ kg. de patatas,

1 cucharada (de las de café)

700 gr. de bacalao,

de perejil muy picado,

3 huevos,

1 litro de aceite (sobrará mucho),

1 diente de ajo muy picado,

agua.

Se pone el bacalao en agua fría a remojo unas horas antes, no cambiándole el agua más

que una vez. Se lavan muy bien las patatas sin pelarlas y se ponen a cocer con el

bacalao en agua fría, que las cubra sobradamente. Cuando rompe el hervor se baja el

fuego para que cuezan medianamente (sin borbotones grandes), durante unos 30

minutos (depende este tiempo de la clase de la patata). Se saca el bacalao, se limpia de

pellejos y espinas con mucho esmero. Se desmenuza muy fino. Cuando está deshecho se

pelan las patatas y se pasan por el pasapurés. Se mezcla bien y se añade el ajo y el

perejil, espolvoreándolos y moviendo bien la masa. Se agregan de una en una las 3

yemas de huevo, incorporándolas con cuidado.

Con una cuchara sopera se coge un poco de masa y se echa en el aceite caliente (se verá

si está en su punto friendo primero una rebanadita de pan).

Se sirven los buñuelos bien calientes,

acompañados si se quiere de salsa de tomate

servida aparte.

Buñuelos de puré de patatas (receta 212).

Buñuelos de puré de patatas y queso rallado ; (receta 213).

Fritos de bacalao (receta 515).

Buñuelos de bacalao con salsa de tomate (receta 516).

Bechamel de mejillones en sus conchas (recetas 692 y 651).

60.—TARTA DE CHAMPIÑONES (6 personas)

Masa quebrada igual que la quiche (receta 52).

1 cucharada sopera de aceite fino,

½ kg. de champiñones de París bien frescos,

1 cucharada sopera de harina (más bien

1 huevo,

colmada),

unas gotas de zumo de limón (½

limón),

1 vaso de leche fría (de los de agua) ,

35 gr. de mantequilla,

sal.

Una vez puesta la tarta en el molde, se unta con una clara de huevo ligeramente batida

con un tenedor.

Mientras tenemos la tarta en el horno (bien pinchado el fondo para que no salgan

pompas a la masa) se prepara el relleno.

Se lavan y cepillan bien los champiñones, quitándoles las partes malas, y se van

echando en agua fría con unas gotas de zumo de limón.

Una vez lavados, se sacan de uno en uno y se cortan en láminas gruesas la cabeza y el

tronco. Se van echando en un cazo. Se añade un trocito de la mantequilla (menos de la

mitad), unas gotas de limón y un poco de sal. Se cubre con una tapadera el cazo y se

dejan a fuego lento unos 10 minutos.

Aparte, en una sartén, se pone el resto de la mantequilla a derretir con el aceite. Se

añade la harina y con unas varillas se mueve agregando poco a poco la leche fría. Se

pone sal y se deja unos 6 minutos para que no sepa a harina cruda.

En un tazón se pone la yema de huevo y muy poco a poco se le añade bechamel, con el

fin de que no se corte. Se vierte esta mezcla en la sartén, moviendo bien, y, a

continuación, se añaden los champiñones que ya estarán en su punto.

Una vez bien dorada la masa de la tarta, se pone en la fuente donde se vaya a servir

(quitándola de su molde). Se vierte la bechamel con los champiñones y se sirve

enseguida bien caliente.

61.—TARTA DE BECHAMEL Y ESPARRAGOS VERDES (6 personas)

Masa:

Relleno:

1 molde de 27 cm. de diámetro).

½ manojo de espárragos verdes cocidos y

200 gr. de harina,

cortados en trozos de 4 cm. de largo,

90 gr. de mantequilla,

½ litro de leche fría,

1 cucharada sopera de aceite de cacahuete,

3 huevos,

1 yema de huevo,

100 gr. de queso gruyère rallado,

3 ó 4 cucharadas soperas de agua fría.

**1 cucharada sobera colmada de
maizena,**

sal.

sal.

Mientras se va cocinando el fondo en el
horno, se hace la crema de rellenar.

Se calienta la leche, y cuando está a
punto de hervir se echa la harina,
moviendo

continuamente con una cuchara de madera para que no se formen grumos.

Cuando ha

cocido durante unos 3 minutos, se retira del fuego. Se añade entonces la casi totalidad

del queso rallado (reservando un poco para espolvorear). Después se baten los 3 huevos

como para tortilla. Con un pincel se pasa un poco de huevo batido por los bordes de la

tarta, para que tenga más bonito color. Se añaden poco a poco los huevos a la crema,

moviendo muy bien para que quede muy fina. Se rectifica de sal y se vierte en el molde.

Se colocan los espárragos ligeramente ahondados en la crema (para que no se sequen).

Se espolvorea con el queso rallado y se vuelve a meter en el horno durante unos 15

minutos.

Se saca para servir, volcando primero la tarta sobre una tapadera o un plato y luego

sobre la fuente donde se va a servir. Lo

mejor sería hacer la tarta con un molde a propósito, que consiste en un fondo y un aro que se quita cuando está la tarta.

Se sirve seguidamente, bien caliente.

62.—ROSCON DE QUESO (8 personas)

1½ vaso (de los de agua) de agua,

125 gr. de gruyère rallado,

120 gr. de mantequilla,

4 huevos,

180 gr. de harina,

sal.

En un cazo se pone el agua y casi toda la mantequilla (reservando un poco para untar la

chapa del horno) con un poco de sal. Se pone a cocer. Cuando hierve se echa de golpe la

harina y se dan unas vueltas muy rápidas hasta que la masa se desprende de las paredes

y forma una bola. Se retira del fuego y se agrega casi todo el queso (se reserva un poco

para espolvorear). Se remueve bien y

uno por uno se van añadiendo los huevos (no se

echa otro huevo hasta que se incorpore bien el anterior a la masa).

Se unta la chapa del horno con la mantequilla que se había reservado y con la cacerola

se echa la masa sobre la chapa, formando un agujero en el centro. Se da bonita forma de

roscón con la mano. Se espolvorea con el queso rallado reservado a este fin, y se mete

en el horno, previamente calentado

(unos 5 minutos). Se pone a fuego mediano unos 30

minutos y luego un poco más fuerte unos 15 minutos más, hasta que el roscón esté bien

levantado y dorado.

Se sirve caliente.

Salsas

CALIENTES

63.—SALSA DE TOMATE CLÁSICA (6 personas)

1 kg. de tomates bien maduros,

1 cebolla mediana (80 gr.), facultativo,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

sal.

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

En una sartén se ponen las cucharadas de aceite frito previamente (o que haya quedado

de freír patatas o alimentos que no den gusto al mismo). Se añaden los tomates cortados

en pedazos y quitada la simiente. Con el canto de una espumadera se machacan

muy

bien para que se deshagan lo más posible. Se tiene así unos 15 minutos en el fuego y

después se pasan por el pasapurés. Se añade entonces el azúcar y la sal, moviendo muy

bien el puré obtenido. Se sirve en salsera o cubriendo lo que se quiera.

Hay a quien le gusta con cebolla. Cuando el aceite está caliente, se echa primero una

cebolla de unos 80 gr., picada; se deja Freír unos 5 minutos, sin dejar que se

dore.

Cuando la cebolla está transparente se agrega el tomate y se sigue como en la receta

anterior.

Nota.-Al hacer la salsa de tomate en una sartén ésta se queda del color del metal (casi

plateada), pues el tomate limpia mucho. Para volver a utilizarla para otros platos

(tortillas, fritos, etc...) hay que poner la sartén al fuego sin nada dentro hasta que se

vuelva a poner el fondo negro. Sólo entonces se puede poner aceite y usarla sin que se

agarre lo que se ponga dentro.

64.—SALSA DE TOMATE EN CONSERVA (6 personas)

1 lata de tomate al natural de ½ kg.,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

3 cucharadas soperas de aceite,

sal.

1 cebolla mediana (80 gr.),

Se procede igual que para hacer la salsa de tomate clásica.

65.—SALSA DE TOMATE CONCENTRADO

3 cucharadas soperas de aceite,

1 vaso (de los de agua) de agua,

1 cucharada sopera rasada de harina,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

**1 bote de concentrado de tomate (150
gr.),**

sal.

Se pone el aceite en una sartén; cuando está caliente se echa la harina, se dan unas

vueltas con una cuchara de madera y se añade el tomate y el agua. Se deja cocer unos 10

minutos y se añade el azúcar y la sal. Según se quiera de espesa, se pone más o menos

agua.

66.—SALSA DE TOMATE, CON CEBOLLA Y VINO (6 personas)

1 kg. de tomates bien maduros,

**1 ramillete (perejil, un diente de ajo,
una hoja de**

**3 cucharadas soperas de aceite frito,
laurel),**

1 cebolla mediana (80 gr.) picada,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

**3 cucharadas soperas de vino blanco
seco,**

sal.

En una sartén se pone el aceite frito a calentar. Cuando está en su punto se

añade la

cebolla picada y se deja que tome algo de color (7 u 8 minutos). Entonces se añaden los

tomates cortados en trozos, el ramillete y el vino. Con el canto de una espumadera se

machacan muy bien los tomates durante 15 minutos a fuego mediano. Se saca entonces

el ramillete y se pasa el tomate por el pasapurés.

Se añade entonces el azúcar, moviendo bien, y luego la sal. La salsa está en su

punto

para servirla. Si se quiere más espesa no hay más que ponerla un ratito al fuego vivo

para que se evapore el caldo y se espese.

67.—SALSA BECHAMEL CORRIENTE (6 personas)

2 cucharadas soperas de harina,

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

50 gr. de mantequilla,

sal.

2 cucharadas soperas de aceite fino,

En una sartén se pone la mantequilla a derretir, con el aceite. Una vez derretida, se

añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchara de madera y se va añadiendo poco

a poco la leche fría, sin dejar de dar vueltas para que no se formen grumos. Cuando se

ha incorporado toda la leche se deja dar un hervor de 5 a 8 minutos a fuego mediano.

Si la bechamel se quiere más clara, para

salsa, se puede añadir más leche. Por el contrario, si se quiere más espesa, con las cantidades propuestas, habrá que cocerla un

ratito más, para que quede como se desea.

68.—SALSA BECHAMEL CON TOMATE

A la receta anterior se le añade una cucharada sopera de concentrado de tomate. Se

deshace éste con un poco de bechamel en un tazón y luego se añade al resto de la sartén.

69.—SALSA BECHAMEL CON YEMAS

Se ponen las yemas (2 para las cantidades dadas anteriormente) en un tazón y, muy

poco a poco, se añade bechamel para que no se cuajen, y sin dejar de dar vueltas.

Después se añade a la salsa de la sartén.

70.—SALSA BECHAMEL CON ALCAPARRAS

Se suele hacer para acompañar pescado hervido. La bechamel se hará empleando la

mitad de leche y la mitad de caldo donde ha cocido el pescado. En el momento de servir

se añade 1 ó 2 cucharadas soperas de alcaparras en la salsa. Para mejorarla se puede

añadir 1 ó 2 yemas como en la salsa anterior.

71.—SALSA BECHAMEL CON CALDO (6 personas)

Esta salsa se toma más clara y resulta más ligera que la anterior. Sirve para los

canelones, baño de los budines de

pescado o verduras, etc.

Se hace igual que la anterior, pero con estos ingredientes:

2 cucharadas soperas rasadas de harina,

1¼ vaso (de los de agua) de caldo (o agua con

30 gr. de mantequilla,

una pastilla de AVecrem de pollo, Starlux, etc.),

2 cucharadas soperas de aceite fino, sal.

1½ vaso (de los de agua) de leche fría,

Hay que tener en cuenta que el caldo natural o hecho con pastilla es salado, para poner

la sal necesaria.

72.—SALSA ESPAÑOLA (6 personas)

kg. de piltrafas de carne,

125 gr. de zanahorias (3 medianas),

1 hueso pequeño de codillo,

1 ramillete (perejil, 1 diente de ajo, una hoja de

3 cucharadas soperas de aceite o manteca de

laurel), clavo (especia),

cerdo,

litro de agua (3 vasos de los de agua),

1 cucharada sopera rasada de harina,

sal.

1 cebolla mediana picada (100 gramos)

,

En un cazo se pone el aceite a calentar, poniendo la cebolla picada a dorar (unos 10

minutos), dando vueltas con una cuchara de madera. Se añaden las piltrafas de carne

(pero carne sin grasa); se rehoga bien y luego se agregan las zanahorias (con la piel

raspada, lavadas y picadas en cuadraditos) . Se dan unas vueltas y se añade la harina. Se

revuelve con una cuchara durante unos 5 minutos, añadiendo entonces el agua fría, el

ramillete, el clavo y el hueso de codillo. Se deja cocer a fuego lento unos 30 minutos.

Entonces se saca el hueso de codillo y se pasa la salsa por el chino. Se vuelve a poner en

un cazo, moviendo bien. Se rectifica de sal y se deja cocer a fuego lento hasta obtener el

espesor que convenga.

73.—SALSA BEARNESA (6 personas)

Es una salsa entre mayonesa y holandesa, pero caliente. Es muy buena, algo delicada de

hacer pues se corta fácilmente. Se sirve con filetes de solomillo, rumsteak o

pescado

cocido o a la parrilla, etcétera.

1 cucharada sopera de cebollita francesa o

4 yemas de huevo,

chalota muy picada (50 gr.),

1 pellizco de fécula de patata,

2 cucharadas soperas de vinagre,

150 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de agua fría,

1 cucharada sopera rasa de perejil picado,

el zumo de ½ limón (una cucharada sopera),

sal,

pimienta (facultativo).

En un cazo se pone la cebollita picada con el vinagre. Se cuece un par de minutos hasta

que quede reducido el líquido a la mitad. Se deja enfriar. En otro cazo se pone la

mantequilla a derretir, pero sin que

cueza, y se reserva. Se añade al primer cazo el agua

y el zumo de limón. Se pone una sartén con agua caliente a fuego lento para que,

manteniéndose caliente, no cueza. Se añaden en el cazo las yemas, y, con la punta de un

cuchillo, un poco de fécula. Con una cuchara de madera o unas varillas se mueve

rápidamente poniendo el cazo al baño maría en la sartén. Cuando

la salsa va espesando se retira la sartén del fuego, para que el agua ya no se

caliente. Se

le va añadiendo poco a poco, como si se hiciera una mayonesa, la mantequilla, sin dejar

de dar vueltas. Una vez incorporada toda la mantequilla, se añade el perejil, la sal y la

pimienta (ésta si se quiere).

Se tendrá la salsera donde se sirva la salsa, con agua caliente. Se tira el agua de la

salsera y se echa la salsa en el momento de servir.

Si se viera que la mantequilla se separa de la salsa, se bate un poco justo al ir a servirla,

con el aparato de montar las claras.

74.—SALSA CON ZUMO DE LIMON (4 personas)

Para acompañar una carne frita, asada o pescado cocido. Esta salsa recuerda la bearnesa

y es mucho más simple de hacer.

60 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil picado,

**1 cucharada sopera colmada de
harina,**

2 yemas de huevo,

1½ vaso (de los de agua) de agua,

un poco de nuez moscada,

1 pastilla de avecrem de pollo,

sal.

el zumo de 1 limón,

En un cazo se pone la mantequilla a calentar. Cuando está derretida se le añade la

harina, se revuelve un poco con una cuchara de madera y se agrega poco a poco el agua

fría. Se cuece durante unos 5 minutos sin dejar de dar vueltas, y se incorpora la pastilla

de caldo de pollo aplastada.

En un tazón se ponen las 2 yemas reservadas y el zumo de limón. Con una cuchara se

pone un poco de salsa en el tazón y se mueve enseguida para que las yemas no se

cuajen; se añade más salsa y se vierte en

el cazo. Ya no tendrá que cocer la salsa, sino

sólo mantenerse caliente. Se prueba de sal y se pone la que haga falta, así como la nuez

moscada rallada (un poco) y el perejil. Se revuelve todo muy bien y se sirve en salsera

caliente (es decir, que se pone agua caliente en la salsera, que se vaciará al ir a echar la

salsa).

Nota.-Se puede también poner mitad caldo y mitad leche.

**75.—SALSA MOUSSELINA PARA
PESCADO (6 personas)**

50 gr. de mantequilla,

**caldo corto donde haya cocido el
pescado,**

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

2 yemas,

2½ vasos (de los de agua) de

1 clara a punto de nieve,

sal.

En un cazo se pone la mantequilla, cuando está derretida se añade la harina, removiendo

con unas varillas. Se añade poco a poco el caldo corto y se retira el cazo del fuego para

que no se formen grumos. Una vez echado todo el líquido, se cuece sin dejar de dar

vueltas durante unos 4 minutos. Se rectifica de sal si hace falta. Se deja el cazo al baño

maría para que no se enfríe la salsa. Al momento de servir, se bate la clara muy firme y

se añaden las yemas, moviendo suavemente. En los huevos así preparados se va

añadiendo poco a poco la salsa caliente, y cuando todo está bien unido se sirve en la

salsera.

76.—SALSA HOLANDESA (6 personas)

1 fórmula

3 yemas de huevo,

1 cucharada sopera de agua fría,

150 gr. de mantequilla,

sal.

Se pone la mantequilla en trozos en un cazo y al baño maría para que se derrita pero sin

cocer ni tomar color. Esto es muy importante.

En otro cazo también puesto al baño maría se ponen las yemas, el agua y la sal. Se

mueve con una cuchara de madera hasta que las yemas se espesen, y entonces se va

añadiendo poco a poco la mantequilla sin dejar de dar vueltas, hasta incorporarla toda.

Hasta el momento de servir la salsa se tiene al baño maría —para que no se enfríe—, y

se tiene la salsera con agua muy caliente dentro, que se vaciará justo en el momento de

echar la salsa.

2.^a fórmula

100 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de vino) de agua fría,

1 cucharada sopera rasada de fécula de patata,

2 yemas de huevo,

el zumo de ½ limón.

En un cazo se pone a derretir un pedazo de mantequilla como una nuez. Cuando está

derretida se añade la fécula y, después de dar unas vueltas, el agua fría. Se deja dar un

hervor y se retira del fuego. Cuando esta bechamel está ya templada, se añaden las

2 yemas, se mezclan bien y se incorpora poco a poco el resto de la mantequilla (que no

esté fría, sino blanda), y, finalmente, el zumo del medio limón (poco a poco también), y

la sal. Tener la salsa al calor, al baño maría, hasta el momento de servir.

77.—SALSA DE MOSTAZA

80 gr. de mantequilla blanda (es decir, sacada

2 yemas de huevo,

con bastante anticipación de la

nevera),

1 ó 2 cucharaditas (de las de café) de mostaza,

1 cucharada sopera de harina fina,

según guste de fuerte la salsa,

1 vaso (de los de agua) de agua caliente,

sal.

En una sartén se pone algo menos de la mitad de la mantequilla (unos 30 gr.).

Cuando

está derretida se le añade la harina:

sedan unas vueltas con una cuchara de madera y se

echa después poco a poco el agua caliente, teniendo buen cuidado de que no se formen

grumos. Cuando rompe el primer hervor se aparta del fuego. En un tazón se ponen las

yemas, añadiéndoles un poco de salsa de la sartén, con mucho cuidado, poco a poco y

dando rápidamente vueltas con la cuchara para que las yemas no se cuajen. Se incorpora

el contenido del tazón en la salsa de la sartén. En este mismo tazón se pone la

mantequilla, que debe estar blanda, y la mostaza. Poco a poco se añaden unas 3 o 4

cucharadas soperas de salsa de la sartén. Una vez desleída la mantequilla se une todo a

la salsa. Se mueve bien, se rectifica de sal y se sirve. Si hubiera que esperar un poco

para servir la salsa (siempre poco tiempo) se pondría en un cazo y se tendría al baño

maría, pero que en ningún caso cueza la salsa.

78.—SALSA DE VINO TINTO (6 personas)

Para acompañar filetes de solomillo, etc.

2 vasos (de los de agua) de buen vino tinto,

2 cucharadas soperas de salsa de tomate

½ vaso (de los de agua) de agua, espesa (o una de concentrado),

2 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

2 cebollitas francesas (o una corriente de 60

carne (Liebig, Bovril, etc...)

gr.),

sal y pimienta molida.

1 cucharada sobera rasada de fécula de patata,

En un cazo se pone el vino, y a fuego lento se reduce a la mitad (más o menos

minutos).

En una sartén se pone el aceite a calentar. Una vez caliente, se añade la cebolla pelada y

picada. Se deja dorar un poco (unos 8 minutos), moviéndola de vez en cuando. Después

se añade la salsa de tomate o el concentrado, y poco a poco el vino y el agua. Se agrega

el extracto de carne, se mueve bien, se cuece suavemente la salsa un par de minutos, se

cuela por el chino y se añade la fécula disuelta en un poco de agua. Se rectifica de sal y

se añade un pellizco de pimienta molida.

Se rocían los filetes con la salsa y se sirven enseguida.

Nota.-Si se quiere hacer con anticipación esta salsa, no se debe de añadir la fécula

disuelta hasta casi el momento de ir a servirla.

79.—SALSA DE VINO DE MADEIRA (4 personas)

Para acompañar el jamón de York con espinacas.

3 cucharadas soperas de aceite,

$\frac{3}{4}$ vaso (de los de vino) de vino de Madeira,

1 cebolla pequeña (60 gr.),

20 gr. de mantequilla (una nuez),

1 cucharada sopera de harina,

sal.

**$\frac{1}{4}$ litro de agua con extracto de carne
(1 vaso**

grande de agua, con una cucharadita de moka

de extracto de carne),

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está, se echa la cebolla pelada y

cortada en rodajas finas. Se deja que tome un poco de color (unos 7 minutos). Añadimos

la harina, y, después de darle unas vueltas, se echa poco a poco el agua con el extracto

de carne y el vino, dando vueltas para que no se formen grumos. Se deja a

fuego

mediano o lento durante 10 minutos. Se cuela por un colador de agujeros grandes, se

vuelve a calentar y se rectifica de sal si hace falta (pues el extracto de carne está ya

salado).

Al momento de servir y fuera del fuego, se añade un poco de mantequilla.

80.—SALSA DE ZUMO DE NARANJA (6 personas)

Para acompañar pollos asados, ternera o

cinta de cerdo asada, etc.

1½ cucharadas soperas de azúcar glass (molida 1 cucharadita (de las de café) de fécula de

como harina),

patata,

1 cucharada sopera de vinagre,

3 naranjas de zumo,

1 decilitro de agua (1 vaso de vino),

1 ó 2 cucharadas soperas de agua para disolver

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

la fécula,

carne (Liebig, Mandarín, Bovril, etc.),

Sal.

En una sartén o en un cazo se pone el azúcar glass a calentar. Cuando empieza a

dorarse, añadimos el vinagre, separando para ello un segundo la sartén del fuego; se

incorpora seguidamente el zumo de naranja, el decilitro de agua y el extracto

de carne.

Se mezcla bien, se tapa el recipiente y se cuece a fuego lento 10 minutos. En un tazón se

deslíe la fécula con un poco de agua y se incorpora a la salsa, dejándola cocer un par de

minutos.

A la salsa de asar los pollos o la carne se le quita la grasa con una cuchara sopera. Se

añaden unas 4 ó 5 cucharadas soperas de agua caliente y se mezcla bien con el jugo,

rascando con un tenedor los bordes y el fondo del cacharro donde se ha hecho el asado,

para desprender lo tostado, que da muy buen gusto. Una vez que haya hervido el jugo

con el agua un par de minutos, se añade a la salsa de la sartén. Se mueve bien, se deja

cocer otro par de minutos y se sirve en salsera.

81.—SALSA DE JEREZ Y CHAMPIÑONES (6 personas)

Está indicada para acompañar carnes,

mollejas, huevos escalfados o a los 5 minutos, etc.

125 gr. de champiñones frescos,

½ vaso (de los de vino) de jerez.

zumo de ½ limón,

**1 cucharadita (de las de moka) de
concentrado**

1 cucharada sopera de aceite fino,

de carne (Viandox, Liebig, etc.),

60 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil picado

1 cucharada sopera de harina,

(facultativo) ,

1 vaso (de los de agua) bien lleno de agua,

sal.

En un cazo pequeño se ponen los champiñones, una vez bien lavados y cortados en

láminas; se les añade algo menos de la

mitad de la mantequilla, el zumo de $\frac{1}{2}$ limón y

sal. Se tapa el cazo y se hacen a fuego lento durante unos 10 minutos... Se reservan.

En un cazo o sartén se pone el aceite y la mantequilla a calentar. Cuando ésta se ha

derretido, se agrega la harina, se le dan unas vueltas para que se dore un poco y

entonces se vierte el jerez y el agua sin dejar de mover. Se deja cocer unos 8 minutos

más o menos a fuego mediano. Si tuviese

grumos habría que colarlo por el chino.

Puesta

la salsa de nuevo en el cazo, se le añaden los champiñones con todo su jugo y el

concentrado de carne. Se prueba de sal, se rectifica si hace falta y se sirve en salsera.

82.—SALSA CON JEREZ Y ACEITUNAS (6 personas)

Está indicada para acompañar carnes, mollejas, huevos escalfados, etcétera.

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1½ vaso (de los de agua) bien lleno de agua,

1 cucharada sopera de harina,

½ vaso (de los de vino) de jerez,

1 cucharada sopera de salsa de tomate espesa

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

(o una cucharada de las de café de concentrado carne (Viandox, Liebig, Bovril),

de tomate),

50 gr. de aceitunas sin hueso,

1 cebolla mediana (60 gr.),

sal.

En una sartén pequeña se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto se le añade

la cebolla picada. Se deja que empiece a dorarse (unos 7 minutos) y entonces se agrega

la harina. Se mueve con una cuchara de madera, durante un par de minutos. Se echa el

tomate y, poco a poco, se vierte el agua

y después el jerez. Se cortan las aceitunas en

redondeles y se echan en la salsa. Se deja cocer unos 5 minutos. Se pone el extracto de

carne y se prueba de sal, por si hiciera falta rectificar, teniendo en cuenta que el extracto

de carne y las aceitunas están salados.

83.—SALSA DE VINO BLANCO (6 personas)

Se sirve para acompañar los huevos a los 5 minutos, o escalfados, etc.

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 vaso (de de los agua) de agua,

1 cucharada sopera de harina,

**1 cucharadita (de las de moka) de
extracto de**

3 cucharadas soperas de aceite,

carne (Viandox, Liebig, Bovril, etc.).

2 tomates medianos (150 gr.),

100 gr. de jamón serrano picado,

**1 vaso (de los de vino) no lleno de vino
blanco,**

sal y pimienta.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Se pela y pica la cebolla y se echa en el

aceite, removiendo hasta que empiece a dorarse (unos 7 minutos). Se añade entonces la

harina, y, un par de minutos después, los tomates lavados, cortados en trozos y quitadas

las simientes. Se refríe todo durante 5 minutos y se agrega el vino y el agua. Se deja

cocer unos 10 minutos a fuego lento y

después se pasa por el pasapurés. Se incorpora el

jamón picado y se cuece a fuego lento 3 minutos... Después se conserva al calor, pero

sin cocer la salsa. Si espesa demasiado, se puede añadir un poco de agua caliente o fría.

En el momento de ir a servir se pone el extracto de carne, se prueba de sal por si acaso

falta poner algo más (la salsa estará salada con el extracto de carne y el jamón) y se

añade un pellizquito de pimienta molida.

Se vierte la salsa por encima de los huevos a los cinco minutos, escalfados o en tortilla

que vayan a servirse.

84.—SALSA DE CHALOTAS PARA LA CARNE (4 personas)

Cuando se han frito los filetes o un trozo grande de lomo, en la misma grasa se añaden:

2 chalotes muy picaditas (2 cucharadas

1 vaso (de los de vino) de vino blanco

seco,

soperas),

1 vaso (de los de agua) de agua,

**1 cucharadita (de las de café) de
perejil picado,**

sal.

Se cuece esta salsa durante diez minutos a fuego vivo, primero, y mediano, después, y

se sirve rociando los filetes o trozos de carne que estarán al calor esperando servirse.

85.—SALSA DE CREMA LIQUIDA Y EXTRACTO DE CARNE (4 a 6 personas)

Cuando se tiene un resto de carne sin salsa se puede hacer con litro de crema líquida y

una cucharadita (de las de moka) de extracto de carne (Bovril, Mandarín, Liebig, etc...)

Se pone esta mezcla a calentar al baño maría y se sirve en salsaera (que se calentará

previamente con agua caliente).

86.—SALSA DE MANTEQUILLA Y

ANCHOAS (4 personas)

Esta salsa se sirve acompañando carne en filetes o pescado asado (como mero), o frito

(como lenguados), o cocido (del tipo del rodaballo) .

100 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil picado,

6 anchoas (de lata, en aceite),

el zumo de 1 limón.

En un mortero se machacan las anchoas (bien escurridas de su aceite) con parte

de la

mantequilla. Una vez conseguido un puré, se agrega el resto de la mantequilla. Se pone

en un cazo al calor, pero sin que llegue a cocer la mantequilla. Cuando ésta se ha puesto

líquida, se añade el zumo de limón y el perejil picado.

Se vierte por encima de lo que se vaya a servir o se sirve en salsa aparte (previamente

calentada con agua hirviendo).

87.—SALSA DE MANTEQUILLA NEGRA Y ALCAPARRAS (4 personas)

Esta salsa se emplea sobre todo para la raya, el rodaballo y los sesos cocidos.

150 gr. de mantequilla,

**½ cucharada (de las de café) de
vinagre,**

2 cucharadas soperas de alcaparras,

sal.

En una sartén se pone la mantequilla a derretir. Cuando empieza a tomar color (tostado,

pero que no llegue a quemarse), se separa del fuego y se añade el vinagre, las alcaparras

y un pellizquito de sal. Se calienta un poco, revolviendo todo muy bien y se sirve en

salsera aparte. Mientras se hace la salsa, la salsera estará llena de agua caliente. Se vacía

de agua y se seca rápidamente antes de verter la salsa en ella.

88.—SALSA DE GROSELLA PARA VENADO, CORZO O CIERVO (8 personas)

2 chalotas,

1 cucharada sopera rasada de fécula de patata,

1 mata de apio pequeña (o ½ si es grande),

½ vaso (de los de vino) de coñac,

200 gr. de piltrafas de carne de corzo,

½ frasco o bote de jalea de grosella (250 gr.),

4 cucharadas soperas de aceite,

1 ramillete (laurel, tomillo, perejil, 1 diente de

**a litro de buen vino tinto (tipo
Burdeos),**

ajo),

3 ó 4 gotas de carmín (facultativo) .

En un cazo se pone a calentar el aceite.
Cuando está en su punto se echan las
chalotas

peladas y picadas, así como la parte
blanca del apio (el tallo), picada
también, el

ramillete y las piltrafas de carne
picadas. Se les da unas vueltas pero sin
que se doren las

chalotas. Se rocía con vino y con el cazo destapado se deja cocer despacio hasta que se

quede en la mitad. Se pasa entonces por el chino apretando mucho. Se vuelve a poner en

el cazo y se añade el coñac, la jalea de grosella, sal y pimienta. En un tazón se deslíe la

fécula con un poco de agua y se incorpora al resto de la salsa. Se mueve bien, dejando

cocer un par de minutos; se añade el carmín y se sirve en salsera.

Si la salsa tuviera que esperar, habría que ponerla al baño maría con una nuez de

mantequilla por encima para que no se forme piel.

Nota.-Si la salta estuviese espesa, se le añade un poco de agua,

Si, por el contrario, estuviera clara, se le pone un poco más de fécula desleída con agua.

Estas dos eventualidades pueden ocurrir por causa de la clase de la jalea.

FRIAS

89.—SALSA VINAGRETA

La proporción es una cucharada sopera de vinagre con un pellizquito de sal y 3

cucharadas soperas de aceite (o sea, en un vaso, una parte de vinagre y tres de aceite).

Se deshace la sal con el vinagre y se añade el aceite, batiendo bien con un tenedor.

Las vinagretas pueden variarse mucho: se les agrega mostaza, o un poco de cebolla muy

picada con perejil también muy picado, o alcaparras picadas. También se les

puede

poner huevo duro muy picado, etc...

90.—SALSA VINAGRETA HISTORIADA (6 personas)

1.^a fórmula:

Esta salsa acompaña muy bien los pescados cocidos fríos o calientes, los garbanzos, los

espárragos en frío o en caliente, etc.

2 huevos duros,

1 vaso (de los de agua) de aceite fino,

2 cucharaditas (de las de moka) de mostaza.

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 cucharada sopera de vinagre,

sal.

En un tazón se ponen las 2 yemas de huevo cocido (que habrán hervido 13 minutos) y la

mostaza. Se mezcla todo junto con el dorso de una cuchara. Se incorpora el vinagre y,

después, el aceite, poco a poco, y dando vueltas como para hacer una mayonesa.

Cuando el aceite está todo incorporado, se sala ligeramente, y en el momento de servir

se añade el perejil picado y las claras de los huevos duros muy picaditas.

Se sirve en salsera aparte.

2..^a fórmula:

Se emplea para acompañar el mismo tipo de platos que la anterior.

1 huevo duro,

1 cucharada sopera de perejil picado,

3 cucharadas soperas de buen vinagre,

sal.

9 cucharadas soperas de aceite fino,

**1 vaso (de los de vino) de caldo de
cocer**

**garbanzos, o de cualquier caldo que se
tenga,.**

En la salsera se pone la sal y el vinagre,
se revuelve bien hasta que la sal esté
bien

disuelta. Se va añadiendo poco a poco
el aceite y después el caldo. A última
hora, al ir a

servir la salsa, se agrega el perejil

picado y el huevo duro picado muy menudo (todo él, clara y yema).

Nota.-Se puede añadir, si gusta, un poco de cebollita francesa muy picada (una cucharada sopera).

91.—SALSA VINAGRETA CON AJO (4 personas) Es muy apropiada para acompañar pescados fríos.

1 diente de ajo,

1 cucharada sopera de perejil muy

picado,

2 cucharadas soperas de vinagre,

sal.

6 cucharadas soperas de aceite

fino,

En un mortero se machaca el diente de ajo, pelado, con sal. Una vez hecho pomada, se

le añade poco a poco el vinagre. Seguidamente se echa el aceite despacio, batiendo muy

bien la salsa con un tenedor. Al final se agrega el perejil picado.

Se pone un ratito en sitio fresco y se

sirve en salsaera.

92.—SALSA ROQUEFORT (6 personas)

Esta salsa puede acompañar espárragos, pescados hervidos, carnes frías, etc.

50 gr. de queso roquefort,

10 cucharadas soperas de aceite fino.

2 cucharadas soperas de buen vinagre,

En un mortero se machaca el queso con el vinagre. Se remueve la pasta formada con

estos dos ingredientes con una cuchara y

se va añadiendo el aceite sin dejar de mover.

Se pone ½ hora en sitio fresco y se sirve en salsera. Se puede añadir algo de nata

líquida, para dar mayor suavidad a la salsa.

93.—MONTONCITOS DE MANTEQUILLA (6 personas) Para adornar los filetes de

solomillo.

1.^a manera

Se pica muy menudo perejil (como una cucharada sopera) y se mezcla con unos

50 gr.

de mantequilla, que no esté dura, y una cucharada (de las de café) de zumo de limón. Se

hacen 6 montones y se colocan en unas rodajas finas de limón. Una vez preparadas se

meten en la nevera o en sitio fresco hasta el momento de emplearlos.

Cuando se han hecho los filetes a la plancha y puestos ya en la fuente de servir, se pone

encima de cada uno una rodaja de limón con su mantequilla. Se sirven enseguida.

2.^a manera:

Se tienen 50 gr. de mantequilla fuera de la nevera con el fin de que esté blanda.

Se

ponen en un tazón y se le van añadiendo poco a poco 3 cucharadas (de las de café) de

vinagre bueno, moviendo como si se fuese a hacer una mayonesa a mano. Se sala y se

añade una cucharada (de las de moka) de estragón en polvo. Se preparan 6 rodajas de

limón y se reparte esta mezcla en 6

montoncitos, uno encima de cada rodaja de limón.

Se planta una ramita de perejil en cada montón y se mete en la nevera o en sitio fresco

hasta el momento de ir a usarlo.

Se ponen las rodajas de limón con la mantequilla encima de cada filete en el momento

de servir.

Nota.-Se puede servir esta salsa en toda clase de asados, fritos, etc. Se harán entonces 3

ó 4 veces estas santidades y se servirá en salsera aparte.

3.^a manera:

Se pone en cada rodaja de limón solamente un montoncito de mostaza.

94.—MAYONESA CLASICA (6 personas)

1.^a fórmula

2 yemas,

2 cucharadas soperas de vinagre o zumo de

½ litro de aceite fino,

limón,

sal.

En una ensaladera de tamaño adecuado se ponen las 2 yemas con $\frac{1}{2}$ cucharada sopera de

vinagre o zumo de limón y un pellizquito de sal. Se revuelve un poco con unas varillas

o un tenedor y, lentamente —sobre todo al principio—, se va echando el aceite sin dejar

de revolver. Una vez terminado el aceite, se añade el vinagre o el zumo y se rectifica de

sal.

Conviene hacer la mayonesa en sitio bien fresco.

2.^a fórmula: mayonesa hecha en batidora (4 personas)

1 huevo entero,

¼ litro de aceite fino (puede ser algo más),

el zumo de ½ limón,

sal.

la punta de un cuchillo de mostaza (facultativo),

Se pone en la batidora el huevo entero (que no sea sacado de la nevera en el momento

de hacer la mayonesa), el zumo de limón, la mostaza, la sal y un chorrito de aceite.

Todos estos ingredientes no deben cubrir del todo las cuchillas. Se emulsiona con la

espátula de la batidora o con el mango de una cuchara antes de hacer funcionar la

batidora. Esta se tendrá en funcionamiento durante 20 segundos. Se para y se echa el

aceite de una vez; se vuelve a emulsionar un poco, como anteriormente. Se pone de

nuevo la batidora en marcha unos 35 segundos, más o menos, y la mayonesa está dura y

a punto.

Se prueba y rectifica de sal, mostaza o limón si hace falta.

Nota.-Hay batidoras que traen una especie de embudo con un agujero. En este caso, se

puede echar el aceite allí dentro en vez de ponerlo de golpe.

95.—SALSA MAYONESA VERDE (4 personas)

1 huevo entero,

2 cucharadas soperas de alcaparras picadas,

el zumo de $\frac{1}{2}$ limón (más o menos),

2 pepinillos en vinagre picados,

$\frac{1}{4}$ litro de aceite (puede ser algo más),

unas gotas de color verde, si hace falta,

1 puñadito de hojas de perejil,

sal.

Se procede a hacer la mayonesa como está explicado en la receta anterior.

(2.^a fórmula).

En el mortero se machaca el perejil y, una vez bien machacado, se le añade una cucharada sopera de mayonesa, se revuelve bien y se agrega lo del mortero a la

mayonesa ya hecha. Se remueve bien para que quede verde por Igual y después se

incorporan las alcaparras y los

pepinillos picados no muy finos. Si la mayonesa se

quiere más verde, se le pondrá unas gotas de color de frasco, especial, y que esté hecho

a base de espinacas.

Se reserva en sitio fresco hasta servir.

96.—SALSA MAYONESA CON TOMATE Y COÑAC (4 personas)

1 huevo entero,

unas gotas de salsa Perrins,

el zumo de $\frac{1}{2}$ limón (más o menos),

**1 cucharada (de las de café) de
mostaza,**

**¼ litro de aceite fino (puede ser algo
más),**

**1 cucharada (de las de café) de
concentrado de**

sal,

tomate,

1 cucharada sopera de coñac.

Se procede a hacer la mayonesa como se
indica en la receta de mayonesa con
batidora

(receta 94).

Una vez hecha, se le añade poco a poco el coñac, la mostaza, el concentrado de tomate y

las gotas de Perrins. Se remueve bien y se reserva en sitio fresco.

**97.—OTRA SALSA TIPO
MAYONESA CON TOMATE, PERO
SIN HUEVO (6 personas)**

**1 cucharada sopera de
tomate concentrado**

**2 ramitas de apio blanco fresco, con su
tallo,**

(Intercasa, etc.),

10 almendras naturales sin piel,

**1 vaso (de los de vino) no muy lleno de
leche**

4 granos de pimienta,

fría,

sal.

**1 vaso (de los de vino) no muy lleno de
aceite**

fino,

El zumo de ½ limón,

Se ponen todos los ingredientes juntos
en la batidora. El apio, lavado y cortado
en

trocitos de un dedo de largos. Se bate
bien y se vierte en una salsera que se
pondrá en la

nevera por lo menos una hora, o en sitio
fresco.

98.—ALIOLI

Es una mayonesa con ajos.

Acompaña carne del tipo de la del cocido, o lengua, etc. También se sirve para

acompañar el bacalao hervido o un plato de patatas y verdura (alcachofas, puerros,

nabos, zanahorias, etc.)

1.^a manera

Se hace una mayonesa espesa, como va indicado anteriormente (receta 94, 1.^a fórmula).

Aparte, en un mortero, se machacan unos 3 dientes de ajo con algo de sal (para que no

se escurran del mortero). Una vez hechos puré, se les va añadiendo la mayonesa poco a

poco y se sirve.

2.^a manera

Se machacan en el mortero 3 dientes de ajo con un poco de sal, como anteriormente;

una vez hechos pasta los ajos, se les añade 1 o 2 yemas de huevo, y después, poco a

poco, aceite para ir haciendo una mayonesa. Al final se le agrega vinagre o zumo de

limón y 1 ó 2 cucharadas soperas de agua templada.

99.—SALSA ROMESCO

Esta acompaña muy bien los mariscos, sobre todo en parrillada. Es una salsa fuerte y,

por tanto, no se puede abusar de ella.

2 dientes de ajo,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

2 pimientos rojos secos,

1 cucharada sopera de vinagre,

1 tomate bien maduro,

1 trocito de guindilla,

miga de pan (el grosor de un huevo pequeño),

sal y pimienta molida,

agua.

Se ponen en remojo en agua fresca los pimientos, la víspera por la noche.

Al ir a hacer la salsa se pone la miga de

pan en una taza con un poco de agua templada

para remojarla.

Aparte, en un mortero, se machacan los dientes de ajo, pelados con un poco de sal para

que no se escurran. Después se las añaden los pimientos. Estos se abren y con una

cuchara se les quita la simiente y se raspa la carne que se pondrá en el mortero, así

como el trocito de guindilla. Se machaca y se agrega el tomate, pelado, cortado en

trozos y quitadas las simientes. Se
agrega a esto el migajón de pan,
escurrido de su agua

(apretándolo con la mano). Se hace con
todo ello como una crema, a la cual se
añade

poco a poco el aceite y el vinagre. Se
pasa por el pasapurés. Se echa sal y
pimienta

molida y se deja macerar en sitio fresco
unas 3 horas.

Sí al ir a servir la salsa resultase muy
espesa, se podría aclarar con caldo de
cocer el

pescado o los mariscos.

100.—SALSA DE HORTALIZAS (PIPIRRANA) (6 personas)

Esto, más que una salsa, es una especie de ensalada muy picada que va muy bien para el

pescado y el marisco frío, o la carne fría.

2 tomates maduros, grandes,

6 cucharadas soperas de aceite fino,

1 pepino mediano,

pimienta molida,

1 pimiento verde mediano,

sal.

1 cebolla pequeña (40 gr.),

No se debe preparar con mucha anticipación, pues el tomate entonces suelta mucha

agua.

Se cortan los tomates y el pimiento y se les quitan las simientes, se pelan la cebolla y el

pepino y se pican las 4 hortalizas muy picaditas. Se aliñan con el vinagre, la sal, la

pimienta y el aceite. Se mezcla muy bien y con esto se cubre el pescado o el marisco.

Para acompañar la carne, se sirve en un bol de cristal aparte.

Se deja macerar un momento ($\frac{1}{2}$ hora, más o menos) en sitio fresco y se sirve.

101.—ADOBO PARA CAZA

Este tipo de adobo se hace para que resulten más tiernas y sabrosas las carnes de corzo,

ciervo, venado, liebre, etc.

Se tiene que hacer en un recipiente de

barro o loza, pues el metal le darla mal sabor.

Debe adobarse por lo menos 5 horas y en muchos casos hasta 24 horas antes.

Se pone:

Vino tinto,

hojas de laurel o ramitas de tomillo,

cebollas cortadas en rodajas finas,

pimienta en grano,

zanahorias, también en rodajas, pero más

clavos en especia,

gruesas,

un chorrito de aceite,

ramitas de perejil,

sal.

Se moverá de vez en cuando la pieza de carne para que se empape bien.

Se tapará el recipiente para que no se pierda el aroma de los ingredientes.

DULCES

102.—CAMELO LÍQUIDO (4 personas)

6 cucharadas soperas de azúcar,

1/10 litro más de agua caliente (1 vaso de los de

2 cucharadas soperas de agua,

vino).

En un cazo se ponen el azúcar, las gotas de zumo de limón y las 2 cucharadas de agua;

se pone a fuego vivo y cuando el caramelo, que se moverá con un alambre, esté con un

bonito color, se separa del fuego y, con cuidado, porque sale un vapor intenso,

se echa

1/10 de agua caliente. Se vuelve a poner al fuego y se deja cocer unos 5 minutos hasta

que espese un poco. Se retira, se deja enfriar y se sirve en jarrita.

103.—SALSA DE CHOCOLATE

Para servir en salsera acompañando los budines, el helado de vainilla, peras cocidas, etc.

2 cucharadas soperas de cacao, o 200 gr. de

2 vasos (de los de agua) de leche fría,

chocolate,

1 cucharada (de las de café) de fécula de patata.

4 cucharadas soperas de azúcar,

6 cucharadas soperas de agua,

En un cazo se pone el chocolate en trozos con el agua. Se pone al fuego para que se

derrita. Aparte, en una taza, se disuelve la fécula con un poco de leche. Se añade el resto

de la leche al chocolate ya disuelto y, dando siempre vueltas con una cuchara,

se agrega

el azúcar y la fécula desleída. Se cuece un par de minutos, moviendo bien, y se retira.

Ya enfriada la salsa, se vierte en una salsera, colándola por un chino o colador de

agujeros grandes.

104.—SALSA DE MERMELADA (6 personas)

Para acompañar un budín, un helado, etc.

3 cucharadas soperas de mermelada de

1½ vaso (de los de agua) de agua,

**grosella o frambuesa, albaricoque,
etc.,**

**2 cucharadas (de las de café) de fécula
de**

2 cucharadas soperas de azúcar,

patata,

unas gotas de zumo de limón.

En un cazo se echa el agua, el azúcar y la mermelada, poniéndolo a fuego mediano. Se

dan vueltas con una cuchara de madera durante unos 10 minutos. En un tazón se pone la

fécula y se disuelve con un poco de agua fría. Se añade al contenido del cazo con la

mermelada y, dando vueltas, se cuece otros 5 minutos. Se incorporan las gotas de limón,

se cuele y se sirve en salsera.

105.—SALSA DE ZUMO DE

**NARANJA (6 personas) acompañar
un budín, un helado,
etc.**

**El zumo de 4 naranjas grandes,
de fécula de patata o crema de arroz,
200 gr. de azúcar,
1 trozo de corteza de limón,
3 cucharadas soperas de agua,
2 cucharadas soperas de licor de
Curaçao o
1 cucharada (de las de café)**

Cointreau.

Se puede hacer el zumo con un aparato eléctrico especial, o en una batidora, pues así

resulta más espeso. Si no se tiene aparato especial, se empleará el corriente y

únicamente se espesará la salsa con algo más de fécula.

Una vez hecho el zumo, se pone en un cazo con la corteza de limón y el azúcar. Se

calienta suavemente. Mientras tanto se deslíe la fécula en un tazón con 3

cucharadas

soperas de agua. (Si se pone crema de arroz, hay que poner unas 3 cucharadas de las de

café.) Se añade al zumo y se cuece un par de minutos sin dejar de moverla con una

cuchara. Se aparta del fuego, se cuela por un chino y se pone en sitio fresco o en la

nevera hasta ir a servirla.

Potajes y sopas

106.—COCIDO (6 personas)

300 gr. de garbanzos (1 tazón de desayuno),

¼ de pechuga de gallina,

1 kg. de repollo francés,

1 chorizo (no muy blando),

½ kg. de zanahorias (que no sean grandes),

1 hueso de codillo o una punta de jamón

6 patatas medianas,

serrano,

½ kg. de culata de contra o morcillo (si gusta la

1 morcilla de arroz,

carne melosa),

150 gr. de tocino veteadado (salado),

4 huesos de caña (de vaca),

1 buen puñado de fideos cabellines (muy finos),

sal.

Salsa para acompañar:

Salsa de tomate (receta 63) o vinagreta

(receta 90, 2.^a fórmula).

La víspera por la noche se ponen los garbanzos en remojo en agua templada con 2

cucharadas soperas de sal.

En una olla grande se pone agua fría abundante con la carne, los huesos de caña (atados

de 2 en 2 con una cuerda fina para que no se salga el tuétano), el codillo y el tocino. Se

pone a calentar y cuando empieza a hervir se meten los garbanzos escurridos de su agua

(se pueden meter dentro de una red especial para que no se desparramen).

Cuando

rompe el hervor se baja el fuego para que, sin dejar de cocer, lo haga lentamente. Una

hora después se añade la gallina y el chorizo. Se espuma y se tapa otra vez. El cocido

deberá cocer en total unas 3½ horas.

Una hora antes de finalizar la cocción se le pone la

sal y se agregan las zanahorias, peladas y partidas por la mitad a lo largo, y ½ hora

después, las patatas peladas, lavadas pero enteras.

El repollo se pica, se lava y se cuece aparte. Se rehogará en el momento de servirlo, en

un poco de aceite donde se hayan dorado un par de dientes de ajo pelados. Esto es

facultativo, pues si se sirve salsa, el repollo puede servirse sólo cocido y escurrido.

La morcilla o bien se cuece aparte en un cazo pequeño (porque es muy fuerte de sabor

para meterla en el cocido) o se corta en rodajas y se fríe, según más guste.

Terminado de cocer el cocido, se separa el caldo necesario para la sopa, dejando algo en

la olla para que los elementos del cocido no se enfríen ni se sequen. Si se quiere tener

sopa para la noche, se va retirando caldo y añadiendo agua caliente para que no se

interrumpa la cocción del cocido — pasadas 2 ½ horas—. Se hervirán los fideos durante

unos 15 minutos más o menos en el caldo que hemos reservado para la sopa, que se

servirá aparte en una sopera.

En una fuente se pone la carne partida en trozos, así como el chorizo, el tocino, la

morcilla, el tuétano en rebanaditas de pan tostado, y la gallina (si ésta no se reserva para

hacer croquetas para la cena de la noche).

En otra fuente irán los garbanzos, la verdura y las patatas.

Nota.-Se puede poner el chorizo a cocer en un cazo aparte con el repollo. Se echa todo

junto cuando el agua empieza a hervir a borbotones. Se tiene así cociendo unos 30 a 45

minutos. Se escurre y se sirve sin rehogar.

Bola.—Se hace esta bola con 150 gr. de miga de pan (del día anterior), 2 huevos, 50 gr.

de tocino, 1 diente de ajo, 1 cucharada sopera de perejil picado, 2 o 3 cucharadas

soperas de caldo del cocido, 1 vaso de los de vino de aceite, sal.

En una ensaladera se pone el pan desmenuzado y se añaden los 2 huevos, el perejil, el

ajo muy picado y el caldo. Se revuelve bien y se forma una croqueta grande.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se dora la bola, se saca y se echa en el

cocido a cocer $\frac{1}{2}$ hora. Se sirve cortado en rodajitas

107.—POTAJE DE GARBANZOS (6 a 8 personas)

½ kg. de garbanzos,

1 hoja de laurel,

½ kg. de espinacas,

1 ramita de perejil,

125 gr. de bacalao,

3 cucharadas soperas de aceite,

100 gr. de cebolla picada (una cebolla grande),

1 cucharada sopera de harina,

125 gr. de tomates (2 medianos, maduros),

1 cucharada (de las de café) rasada de

2 ½ dientes de ajo,

pimentón,

agua y sal.

Los garbanzos tienen que ponerse en remojo la víspera por la noche, bien cubiertos de

agua templada y un poco de sal. En una olla se pone agua (templada, más bien caliente,

unos 2½ a 3 litros). Se echan los garbanzos, el bacalao (sin remojar) deshecho en

trocitos no muy pequeños y con su piel,
2 dientes de ajo pelados y la hoja de
laurel.

Cuando rompe el hervor, se baja el
fuego y se deja cocer suavemente unas 2
horas

(depende de la clase de garbanzos).

Se preparan las espinacas. Se les quitan
los tallos, se lavan muy bien y se
escurren. A

las 2 horas de cocer los garbanzos se
Ponen en la olla para que cuezan juntos
unos 30

minutos.

En el mortero se machaca el $\frac{1}{2}$ diente de ajo con la ramita de perejil.

En una sartén se pone el aceite y cuando está caliente se echa la cebolla muy picada, se

rehoga dando vueltas con una cuchara de madera. Cuando la cebolla se va poniendo

transparente (5 minutos más o menos) se añade la harina, el contenido del mortero y el

pimentón. Se rehoga todo junto unos 5 minutos (con cuidado de que no se queme el

pimentón) y se incorpora todo en la olla. Se mueve todo y se prueba de sal por si hace

falta rectificarlo. Se deja cociendo todo junto unos 15 minutos más o menos.

Se sirve en sopera, quitando los 2 dientes de ajo enteros y la hoja de laurel.

Nota.-Se puede añadir al potaje unas bolitas de bacalao, que le van muy bien.

2 trocitos de bacalao (remojado y

1 huevo,

desmenuzado, pero sin cocerlo) ,

2 cucharadas soperas de pan rallado,

1 diente de ajo,

1 plato con harina.

1 cucharada sopera de cebolla muy picada,

Se mezclan todos los ingredientes y se hacen unas bolitas como avellanas (con su

cáscara). Se envuelven enharina y se echan en el potaje para que den un hervor. Se sirve

todo junto.

108.—POTAJE CON ACELGAS, PATATAS, JUDIAS BLANCAS Y ARROZ (6 personas)

**1 taza de desayuno (no llena) de
judías blancas**

Refrito:

(350 gr.),

3 cucharadas soperas de aceite,

3 patatas,

1 tomate,

½ taza (de desayuno) de arroz,

1 cebolla pequeña (50 gr.) ,

4 hojas de acelga,

sal.

¼ kg. de nabos,

¼ kg. de magro de cerdo,

unas hebras de azafrán.

Poner la víspera las judías en remojo en agua fría. Al ir a hacer el potaje, se les quita a

las judías su pellejo. Se ponen a cocer en agua fría. Cuando rompen a hervir se tira el

agua y se vuelve a poner fría. Se dejan
cociendo hasta que se deshagan (unos 25
a 30
minutos).

Se lavan muy bien las acelgas, se pican
muy menudas y se ponen a cocer en agua
caliente con sal, junto con el magro
partido en trozos pequeños, los nabos
pelados y

picados en trozos pequeños. Cuando
todo está tierno (es decir, al cabo de una
hora), se

mezcla todo y se sigue cociendo
despacio $\frac{1}{2}$ hora más o menos. En una

sartén se pone el

aceite a calentar; se le añade la cebolla muy picada, se deja dorar (unos 7 minutos) y

después se echa el tomate pelado y quitadas las simientes. Cuando está bien refrito se

incorpora al potaje.

Se machacan en el mortero las hebritas de azafrán, con un poco de caldo, y se

incorporan también. Media hora antes de servir el potaje, se agregan las patatas peladas,

lavadas y cortadas en trocitos pequeños. Quince minutos después de echar las patatas, se

añade el arroz.

Cuando la cocción ha terminado, se sirve en sopera.

109.—POTAJE SENCILLO (6 personas)

1 taza (de desayuno, no llena) de judías blancas 30 gr. de manteca de cerdo (una cucharada de

(250 gr.),

las de café),

3 litros de agua (2 fríos y otro templado),

1 kg. de repollo (si es francés, mejor),

½ kg. de patatas,

1 hoja de laurel,

1 punta de jamón magro (125 gramos),

½ cebolla mediana (50 gr.),

1 trozo de tocino (125 gr.),

2 dientes de ajo,

sal.

Las judías estarán en remojo desde la noche anterior.

Se ponen las judías remojadas en una cacerola bastante grande, con 1 litro de agua fría,

una hoja de laurel, la $\frac{1}{2}$ cebolla partida en dos, los 2 dientes de ajo, la manteca, el tocino

y el jamón. Se deja cocer durante una hora (más o menos, según la clase); durante este

tiempo se corta la ebullición 3 veces, echando un chorrillo de agua fría (cada 15 minutos,

por ejemplo). Cuando llevan una hora, se apartan unas cuantas y se dejan en caldo para

que no se enfríen. Las demás se pasan por el pasapurés, dejándolas en la cacerola con el

caldo, el tocino y el jamón sin que deje de cocer.

Se vuelve a poner en la cacerola grande las judías pasadas, 1 litro de agua templada, y,

cuando rompe a hervir, se añade el repollo muy limpio y picado. Se deja cocer una hora

y después se añaden las patatas cortadas en cuadritos y la sal. Cocerá de nuevo durante

$\frac{3}{4}$ de hora, hasta que estén cocidas: las patatas y el repollo. Entonces se incorporan las

judías que se tenían reservadas.

Se rectifica de sal si hace falta. Se cortan la punta de jamón y el tocino en cuadraditos, y

se sirve todo en sopera.

110.—CALDO GALLEGO (6 personas)

100 gr. de judías blancas (1 vaso de los de vino, 2 patatas medianas, no lleno),

300 gr. de grelos (nabizas o repollo) ,

1 hueso de lacón con algo de carne,

un poco de unto (una cucharada sopera, más o

1 hueso de rodilla de ternera,

menos),

¼ kg. de carne de vaca (morcillo u otra),

agua y sal.

Se ponen en remojo las judías unas 3 horas antes de ir a cocerlas.

En una olla se ponen unos 4 litros de agua fría. Se echan la carne, el lacón, el hueso de

ternera y el unto, y se deja cocer durante una hora a fuego mediano. Mientras tanto se

ponen las judías en un cazo con agua fría y sin sal. Se ponen a cocer también, y cuando

rompe el hervor se tira toda el agua y se vuelve poner agua fría que las cubra

bien, pero

no demasiado. Se deja cocer durante $\frac{1}{2}$ hora y se añaden entonces a la olla con su caldo.

Se cuece todo hasta que las judías están blandas, más o menos en total $1\frac{1}{2}$ hora

(depende de la clase de judías). Se echarán ahora las patatas peladas, cortadas a

cuadraditos y lavadas. Se dejan cocer otros 15 minutos, poniendo entonces la sal, y se

incorporan los grelos, a los cuales se les quitan los tallos, se pican las hojas y se

lavan

bien. Se deja cocer todo junto durante unos 20 a 30 minutos más. Se prueba el caldo

para rectificar la sal si hace falta, y se sirve en sopera.

Nota.-Este caldo está mejor hecho la víspera y recalentado.

111.—POTE GALLEGO (6 personas)

El principio es el mismo que el del caldo gallego, pero se sirve más espeso.

Se prepara igual que la receta anterior.

250 gr. de judías blancas,

½ kg. de grelos (nabizas o repollo francés),

150 gr. de lacón (carne),

unto (una cucharada sopera más o menos) ,

2 huesos de rodilla de ternera,

agua y sal.

½ kg. de carne de vaca magra,

4 patatas medianas,

112.—PURE DE GARBANZOS (6

personas)

**1½ litros de caldo del cocido
(desgrasado),**

2 cucharadas soperas de aceite,

**750 gr. de garbanzos cocidos (resto
del cocido), 1 cucharada sopera de
maizena,**

2 puerros medianos (150 gr.),

sal,

cuadraditos de pan frito.

Poner el aceite a calentar; una vez
caliente, se echan los puerros cortados

en trocitos,

teniéndolos un rato hasta que se doren ligeramente (15 minutos). Añadir entonces un

vaso de caldo del cocido y dejarlo cocer unos 5 minutos, retirando luego el cazo del

fuego. Se incorpora esto al resto del caldo y se irán pasando en varias veces por la

batidora los garbanzos con un poco de caldo.

Una vez está hecho el puré, se pone al fuego. En un tazón se deslíe la cucharada

de

maizena con un poco de caldo frío (un par de cucharadas soperas bastarán).

Añadirlo al

puré y dejar que éste dé un hervor muy lento durante unos 5 minutos.

Rectificar de sal y servir en sopera con los cuadraditos de pan fritos.

113.—PURE DE JUDIAS BLANCAS (6 personas)

300 gr. de judías blancas,

2 cucharadas soperas de harina,

2 dientes de ajo,

25 gr. de mantequilla,

1 hoja de laurel,

sal,

1 cucharada sopera de aceite,

unos currusquitos de pan frito.

agua,

Se ponen las judías en remojo unas horas antes de utilizarlas (de 3 a 5 horas) con agua

fría.

Se escurren de su agua de remojo y se ponen, al ir a utilizarlas, en un cazo con agua fría

hasta que rompa bien el hervor. Con una tapadera se cubre el cazo y se tira esta agua,

volviendo a poner unos 2 litros escasos de agua fría, los 2 dientes de ajo (pelados), la

hoja de laurel y una cucharada de aceite. Se dejan cocer a fuego mediano hasta que

estén bien tiernas (el tiempo depende de la clase de judías y de la clase de agua, por lo

cual es mejor sacar algunas y probarlas). Una vez bien tiernas se retira el cazo, y cuando

están templadas se pasan en tandas por la batidora, quitándoles los ajos y el laurel.

Se cuele el puré por el chino para que salga fino. En un tazón se ponen las 2 cucharadas

de harina y se deshacen con un poco de puré frío. Se vierte esto en el resto del puré y se

deja cocer unos 8 minutos. Se le pone sal, y en el momento de servir se añade el trozo

de mantequilla en el puré bien caliente, para que se derrita, pero sin cocer.

Se sirve en sopera, con unos currusquitos de pan frito.

Nota.-También se puede hacer un puré con un resto de judías cocidas o guisadas. Se

procede entonces igual que para el puré de garbanzos (receta 112).

114.—PURE DE LENTEJAS (6 personas)

500 gr. de lentejas ya cocidas,

con una pastilla de Avecrem de pollo,

**10 cucharadas soperas de arroz crudo,
agua y sal.**

caldo de las lentejas o agua

En una cacerola se pone agua abundante a cocer, sin sal. Cuando rompe el hervor se

echa el arroz y se cuece durante unos 15 minutos (este tiempo depende de la clase de

arroz). Una vez cocido, se vierte en un colador grande y se refresca al chorro del agua

fría, reservando la mitad del arroz. La

otra mitad y las lentejas con algo de su caldo se

pasan por la batidora, en varias tandas. Después de pasadas, se les añade caldo si hace

falta. En todo caso, la pastilla disuelta en un poco de agua caliente, le dará muy buen

gusto al puré. Se calienta bien al ir a servirlo. Se rectifica de sal si hace falta. Se sala un

poco el arroz blanco reservado y éste se pone en montoncitos encima del puré, justo en

el momento de ir a servirlo para que no se hunda.

115.—PURE DE GUISANTES SECOS (6 personas)

½ kg. de guisantes secos (comprados así),

1 cebolla pequeña (100 gr.),

2½ litros de agua,

150 gr. de tocino muy veteadado,

125 gr. de zanahorias,

sal.

Se pone el $\frac{1}{2}$ kg. de guisantes secos en remojo unas 6 a 8 horas en agua fría que los cubra.

Al momento de hacer la sopa, se pone en una cacerola los $2\frac{1}{2}$ litros de agua fría (sin sal)

y los guisantes; cuando van a cocer se forma una espuma que se quita con la espumadera, y, después de esto, se echan las zanahorias y la cebolla cortadas en trozos

grandes, así como un trozo de tocino (el más grasiento; el otro se reserva).

Se deja cocer lentamente por espacio de 1½ a 2 horas. Cuando los guisantes están muy

deshechos, se deja enfriar un poco y se pasa en veces por la batidora todo esto, quitando

el trozo de grasa de tocino que quede, para que no se enrede en las aspas de la batidora.

Se corta en cuadritos muy pequeños el resto del tocino más veteado y en un poco de

agua caliente se ponen a dar un hervor (5 minutos).

Una vez hecho el puré se cuece lentamente otra vez, se le pone sal y se añaden los

trocitos de tocino, dejando que hiervan por espacio de unos 10 minutos; se sirve en

sopera.

**116.—PURE DE GUISANTES
SECOS CON LECHE(6 personas)**

350 gr. de guisantes secos,

40 gr. de mantequilla,

1 cebolla pequeña (40 gr.),

1 vaso (de los de agua) de leche caliente,

1 ramillete (una hoja de laurel, 1 diente de ajo y

agua y sal,

una ramita de perejil),

unos cuadraditos de pan fritos.

1 hueso de codillo,

Se ponen los guisantes en remojo en agua fría unas 12 horas antes de cocerlos,

limpiándolos muy bien de piedrecitas,

etc.

En una cacerola se pone agua fría (sin sal), los guisantes escurridos de su agua de

remojo, la cebolla pelada y partida en dos, el codillo y el ramillete. Se pone a fuego

mediano hasta que rompa el hervor, y, a partir de entonces, a fuego lento (sin que deje

de cocer) durante unas 2½ a 3 horas.

Se retira el hueso de codillo y se pasan por el pasapurés cogiendo los guisantes con algo

de su caldo. Se pone el puré en un cazo, se le echa sal y se agrega la leche caliente, y, si

hiciese falta, caldo de cocerlos. Se incorpora la mantequilla y se revuelve bien con una

cuchara de madera, calentándolo todo bien.

Se sirve en sopera con unos cuadraditos de pan frito aparte.

117.—SOPA GRATINADA DE CEBOLLA (6 personas)

3 cucharadas soperas de aceite,

100 gr. de pan cortado en rodajas muy finas

300 gr. de cebollas,

(mejor del día anterior),

2 cucharadas soperas rasadas de harina,

75 gr. de queso gruyère rallado,

1 litro de agua fría,

sal.

1 cucharada sopera de vino

blanco (facultativo) ,

En un cazo se pone el aceite a calentar y se echan las cebollas peladas y cortadas en

rodajas muy finas, dejando que se doren ligeramente, se agrega la harina,

espolvoreándola sobre la cebolla. Se dan unas vueltas y se añade el agua, el vino y muy

poquita sal.

Se deja cocer a fuego lento unos 6 minutos. Mientras tanto, se cortan las rebanadas de

pan muy finas, se tuestan o se fríen según se prefiera. Se vierte la sopa en una sopera o

cacharro de barro o cristal resistente al horno. Se colocan las rebanadas de pan por

encima y se espolvorea el queso rallado. Se mete en el horno a gratinar durante media

hora más o menos hasta que esté la sopa bien gratinada y se sirve en su misma sopera o

cacharro.

**118.—SOPA DE CEBOLLA CLARA
(6 personas)**

3 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de perejil picado,

**2 cebollas medianas cortadas en
rodajas finas**

**100 gr. de queso parmesán rallado
(facultativo),**

(200 gr.),

sal.

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

**2 litros de caldo (o agua con pastillas
de Gallina**

Blanca, Starlux, etc.),

Se ponen las 3 cucharadas de aceite en
una cacerola; cuando está caliente el
aceite, se

echa la cebolla en rodajas y se deja que
tomen color (unos 10 minutos),
moviendo con

cuidado la cacerola. Se retiran en un
plato aparte y se ponen entonces las 2
cucharadas

de harina, moviendo durante unos minutos hasta que se tueste un poco ésta. Se añaden

los 2 litros de caldo y las cebollas antes separadas, dejándolo cocer despacio durante 20

minutos. Se retira del fuego y se añade la cucharada de perejil muy picado.

Se sirve en sopera; aparte, en un platito, se sirve queso parmesán rallado para quien le

guste.

119.—SOPA DE AJO SENCILLA (6 personas)

½ barra de pan (de 1 kg.) del día anterior,

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

4 dientes de ajo,

1½ litros de agua,

4 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Se corta la barra de pan en rebanaditas finas.

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está caliente se echan

los dientes de

ajo pelados y se refrién bien hasta que se doren por completo. Se añade entonces el pan,

dejando que se refría bien. Cuando se le ha dado unas vueltas, se espolvorea con el

pimentón removiendo bien todo con una cuchara de madera (cuidado, pues el pimentón

se quema con facilidad). Se incorpora entonces el agua y la sal, y, a fuego lento, se deja

cocer despacio unos 10 minutos (a partir

del momento en que rompe el hervor).
Se

procura quitar los ajos y se sirve en
sopera.

Nota.-Al echar el agua se puede añadir
una pastilla de Avecrem de pollo, pues
le da

muy buen gusto.

120.—SOPA DE AJO CON ALMEJAS (6 personas)

**150 gr. de pan del día anterior ($\frac{1}{2}$
barra de $\frac{1}{4}$**

1 cucharada (de las de café) de

pimentón,

kg.),

¼ kg. de almejas,

4 dientes de ajo,

**1½ litros de agua, más un poco para
las**

4 cucharadas soperas de aceite,

almejas,

sal.

Se corta el pan en rebanaditas finas. Se lavan muy bien las almejas con agua y

un poco

de sal, pero sin dejarlas mucho rato en agua.

En una sartén se ponen las almejas con $\frac{1}{2}$ vaso (de los de vino) de agua y se acerca al

fuego, salteándolas para que se abran. Una vez abiertas, se cuela el jugo que han soltado

y se les quita la mitad de la concha vacía. Se reserva todo.

En otra sartén se pone el aceite a calentar y se fríen los ajos pelados hasta que se doren

(hay quien los quita entonces, pero si se quiere se pueden dejar). Se incorpora el pan

rehogándolo muy bien y se espolvorea con el pimentón, sin dejar de mover con una

cuchara de madera (porque el pimentón se quema con facilidad). Se incorpora ahora el

agua con el caldo de las almejas y se echa sal. Se pone en un cacharro de barro, de

porcelana, o de cristal resistente al fuego. Cuando rompe a hervir, se enciende el horno.

Pasados los 10 minutos se colocan las almejas por encima de la sopa, hundiéndolas un

poco, y se mete la fuente en el horno unos 5 a 10 minutos, hasta que se tueste un poco.

Se sirve en esta misma fuente.

121.—SOPA DE AJO CON HUEVOS (6 personas)

**150 gr. de rebanadas de pan cortadas
finas y**

**1 cucharada (de las de café) de
pimentón,**

con corteza (si el pan es del día anterior, mejor), 1 ramillete de perejil,

¼ litro de aceite (sobraré),

1½ litros de agua hirviendo,

5 dientes de ajo,

6 huevos (facultativo),

1 cucharada sopera de cebolla picada,

sal.

Poner el aceite en una sartén y, cuando esté caliente, se fríe muy bien el pan.

Cuando

está dorado se saca y se reserva en un plato. Se dejan en la sartén sólo 4 cucharadas

soperas de aceite. Cuando están calientes, se fríen bien los ajos y la cebolla picada,

dando vueltas con una cuchara de madera. Ahora se pone el pimentón, apartando la

sartén para que no se queme y moviendo bien. El pan se coloca en una cazuela de barro,

o de cristal resistente al fuego; encima se echa el aceite con la cebolla y el pimentón (los

ajos se retiran entonces y se tiran). A continuación se echa el litro y medio de agua

hirviendo y se le pone sal. Se mueve bien con una cuchara de madera para que se

mezcle por igual. Se incorpora el ramillete de perejil y se acerca a la lumbre; cuando

rompe el hervor, se deja a fuego lento 10 minutos. En este tiempo se tiene el horno

encendido y se mete dentro hasta que forma costra. Se cascan entonces 6 huevos en la

sopa, echando un poco de sal en cada uno, y se mete la cazuela otro ratito al horno,

hasta que la clara de huevo se cuaje.
Servir enseguida.

122.—PURE DE ZANAHORIAS (6 personas)

2 litros de agua,

2 tomates medianos (o una cucharada pequeña

**3 cucharadas de aceite frito,
de concentrado),**

½ kg. de patatas,

1 ramita de perejil,

½ kg. de zanahorias,

sal,

**½ cebolla picada en trozos grandes
(100 gr.),**

cuadrados de pan frito.

En un cazo se ponen los 2 litros de agua fría, las patatas peladas y cortadas en trozos

grandes, las zanahorias bien lavadas y raspada la piel, cortadas en rodajas; la

cebolla,

los 2 tomates sin piel ni pepitas, la ramita de perejil, las 3 cucharadas de aceite frito y

por fin la sal.

Se pone todo esto a cocer una hora más o menos, según sean de duras las zanahorias y

las patatas. Si mengua el agua, hay que añadirle agua fría para que siempre tenga el

mismo volumen. Luego se retira del fuego y se le quita la ramita de perejil; cuando está

templado se va pasando por la batidora en tandas y se sirve con cuadraditos de pan frito

aparte.

Nota.-Se puede preparar de antemano este puré, pero para que esté bueno es

imprescindible pasarlo por la batidora antes de que se enfríe.

Una vez hecho el puré se puede enfriar y volver a calentar al servirlo.

123.—SOPA DE CALABAZA (6 personas)

$\frac{3}{4}$ kg. de calabaza,

½ litro de leche,

¼ kg. de patatas,

1 cucharadita (de las de moka)) de extracto de

2 puerros medianos (150 gr.),

carne (Bovril, Mandarín, Liebig) ,

3 cucharadas de aceite,

sal.

1 litros de agua,

En una cacerola se pone el aceite, y cuando está caliente se echan los

puerros cortados

en trocitos y se rehogan unos 5 minutos; después se agregan las patatas peladas y

cortadas en trozos, así como la calabaza en trozos también. Se añade entonces el 1½

litro de agua fría y la sal (más bien poca, pues el extracto de carne salará más), y se

pone a cocer. Cuando rompe a hervir, se baja el fuego y se cuece despacio (sin dejar de

hervir) por espacio de unos 45 minutos. Se retira del fuego y se deja enfriar un

poco;

entonces se pasa, en varias veces, por la batidora.

Después de hecho el puré se añade la leche caliente y finalmente, el extracto de carne,

moviendo para que quede bien mezclado; se sirve en sopera.

Nota..—Hay quien prefiere poner sólo calabaza; se suprimirán entonces las patatas y

se pondrá 1½ kg. de calabaza.

124.—PORRUSALDA (6 personas)

kg. de bacalao,

4 cucharadas soperas de aceite,

6 puerros medianos,

2½ litros de agua.

¾ kg. de patatas,

Poner el bacalao en remojo en agua fría la víspera. Cambiarlo de cazo y de agua varias

veces, para que quede bien desalado. Se pone el bacalao desalado en ½ litro de agua fría

y cuando rompe a hervir se separa. Se le

quitan entonces las espinas y la piel, desmigándolo, y se conserva el agua donde ha cocido, volviendo a poner el bacalao ya preparado en ella.

Aparte, en un cazo, se pone el aceite a calentar y se echan los puerros partidos en trozos,

se rehogan un poco sin que tomen color (unos 5 minutos) y se añaden las patatas

peladas y cortadas en cuadraditos, que también se rehogan algo. Se incorporan los 2

litros de agua (fría) y se deja cocer durante 35 minutos más o menos (según la clase de

patatas). Estas deben quedar enteras. Se agrega entonces el bacalao con su agua y se

deja cocer todo junto otros 10 minutos. Se rectifica de sal y se sirve en sopera.

125.—SOPA DE PUERROS Y PATATAS (6 personas)

3 puerros grandes,

2 litros de agua,

3 cucharadas soperas de aceite,

sal,

6 patatas medianas ($\frac{3}{4}$ kg.)

1 pastilla de caldo (Avecrem, Maggi, etc.).

Se pone a calentar el aceite en una cacerola y se le añade lo blanco de los puerros

lavados y cortados por medio y luego a trozos de unos 2 cm. de largo. Se rehogan bien

hasta que empiezan a estar ligeramente dorados. Se incorpora entonces el agua y la sal

(poca, pues la pastilla de caldo sala también). Se da un hervor (5 minutos) y se le

añaden las patatas peladas, lavadas y cortadas en cuadraditos pequeños. Se deja cocer

unos 30 minutos hasta que las patatas estén bien tiernas.

Al momento de ir a servir, se añade la pastilla de caldo disuelta en un poco de líquido

de la sopa.

126.—SOPA DE PUERROS CON LECHE (6 personas)

1½ litros de agua,

½ litro de leche caliente,

4 puerros medianos,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

5 patatas medianas (600 gr.),

carne,

2 cucharadas soperas de aceite,

sal.

En una cacerola se ponen las 2 cucharadas de aceite. Cuando está

caliente, se añaden los

puerros cortados en trozos y quitadas las partes verdes. Se dan una vuelta sin que tomen

casi color (unos 5 minutos); después se agrega el agua fría y las patatas peladas y

cortadas en trozos medianos. Se pone la sal y se deja cocer por espacio de una hora a

fuego mediano. Se retira y cuando está templado se pasa por la batidora. Se incorpora

ahora el $\frac{1}{2}$ litro de leche caliente y la

cucharadita de extracto de carne. Se
sirve en
sopera.

**127.—SOPA DE TOMATE Y
JUDIAS VERDES (6 personas)**

250 gr. de judías verdes,

2 cucharadas de aceite frito,

250 gr. de patatas,

**1 ramita de perejil y una hoja de
laurel,**

1½ kg. de tomates muy maduros,

sal.

2 litros de agua,

Poner en el agua fría las patatas peladas y cortadas en trozos más bien grandes, los

tomates (sin piel ni pepitas), el aceite y el ramillete de perejil y laurel, y sal. Se pone

todo esto a cocer, y cuando ha hervido durante 45 minutos se deja enfriar un poco y se

pasa por la batidora.

Aparte se preparan las judías verdes,

quitándoles los rabos y los hilos y cortándolas en

trocitos de 1½ cm. de largo. Se cuecen en agua hirviendo con sal y la punta de un

cuchillo de bicarbonato para que tengan un bonito color verde. Cuando se ve que están

cocidas (unos 20 minutos, depende de la clase de judías), se escurren.

Se vierte la sopa en la sopera y se echan encima las judías para que no se hundan muy al

fondo y resulte más bonito.

128.—SOPA DE JUGO DE TOMATE (4 personas)

**½ litro de caldo (o agua con pastillas
de**

**1 cucharada sopera colmada de
maizena, o 1**

Avecrem, Starlux, etc.) ,

rasada de fécula de patata,

**½ litro (o sea, un bote) de jugo de
tomate (Vida**

**4 cucharadas soperas de crema
líquida,**

u otro),

1 poco de perejil picado,

2 cucharadas soperas de jerez seco,

sal.

Se prepara en $\frac{1}{2}$ litro de agua el caldo, como venga indicado en las pastillas que se usen.

A este caldo se añade la maizena desleída en un par de cucharadas soperas de agua fría.

Se cuece un par de minutos. A este preparado se añade el contenido del bote de jugo de

tomate, bien sacudido para que esté muy mezclado. y, por último, el jerez. Se rectifica

de sal.

Si se va a servir la sopa caliente, se tienen al calor sin que hierva, y en el momento de

servir se añade en cada taza de consomé o cada plato ya servido la cucharada de nata

líquida, y encima de ésta un poco de perejil muy picado. Queda amarmolada la

superficie y resulta muy bien.

Si esta sopa se quiere servir fría, se pone algo menos de maizena en el caldo y se mete

en la nevera a enfriar. Al ir a servir, se pone la crema y el pellizco de perejil.

129.—CREMA DE ESPARRAGOS (6 personas)

(Hecha con el agua de cocer los espárragos)

60 gr. de mantequilla,

1 manojito de espárragos,

3 cucharadas soperas de harina,

**1 cucharada (de las de café) de perejil
muy**

**2 litros de agua de cocer los
espárragos,**

picado,

2 yemas de huevo,

**1 cucharadita (de las de moka) de jugo
de carne**

sal,

(Liebig o Mandarín) .

Esta sopa se hace con el agua de cocer
espárragos. Como esta agua se conserva

muy

bien en la nevera en cacharro de cristal (ensaladera o botellas) de un día para otro, se

guardará el agua de cocer varios manojos juntos para que tenga más sabor. También se

reserva un manojo de espárragos más finos, que se cortarán en trocitos de 2 cm. de largo

hasta donde estén tiernos.

En un cazo se pone la mantequilla a derretir (sin que cueza). Cuando está líquida se

añaden las 3 cucharadas soperas de harina y los 2 litros de líquido frío, moviendo con

unas varillas. Se rectifica de sal. Cuando rompe a hervir se deja por espacio de 10

minutos.

En el momento de ir a servir se añaden las 2 yemas de huevo, teniendo cuidado de

desleírlas en un tazón aparte con muy poco líquido caliente al principio para que no se

cuajen. Se vierte en tazas de consomé,

repartiendo los espárragos en las 6 tazas, y

después se echa el perejil en el momento de servir.

**130.—SOPA CREMA DE
ESPARRAGOS (6 personas)**

30 espárragos medianos,

3 yemas,

50 gr. de mantequilla,

sal,

3 cucharadas soperas de harina,

1 cucharada pequeña de perejil muy picado.

Se limpian de tierra y se pelan muy bien los espárragos, dejándolos enteros o partidos

por la mitad. Se lavan en agua fría y se echan en un cazo de agua hirviendo con sal.

Tienen que cocer sin parar unos 20 minutos, hasta que se noten tiernos al pincharlos con

un cuchillo.

Sacar los espárragos del agua y cortar las yemas (o puntas) y tenerlas

separadas en un

plato. El resto de los espárragos se pasan por la batidora con un poco del agua en la cual

han cocido. Se pasa este puré por un colador de agujero grande.

En otro cazo se pone a derretir la mantequilla (sin que se dore) y se le añaden las 3

cucharadas de harina, y con parte del agua de cocer los espárragos se hace una bechamel

clarita. Se incorpora entonces el puré hecho en la batidora. Se rectifica de sal

y se deja

al espesor deseado (teniendo en cuenta que las yemas aclaran un poco la crema).

En el momento de servir se ponen en la sopera las 3 yemas y, muy poco a poco, se

añade la sopa para que no cuaje el huevo. Después se echan las puntas de espárrago en

la sopera y, finalmente, se espolvorea con el perejil.

131.—CREMA DE ESPINACAS (6 personas)

2 litros de agua con sal,

**100 gr. de harina (4 cucharadas
soperas),**

½ kg. de espinacas,

¼ litro de leche fría,

25 gr. de mantequilla,

1 yema de huevo,

2 cucharadas soperas de aceite,

sal,

cuadraditos de pan frito.

En 2 litros de agua salada hirviendo se echan las espinacas limpias y sin tallos. Cocer a

fuego vivo durante 10 minutos. Pasarlas por la batidora con algo del agua donde han

cocido.

Aparte se hace una bechamel con la mantequilla, el aceite, la harina y la leche fría. Si al

cocer quedase espesa, aclararla con el agua de hervir las espinacas. Añadir éstas pasadas

y rectificar de sal. Según guste de

espesa la sopa, se podrá aclarar con el agua de cocer

las espinacas, hasta tener la cantidad de sopa necesaria (de 1½ a 2 litros).

En un tazón se pone la yema de huevo y se añade poco a poco sopa para que no se

cuaje. Una vez bien diluida, se incorpora al resto de la sopa. Al verter la sopa en la

sopera se cuela por un pasapurés o el chino. Se sirve inmediatamente, con cuadraditos

de pan frito aparte.

**132.—CREMA DE BERROS (6
personas)**

2 manojos de berros,

1½ litros de agua salada caliente,

1 puerro gordito,

¼ litro de leche,

1 cebolla mediana (100 gr.),

**1 cucharadita (de las de moka) de
extracto de**

3 cucharadas de aceite,

carne,

6 patatas medianas,

sal y pimienta.

En una cacerola poner el aceite al fuego; cuando está un poco caliente echar el puerro

partido en trozos, a lo ancho y a lo largo, y la cebolla picada también gruesa. Darles

unas vueltas con una cuchara de madera. Pasados unos minutos (de 5 a 10), añadir las

patatas cortadas en trozos y los berros de 1½ manojo, limpios y quitados los tallos

gordos. El otro medio manojito se limpia y se pica la hoja. Se reserva este picado. Verter

en la cacerola el litro y medio de agua salada caliente y dejar cocer con la Cacerola

tapada durante una hora. Cuando esté templada la sopa, se pasa por la batidora y al ir a

servirla añadirle el $\frac{1}{4}$ litro de leche templada. Cocer entonces despacio otro $\frac{1}{4}$ de hora y,

ya en la sopera, agregar las hojas de berros picadas que habíamos reservado.

133.—CREMA DE APIO (6 personas)

2 matas de apio enteras,

2 yemas de huevo,

2 cebollas grandes (250 gr.),

125 gr. de crema líquida (o 1/8 de litro),

4 cucharadas soperas de aceite,

1 ramillete con 1/2 hoja de laurel, perejil, y 1

20 gr. de mantequilla,

diente de ajo,

3 litros de agua hirviendo,

sal y pimienta,

½ pata de ternera (o 1 hueso de codillo),

1 cucharada sopera de hojas verdes de apio

2 cucharadas soperas de harina,

picado fino (o perejil).

1 y ¾ vasos (de los de agua) de leche fría,

En una cacerola se ponen 2 cucharadas soperas de aceite y cuando está caliente

se echan

los apios cortados en trozos grandes (10 cm.) y las cebollas también picadas grande. Se

les da una vuelta moviendo con una cuchara de madera, sin que llegue a tomar color. Se

añade el agua caliente, la $\frac{1}{2}$ pata de ternera bien lavada, el ramillete, la sal y la pimienta.

Se deja cocer despacio durante $1\frac{1}{2}$ hora. Una vez cocida, retirar la pata de ternera y,

cuando esté templada, pasar la sopa por

la batidora. Colar después por un chino, apretando mucho el puré que quede dentro. Aparte se hará una bechamel con los 20 gr.

de mantequilla y 2 cucharadas soperas de aceite, la harina y la leche fría (para que no se

formen grumos). Una vez hecha la bechamel, se añade la sopa que se tiene ya pasada y

se deja cocer muy despacio durante 10 minutos. Se rectifica de sal.

En la sopera se ponen las 2 yemas de huevo y los 125 gr. de crema y, muy

poco a poco,

se añade la sopa para que no se cuajen las yemas ni se corte la crema.

Espolvorear de verde de apio picado y servir enseguida.

134.—SOPA DE APIO Y PATATAS (6 personas)

2 apios (la planta entera), unos 250 gr.,

3 cucharadas soperas de aceite,

$\frac{3}{4}$ de patatas,

sal,

3 cebollas medianas (250 gr.),

**1 cucharadita de hojas de apio verdes
muy**

2 huesos de codillo,

picadas, o perejil picado.

2 ½ litros de agua,

Limpia y corta en trozos de unos 10
cm. los tallos de apio, reservando
algunas hojas

de las más verdes para picarlas y
adornar con ellas la sopa.

En una cacerola echar las 3 cucharadas

soperas de aceite, poner al fuego y añadir los

tallos de apio y las cebollas también cortadas en trozos más bien grandes. Dar vueltas

con una cuchara de madera hasta que tomen un poco de color (unos 10 minutos) v

añadir las patatas peladas y cortadas en trozos, los 2 huesos de codillo y, enseguida, los

2½ litros de agua.

Cuando empieza a hervir se pone el fuego más lento para que cueza

suavemente por

espacio de una hora. Dejar que se enfríe un poco y, cuando esté templado, pasar en

veces por la batidora (quitando previamente los huesos). Volver a poner en el fuego y

servir bien caliente en sopera, agregando la cucharadita de apio picado.

135.—CREMA DE CHAMPIÑONES (6 personas)

250 gr. de champiñones de París,

unas gotas de limón,

25 gr. de mantequilla (grosor de una nuez),

1½ litros de caldo (o agua y Starlux),

4 cucharadas soperas de harina,

1 yema,

sal.

Limpiar bien los champiñones y picarlos muy menudos. Ponerlos en un cazo con la

mantequilla, unas gotas de limón y sal. Tapar el cazo y dejar que se vayan

cociendo a

fuego lento (unos 10 minutos).

En una sartén se pone la harina y se le da vueltas con una cuchara de madera hasta que

tome un poco de color (10 minutos). Se añade entonces poco a poco el litro de caldo

(que esté frío para que no forme grumos) y se deja cocer por espacio de 10 minutos,

dando vueltas con las varillas. Entonces se añaden los champiñones con su jugo y se

deja cocer a fuego muy lento unos 5 minutos.

En la sopera donde se vaya a servir se pone la yema y se vierte al principio muy poquito

a poco la sopa. Se mueve con una cuchara de madera y se sirve inmediatamente.

136.—PEQUEÑA MARMITA (6 personas)

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

¼ de gallina (de pata),

3 zanahorias medianas (200 gramos),

1 hueso de codillo.

2 puerros medianos,

**1 cucharadita (de las de moka) de
extracto de**

kg. de patatas (3 medianas),

carne (Bovril o Liebig),

1 despojo de pollo,

sal,

1 higadito de pollo (sin hiel),

3 litros de agua fría.

En una cacerola grande se ponen las zanahorias peladas y lavadas, cortadas en

cuadraditos pequeños, los puerros enteros y atados con una cuerda fina, el despojo, la

molleja se pela y se parte en dos, vaciando la bolsa interior, el higadito, la gallina, el

hueso y sal (poca). Se cubre con los 3 litros de agua. Se tapa y se deja cocer a fuego

mediano flojo durante unas 3 horas.

Pasado este tiempo se añaden las patatas peladas,

lavadas y cortadas en cuadraditos pequeños y se dejan cocer una 1/2 hora más hasta que

estén tiernas.

Al ir a servir la sopa se sacan los puerros, el despojo, el hueso de jamón, la gallina y el

higadito. Los puerros y el despojo no se utilizan. Al cuarto de gallina se le separa la

carne, se corta en trocitos y se pone en la sopera, así como el partido. Se

disuelve el

extracto de carne, y, una vez la sopa en la sopera, se espolvorea con perejil picado y se

sirve.

Naturalmente, la sopa ha quedado reducida a casi la mitad del caldo, pero si se ve que es

poco, se puede añadir un poco de agua caliente antes de cocer las patatas.

**137.—CALDO DE COCIDO CON
ARROZ, HUEVO DURO Y PEREJIL
PICADO (6**

personas)

2 litros de caldo del cocido,

1 cucharada sopera de perejil picado,

2 huevos duros,

4 cucharadas soperas de arroz.

Se pone el caldo a calentar y cuando empieza a hervir se echa el arroz.

Cuando vuelve a

romper el hervor, se deja cocer lentamente durante 15 minutos (más o menos, depende

de la clase de arroz). Mientras tanto se

pican los huevos duros, no poniendo toda la

clara, pues sería mucho blanco. Una vez hecho el arroz, se vierte la sopa en la sopera y

allí mismo se le añade el perejil y el huevo. Se sirve enseguida.

138.—CALDO AL MINUTO

Para hacer $\frac{1}{4}$ de litro de caldo rápidamente, bien para un enfermo, bien para hacer una

salsa más sabrosa.

100 gr. de vaca magra picada,

1½ cucharada sopera de aceite,

1 cebolla pequeña picada (70 gramos),

1½ cucharada sopera de vino blanco,

**2 zanahorias medianas en rodajas
(100 gr.),**

½ litro de agua hirviendo,

**1 ramillete de perejil, 1 diente de ajo
y laurel (1/3 sal.**

hoja),

Poner en una ollita o cazo el aceite;
cuando esté caliente, rehogar la carne y
las verduras

picadas y añadir a los 5 minutos el $\frac{1}{2}$ litro de agua hirviendo, el vino y la sal.

Dejar cocer $\frac{1}{2}$ hora a fuego mediano. Se consigue así $\frac{1}{4}$ de litro de caldo muy bueno.

Si es para un enfermo, será mejor suprimir la cucharada de aceite y poner la carne en el

agua fría y, cuando rompe a hervir, quitar la espuma y añadir las verduras, el vino (si se

quiere) y la sal.

**139.—CALDO DE RABO DE BUEY
(6 a 7 personas)**

Este caldo se tiene que preparar la víspera o, por lo menos, unas horas antes, para darle

tiempo de enfriarse del todo.

3 litros de agua hirviendo,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

½ kg. de rabo de buey cortado en trozos,

3 cucharadas soperas de buen jerez,

½ kg. de carne magra picada, de pechuga de

1 ramillete de perejil, laurel y tomillo,

gallina,

sal,

2 puerros medianos,

pimienta (facultativo),

2 zanahorias,

1 clara de huevo.

2 nabos,

**1 cebolla asada al horno con 1 clavo
(de**

especia) pinchado,

El rabo de buey tiene que ponerse en remojo en agua fría desde la noche anterior a la

que se vaya a hacer el caldo.

Póngase en una cacerola los trozos de rabo de buey, la pechuga, las zanahorias, los

puerros y los nabos partidos en trozos grandes, la cebolla previamente asada en el

horno, hasta que tenga un bonito color (unos 20 minutos), con el clavo pinchado en ella,

el ramillete de perejil, laurel y tomillo y

la mitad del vino blanco. Dar unas vueltas con

una cuchara de madera y dejar que se ponga el vino pegajoso como el jarabe (unos 8

minutos). Añadir entonces el resto del vino, el agua hirviendo y la sal. Déjese cocer

durante 2 horas sin parar, pero a fuego lento en cuanto haya roto a hervir. Cuélese

entonces el caldo y añádase la carne picada y la clara de huevo ligeramente batida con

tenedor (pero sin que se ponga a punto de nieve). Remuévase bien con una cuchara de

madera y déjese cocer por espacio de $\frac{1}{2}$ hora. Dejar que se enfríe del todo el caldo y

quitarle la grasa que se formará en la superficie. Pásese entonces el caldo por un trapo

fino mojado para desengrasarlo del todo. Cuando se vaya a tomar, calentar el caldo de

nuevo. Rectifíquese de sal y pimienta, si hace falta, y añádanse las 3 cucharadas de

jerez.

Sírvase caliente en tazas con cualquier adorno de consomé (bolitas fritas o flan).

140.—CONSOME (6 personas) Para 1½ litros de consomé:

½ pata de ternera,

2 zanahorias medianas (200 gr.),

½ kg. de carne de vaca magra

2 nabos (200 gr.),

cortada en trozos pequeños,

1 rama de apio,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

1 clavo (de especie),

1 puerro mediano (sólo lo blanco),

2 claras de huevo,

sal y agua fría.

En 2 litros de agua fría se ponen la media pata de ternera y la carne en trozos. Se pone al

fuego para que hierva. Cuando lleve unos 30 minutos, se quita la espuma que se forma

en la superficie con una espumadera y entonces se añaden las zanahorias raspadas,

lavadas y cortadas en trozos, los nabos igualmente pelados y en trozos, la cebolla

partida en dos, el puerro también partido en dos, el apio, el clavo y la sal, según guste.

Se vuelve a esperar que rompa el hervor y se pone entonces a fuego lento durante una

hora y media, moviendo de vez en cuando con una cuchara de madera y cortando este

tiempo de cocción dos veces, echando $\frac{1}{2}$ vasito (de los de vino) de agua fría, para facilitar así que suba la espuma que quede.

Una vez pasado este tiempo, se baten las claras a punto de nieve no muy firmes, se

ponen en una cacerola y muy despacio se va echando el caldo encima, moviendo con

una cuchara de madera. Se deja cocer unos 20 minutos. Después se cuela este caldo por

un pasapurés para quitarle la carne y las

verduras, y se cuele otra vez, después de tener

el caldo ya solo, por un colador fino con una gasa o un trapo de batista. Se prueba y se

rectifica de sal si hiciese falta.

Si el consomé hubiese quedado de color pálido, se puede oscurecer con un poco de

concentrado de carne (Liebig, Maggi), o simplemente con un poco de caramelo hecho

con una cucharadita de azúcar, unas gotas de agua y bien tostado (pero no

quemado,

pues daría un gusto amargo al caldo). Se le echan al caramelo unas cucharadas de caldo

y luego se pasa a la olla, dando así un bonito color dorado.

141.—ADORNOS DEL CONSOME

1.º flan:

**¼ de litro de caldo o de leche (una
taza de las**

2 yemas,

de té),

sal,

Batir un poco las 2 yemas con el caldo o la leche en frío, poner un poco de sal y verter

esta mezcla en un platito de hacer huevos al plato. Meter en el horno, al baño maría,

unos 10 a 15 minutos, hasta que se cuaje.

Una vez frío, volcarlo del molde y cortar en cuadraditos que se ponen en las tazas de

consomé en el momento de servirlo a la mesa.

2.º flan:

2 decilitros de caldo,

1 huevo.

3 yemas,

Se baten las yemas y el huevo como para tortilla y se añade el caldo caliente (que no se

cuaje). Se sazona de sal y se pone en un molde untado con mantequilla. Se pone al baño

maría, al horno, pero sin que hierva para que no tenga agujeros. Se deja una hora y se

saca del horno, dejándolo enfriar en el molde. Después se saca y se corta en cuadraditos.

3.º picado de jamón de York y huevo duro:

100 gr. de jamón de York muy magro,

2 huevos duros.

Cortar el jamón de York en tiritas muy finas y de unos 2 cm. de largo y picar los

huevos.

Se pone un poco de cada cosa en cada taza y se vierte luego el caldo encima,

caliente o

frío, según se quiera tomar.

4.º bolitas:

Añadir en el momento de servir una
bolitas de las que se venden en el
comercio

(Rochina, etc.)

142.—SOPA DE FIDEOS SIMPLE (6 personas)

**2 litros de caldo (de cocido o de
preparados),**

125 gr. de fideos.

Cuando el caldo está caliente, se echan los fideos poco a poco con la mano y se deja

cocer despacio 15 minutos más o menos (esto depende de la clase de fideos).

Tener

buen cuidado de que no se deshagan, pues se pone lechoso el caldo y no es bueno.

Quitar la espuma que se forma por encima, rectificar de sal y servir enseguida.

Esta sopa se debe hacer en el momento que se vaya a tomar.

143.—SOPA DE HARINA TOSTADA **(6 personas)**

6 cucharadas soperas de harina,

2 yemas de huevo,

**1¾ litros de caldo preparado de
antemano y**

cuadraditos de pan frito,

frío,

sal.

En una sartén se ponen las 6 cucharadas soperas de harina, se pone al fuego y, sin dejar

de mover con una cuchara de madera, se espera a que tome un bonito color tostado (5 a

7 minutos). Entonces, y poco a poco, se va añadiendo el caldo frío, sin dejar de mover

para que no se formen grumos, y cuando rompe a hervir se deja por espacio de unos 10

minutos. Se rectifica de sal si hace falta.

En la sopera donde se vaya a servir se ponen las 2 yemas y muy despacio, para que no

se cuajen, se va añadiendo la sopa.

Después se pone la mantequilla y cuando esté

derretida y movida se sirve con cuadraditos de pan frito.

144.—SOPA FINA DE TAPIOCA (6 personas)

6 cucharadas soperas de tapioca,

25 gr. de mantequilla,

2 litros de caldo (o lo correspondiente a 2 litros

2 yemas de huevo,

hecho con pastillas de caldo, Maggi,

½ cucharadita (de las de moka) de extracto de

Gallina Blanca, etc.),

carne (Liebig, Bovril, etc.)

Si se hace con caldo ya preparado de antemano, se calienta éste y, una vez caliente, se le

echa la tapioca en forma de lluvia, dando vueltas con una cuchara de madera para que

no se formen grumos.

Si se hace con pastillas de caldo (que también resulta muy bien), se mide el

agua y se

cuece en ella la tapioca, como anteriormente se ha dicho. Se cuece unos 20 minutos,

moviendo lo más a menudo posible; después se agregan las pastillas deshechas con los

dedos o con un poco de agua, si se ve que ésta ha menguado mucho.

A partir de aquí, la receta sigue igual para cualquier procedimiento de cocer la tapioca.

Se prueba de sal y se rectifica si da lugar.

En la sopera donde se vaya a servir la
sopa se ponen las yemas y la
mantequilla y con

una cuchara, muy poco a poco, se echa
un poco de sopa, se mueve bien para que
no se

cuajen las yemas. Una vez bien
desleídas las yemas, se vierte el resto de
la sopa ya más

rápidamente y dando vueltas para que
quede bien mezclado todo y bien
derretida la

mantequilla.

Se sirve enseguida.

145.—CREMA DE GALLINA (6 personas)

1 pechuga de gallina (unos 400 gr.),

1¼ litros de caldo (de cocer la gallina),

¼ kg. de huesos de ternera (rodilla),

20 gr. de mantequilla,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

1 cucharada sopera de aceite fino,

1 cebolla mediana (80 gr.),

2 cucharadas soperas de harina,

1 rama de apio (hojas y tallo),

1 yema de huevo,

**1 vaso (de los de agua) no lleno de
leche,**

**1 ramillete (perejil, 1 diente de ajo, ½
hoja de**

laurel),

sal y pimienta.

Se ponen en una cacerola 2 litros de
agua fría, la gallina, los huesos, las
zanahorias

partidas en trozos grandes, la cebolla

partida en dos, el apio y el ramillete con un poco

de sal. Se pone a fuego lento y cuando empieza a cocer se baja el fuego y se deja hasta

que la gallina esté tierna (puede ser 1½ horas, pero depende exclusivamente de que sea

más o menos dura).

Una vez cocida, se saca la gallina del caldo. Se separa la carne y se pica en cuadraditos

no muy pequeños y se reserva.

En una sartén o en un cazo se pone la mantequilla y el aceite a calentar; una vez

derretida aquélla, se añade la harina y con unas varillas se mueve, añadiendo la leche

fría (para que no haga grumos). Después de cocer unos 4 minutos, se agrega el caldo

donde ha cocido la gallina. Se deja enfriar un poco esta bechamel clarita y se pasa por la

batidora con la zanahoria y el apio.

En un tazón se deslíe la yema con un

poco de sopa para que no se cuaje. Se
agrega lo

del tazón al resto de la sopa. Se calienta
con mucho cuidado de que ya no hierva.

146.—SOPA DE POLLO A LA BELGA
(6 personas)

(Waterzooi) .

Véase receta 846.

147.—SOPA DE HIGADITOS (6
personas)

6 higaditos de pollo,

1¼ litros de caldo,

50 gr. de almendras crudas peladas,

1 cucharada sopera rasada de fécula de patata,

1 diente de ajo,

3 cucharadas soperas de agua fría,

unas hebras de azafrán,

sal,

1 yema de huevo,

pan frito en rebanaditas.

3 cucharadas soperas de aceite fino,

Si las almendras tienen piel, se las pone a remojo un rato en agua templada y se aprietan

por la punta más redonda para que salga la piel entera.

Se ponen las 3 cucharadas soperas de aceite a calentar en una sartén y se fríe el ajo; se

retira y se ponen las almendras a freír hasta que estén doradas. Se retiran en un plato y

se fríen los higaditos ya lavados y salados, colocando sobre la sartén una tapadera para

protegerse de las salpicaduras del aceite. En el mortero se machacan las hebras de

azafrán, a las cuales se incorpora un poco de caldo.

Los higaditos ya fritos, las almendras y el azafrán se echan en la batidora. Se añade un

poco de caldo y se bate. En un cazo se vierte este puré y el resto del caldo y se deja

cocer a fuego lento unos 10 minutos.

Al momento de servir se deslíe la fécula de patata con el agua y se añade a la

sopa,

dejando que dé un hervor. En un tazón se pone una yema de huevo y, con mucho

cuidado, se le añade poco a poco unas cucharadas de sopa caliente y se vierte una vez

disuelta en la sopa.

Se sirve en sopera con unas rebanaditas de pan frito.

148.—SOPA HUERTANA (6 personas)

3 cucharadas soperas de aceite,

1 ramita de apio,

¼ kg. de zanahorias,

150 gr. de tocino veteadado,

¼ kg. de nabos,

2 litros de agua caliente.

2 puerros medianos,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

3 patatas más bien grandes,

carne,

½ kg. de espinacas,

sal.

Cortar en cuadraditos las zanahorias, los nabos, la ramita de apio, la cebolla y los

puerros. Poner el aceite en una cacerola y, cuando está caliente (sin que eche humo),

echar todas las verduras, moviendo de vez en cuando la cacerola para que no se agarren,

pero teniéndola tapada y a fuego lento.

Después de 10 minutos echar el agua caliente y la sal (más bien poca, pues al

añadir el

extracto de carne queda más salado).
Dejar que cueza 20 minutos y entonces
echar las

patatas peladas y cortadas en
cuadraditos y las espinacas (lavadas, sin
tallos y muy

picadas las hojas).

Aparte, cortar en cuadraditos menudos
el tocino y echarlo en un cacito con agua
caliente

para que dé un hervor (3 minutos
bastan). Escurrirlo bien y echarlo en la
cacerola de las

verduras.

Cuando las patatas estén cocidas, pero no deshechas (unos 20 ó 25 minutos más o

menos), estará la sopa.

Desleír en un tazón el extracto de carne con un poco de líquido de la sopa y añadirlo a la

misma. Mover bien con una cuchara de madera y servir bien caliente en sopera.

149.—SOPA DE VERDURAS (6 personas)

½ kg. de verduras frescas cortadas (la

venden

2 litros de agua fría,

en bolsas preparadas),

**1 cucharada sopera rasada de
maizena,**

**1 hueso de codillo con poca grasa (125
gr.),**

sal,

1 cucharada sopera de aceite fino,

**1 cucharadita (de las de moka) de
extracto de**

carne.

En un cazo con 2 litros de agua fría se pone la verdura (previamente lavada), el codillo,

el aceite y la sal. Se deja cocer más o menos $\frac{1}{2}$ hora a fuego lento desde que rompa a

hervir.

Cuando se vaya a servir, se deslíe la maizena con un poco de agua fría y después con

caldo de la sopa; se vierte en el cazo dando vueltas con una cuchara de madera y

dejando que cueza unos 5 minutos.

Se retira el hueso de codillo y se sirve en soperas.

150.—SOPA DE REPOLLO (6 personas)

½ kg. de repollo (francés si es posible, o muy

2 litros de agua hirviendo,

tierno),

4 cucharadas soperas de arroz,

125 gr. de tocino vetead,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

3 cucharadas soperas de aceite,

carne (Liebig, Bovril),

1 cebolla grande (200 gr.),

sal.

Picar en tiritas el repollo, lavarlo y escurrirlo bien.

En una cacerola poner el aceite a calentar con el tocino en cuadraditos y la cebolla muy

picada. Cuando ésta haya tomado un

poco de color, añadir el repollo y dejarlo tapado,

pero moviéndolo de vez en cuando con una cuchara de madera durante 15 minutos.

Echar entonces los 2 litros de agua hirviendo y dejar cocer otros 10 minutos. Añadir el

arroz limpio de piedras y suciedades, pero sin lavar. Dejar cocer otros 30 minutos.

Añadir, disolviéndolo muy bien, el extracto de carne.

Servir en sopera.

151.—SOPA DE MERO (8 personas)

1 litro de agua,

**1 ramillete de perejil, 1 diente de ajo
y una hoja**

¼ litro de vino blanco,

de laurel,

3 cucharadas soperas de aceite,

2 yemas de huevo,

2 puerros medianos (150 gr.),

1 vaso (de los de vino) de leche,

2 cebollas medianas (200 gr.),

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

1 kg. de patatas,

unos cuadraditos de pan frito,

1 cabeza de merluza o pescadilla,

sal.

400 gr. de mero en una raja,

En una cacerola se ponen las 3 cucharadas de aceite a calentar, se añaden los puerros y

las cebollas picadas en trozos grandes. Se dan unas vueltas hasta que tomen algo de

color. Verter encima el agua y el vino y, cuando haya roto a hervir, agregar la cabeza de

merluza, el mero y el ramillete. Cuando rompe a hervir otra vez, añadir el kilogramo de

patatas peladas y cortadas en trozos grandes y la sal. Dejar cocer por espacio de una

hora. Quitar entonces la cabeza de merluza, que se tira. El mero se retira, se le quitan las

espinas, el hueso y la piel y se pasa por la batidora con las patatas y el caldo.

Añadir después de hecho el puré la leche caliente.

En una taza poner las dos yemas y, con unas cucharadas de sopa, desleírlas muy

despacio para que no se cuajen, dando vueltas con una cuchara. Incorporar esto al resto

de la sopa bien caliente y echarla en la sopera. Se espolvorea de perejil y se sirve con

los cuadraditos de pan aparte.

**152.—SOPA MARINERA (6
personas),**

2 litros de agua,

½ hoja de laurel,

2 puerros medianos,

unas hebras de azafrán,

½ cebolla mediana (60 gr.),

**2 dientes de ajo (dados un golpe para
que estén**

**3 cucharadas soperas de aceite,
aplastados),**

2 tomates medianos,

sal, pimienta,

½ kg. de gambas,

125 gr. de fideos un poco gordos.

¼ kg. de rape en una raja,

sal.

Poner en una cacerola el aceite. Cuando está caliente, echar los puerros y la cebolla

picados. Dejar que se rehoguen bien durante 5 minutos. Poner entonces los tomates en

trozos con las pepitas quitadas. Dar una vuelta a todo ello, moviendo con una cuchara

de madera, y añadir el laurel, los dientes de ajo aplastados, los 2 litros de agua fría, la

sal, las gambas (enteras) y la raja de rape. Cuando empieza a hervir, se deja a fuego vivo

unos 15 minutos. Después se retira la cacerola del fuego y se cuele el caldo. Con el rape

(que se deshuesa) y las gambas (se separan los cuerpos de las cabezas y éstas se

machacan en el mortero, colando el caldo que salga) se pone el pescado y las colas de

gambas en la batidora, en veces, y con un poco de caldo se bate. Se cuela por el chino,

pasando el caldo y apretando bien con la seta de madera para que saque toda la sustancia.

En un mortero se machacan las hebras de azafrán con un poquito de caldo (2 cucharadas

soperas) y se agrega a la sopa.

Se incorporan entonces los 125 gr. de fideos, que se cuecen por espacio de 15 a 20 minutos.

Se rectifica de sal y pimienta y se sirve en sopera.

153.—CREMA DE CARABINEROS, GAMBAS O CANGREJOS (6 a 8 personas)

½ kg. de carabineros o cangrejos de río,

Caldo corto:

½ kg. de gambas grandes,

2 litros de agua fría,

100 gr. de mantequilla,

2 decilitros de vino blanco (1 vaso de los de

100 gr. de crema de arroz,

agua),

1 decilitro de crema líquida (1 vaso de los de

2 zanahorias medianas cortadas en rodajas,

vino),

1 cebolla mediana (150 gr.) cortada en cuatro,

2 cucharadas soperas de coñac,

1 ramita de perejil,

sal y pimienta negra.

1 hojita de laurel,

sal.

En una cacerola se ponen todos los ingredientes del caldo corto y, cuando rompe a

hervir, se deja a fuego lento que cueza durante 30 minutos. Se retira del fuego y

se deja

enfriar totalmente. (Se puede preparar varias horas antes.)

Cuando se vaya a hacer la sopa se lavan muy bien los carabineros o los cangrejos y las

gambas y se ponen enteros en el caldo corto frío. Cuando rompe a hervir se baja el

fuego y se dejan cocer unos 5 minutos, según tamaño. Después se retiran los bichos del

caldo. Se separan las colas de algunas gambas y se reservan cortadas en dos en

un tazón

tapado con un plato para que no se sequen.

Se tiran las cabezas de los carabineros, que son muy fuertes de sabor.

Con los demás bichos y todos los caparazones y cabezas se prepara una mantequilla, es

decir, se machacan en el mortero, por tandas y con la mantequilla. Se va echando este

puré en un cazo, y, cuando está todo bien machacado, se pone el cazo en el horno a

temperatura muy suave durante 25 minutos. Se mide el caldo corto, pues debe haber 1½

litros, de lo contrario se añade un poco de agua hasta alcanzar esta cantidad.

Después se

pone un trapo limpio en un colador y se vierte este puré y un poco de caldo corto de

cocer los carabineros. Se estruja bien el trapo con la mano, recogiendo todo lo que

suelta el puré. Esto se une al resto del caldo corto.

En un tazón se deslíen los 100 gr. de crema de arroz con un poco de caldo corto (frío, o,

si no, con un poco de agua fría). Se pone el caldo a calentar añadiéndole las 2

cucharadas de coñac, cuando está caliente se añade la crema de arroz desleída. Se deja

cocer removiendo continuamente con una cuchara de madera durante unos 5 ó 10

minutos. Se rectifica de sal y pimienta si hace falta.

En la sopera donde se va a servirse

pone la crema líquida. Se deslíe con muy poca sopa,

primero, para que no se corte la crema. Se incorpora poco a poco toda la sopa y las colas

reservadas, y se sirve Inmediatamente en sopera o en tazas de consomé (repartiendo

antes las colas).

Esto mismo se hace sólo con cangrejos de río o sólo con gambas y sale igualmente una

crema muy fina.

154.—CREMA DE GAMBAS (6 personas)

½ kg. de gambas frescas crudas,

2 cucharadas soperas de puré concentrado de

50 gr. de mantequilla o aceite fino,

tomate (Intercasa, etc.),

3 cucharadas soperas de harina,

2 cucharadas soperas de coñac,

2 litros de caldo (o agua con unas pastillas de

1 decilitro de crema líquida,

Avecrem, Starlux, etc.),

sal y pimienta negra en polvo.

Dejar apartadas 100 gr. de colas de gambas peladas, que servirán para adornar la sopa.

Machacar en un mortero los 400 gr. restantes de gambas con las cabezas que se hayan

quitado anteriormente, o pasarlo en dos o tres veces en la batidora (añadiendo un poco

de agua fría. 2 cucharadas soperas de

cada vez).

En una cacerola poner la mantequilla o aceite, y cuando esté caliente, echar la harina,

dando unas vueltas con una cuchara de madera hasta que se dore un poco.

Añadir

entonces el puré de gambas y las dos cucharadas de concentrado de tomate.

Agregar

seguidamente los 2 litros de caldo templado (previamente preparado).

Dejar que cueza durante 30 minutos a fuego lento y quitando de vez en cuando

la

espuma que se forma por encima.

Pasar esta sopa por un colador de tela metálica gruesa o por un chino. Poner la sal y

pimienta negra en polvo. Añadir entonces el coñac y las gambas apartadas para el

adorno, para que vayan cocinando.

En la sopera se pone la crema líquida y se vierte muy lentamente al principio la sopa

caliente, para que no se corte la crema.

155.—CREMA DE PESCADO CON NATA Y CURRY (6 personas)

1 kg. de pescado (entre merluza y rape u otros

1½ cucharada sopera de harina, pescados blancos).

1 cucharadita rasada (de las de moka) de curry,

Caldo corto: (Véase receta 501)

1 cucharada sopera de perejil picado, agua fría,

1/8 de litro de nata líquida,

4 cucharadas soperas de aceite,

el zumo de ½ limón,

1 cebolla mediana (100 gr.),

2 cucharadas soperas de arroz,

1 zanahoria,

agua y sal.

1 nabo,

Se hace el arroz cocido (receta 165). No se rehoga. Se reserva después de enfriarlo al

chorro del agua.

Se pone el pescado limpio de espinas, lavado y cortado en trozos, en una cacerola, y se

cubre de agua fría abundante. Se añaden los Ingredientes del caldo corto (la zanahoria y

el nabo cortados a rodajas gruesas, después de pelados) , la cebolla pelada y cortada en

dos, y, por último, la sal, el vino y el laurel. Se pone a fuego vivo y cuando rompe el

hervor se baja el fuego y se cuece 10

minutos. Se aparta del fuego y se deja enfriar. Se

separa el pescado y se reservan unos trozos de rape en un tazón con un poco de caldo

para que no se sequen.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente se pone la cebolla

pelada y picada a rehogar, así como la zanahoria y el otro nabo. Cuando está todo bien

rehogado y la cebolla se pone transparente (unos 8 minutos), se añade

la harina y el

curry. Se revuelve bien y se agrega poco a poco el caldo corto con el pescado,

calculando unos 2 litros de líquido. Se cuece todo esto durante $\frac{1}{2}$ hora a fuego lento. Se

separa del fuego y cuando está templado se pasa por la batidora.

Se vuelve a calentar en el momento de ir a servir la sopa. Se incorpora el zumo de

limón, la sal; después el arroz, y, a última hora, la crema líquida, y el rape reservado.

Una vez en la soperas se espolvorea con el perejil picado, sirviéndose a continuación.

**156.—SOPA DE PESCADO
DESMENUZADO (6 personas)**

100 gr. de bacalao,

**1 cucharada (de las de café), de
pimentón,**

100 gr. de pan,

5 cucharadas soperas de aceite,

½ kg. de pescado variado,

2 litros de agua de cocer el pescado,

½ kg. de cangrejos de mar o de río,

1 hoja de laurel,

2 tomates medios bien rojos (½ kg.),

sal y pimienta.

1 cebolla pequeña (60 gr.),

Se pone el bacalao a remojo en agua fría, sin cambiarle el agua. En una sartén se pone el

aceite a calentar. Cuando está caliente, se echa la cebolla pelada y picada. Se rehoga

hasta que empieza a dorar (unos 6 a 8

minutos), después se añade el tomate cortado en

trozos y quitadas las simientes. Se refríe durante unos 15 minutos machacando el tomate

de vez en cuando con el canto de una espumadera. Una vez hecho, se pasa el refrito por

el pasapurés. Se reserva.

En una cacerola se pone todo el pescado fresco y los cangrejos. Se cubre de agua fría, se

pone sal y una hoja de laurel. Se pone a fuego vivo y cuando ha dado un hervor

de un

par de minutos, se retira del fuego. Se cuele el pescado en un colador grande, se quita el

laurel y se reserva el agua de cocerlo.

El pan se pone en remojo en un poco de caldo de cocer el pescado.

Se le quitan las espinas y las pieles al pescado y al bacalao y se pasa por un pasapurés

de agujeros bien grandecitos, mezclado con el pan.

Se les quita a los cangrejos el caparazón

y se pasa el cuerpo y el interior de la cabeza (si

son de río) también por el pasapurés. Se vierte algo de caldo para que cuele lo más

posible de sustancia del pasapurés.

En un cazo se vuelve a poner el tomate, se calienta y se echa el pimentón; se rehoga

muy rápidamente con una cuchara de madera (pues se quema fácilmente). Se añade el

pescado y el pan pasado y se cubre con 1½ a 2 litros de caldo de pescado.

Se prueba de sal y se rectifica, si hace falta. Se echa pimienta molida, un pellizco, y se

cuece esta sopa durante 5 a 10 minutos. Se sirve en sopera.

157.—SOPA DE MEJILLONES (6 personas)

1½ kg. de mejillones,

2 yemas de huevo,

1½ litro de agua,

2 cebollas medianas picadas (150 gr.),

1 decilitro de vino blanco seco (1 vaso

de los de 1 diente de ajo,

vino),

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

½ litro de leche,

½ hoja de laurel,

3 cucharadas soperas de aceite,

1 ramita de tomillo,

3 cucharadas soperas de fécula de patata (más

sal,

bien rasadas),

pimienta.

Se raspan los mejillones de uno en uno en seco. Una vez limpios se ponen todos juntos

en agua fría, moviéndolos mucho con la mano. Si hay alguno entreabierto se tirará, pues

es señal de que el bicho está muerto. Se ponen en una cacerola con el vino blanco, el

tomillo y el laurel y un poco de sal. Cuando están abiertos (unos 6 minutos más o

menos) se quitan los bichos de las cáscaras y se reservan en un plato, tapándolos con un

trapo húmedo, para que no se sequen. También se reserva el caldo que han soltado,

colándolo por un trapo para que no tenga arenilla.

Aparte, en otra cacerola, se pone el aceite y cuando está caliente se echa la cebolla

picada y el diente de ajo (dándole primero un golpe para aplastarlo y que tenga así más

aroma). Se deja hasta que la cebolla tome un poco de color (unos 8 minutos), moviendo

con una cuchara de madera. Se añade el agua y el caldo de los mejillones. Se cuece

durante unos 10 minutos y se agrega la fécula disuelta en un poco de agua fría. Se cuece

otros 5 minutos y se vierte entonces la leche caliente.

En la sopera donde se vaya a servir la sopa se ponen las yemas, se vierte muy poco a

poco la sopa para que no se cuajen. Se incorporan los mejillones: Si éstos son muy

grandes se pueden cortar en dos con unas tijeras, se añade el perejil picado y se sirve.

**158.—SOPA DE PESCADO
BARATA CON FIDEOS GORDOS (6
personas)**

1 cabeza de merluza,

2 cucharadas soperas de harina,

raspas de pescado,

1 cucharada sopera rasada de

concentrado de

agua de cocer gambas,

tomate,

vaso (de los de vino) de vino blanco,

unas hebras de azafrán,

2 litros de agua,

1 diente de ajo,

1 cebolla grande (150 gr.),

1 hoja de laurel,

3 cucharadas soperas de aceite,

sal,

125 gr. de fideos gordos (un puñado).

En 2 litros de agua fría (o en agua de cocer gambas, completada hasta 2 litros) con sal,

vino blanco, un trocito de cebolla y una hoja de laurel, se sumergen las raspas de

pescado y la cabeza de merluza. Cuando ha hervido unos 10 minutos se retira y se cuele

por un colador fino.

En una cacerola se pone el aceite a calentar, se añade la cebolla muy

picada, se refríe

unos 8 minutos; se agrega la harina y se deja tostar ligeramente; se pone el tomate y se

le añade el agua de cocer el pescado.

En el mortero se machaca el azafrán con el $\frac{1}{2}$ diente de ajo y un poco de sal (para que

no se escurra el ajo), se añade un poco de caldo del pescado y se incorpora esta mezcla

del mortero a la sopa, dejándola cocer durante 15 minutos.

Después se cuele por un colador de agujeros grandes (pasapurés), se añaden los fideos

para que cuezan hasta que estén tiernos (15 minutos más o menos).

Se sirve en sopera.

159.—GAZPACHO (6 personas)

1¼ kg. de tomates maduros, pelados y quitadas 1 taza de aceite fino,

las semillas

2 cucharadas de vinagre,

½ cebolla mediana (80 gr.),

agua fría,

1 pepino pequeño,

**unos trozos de hielo, aparte, en
platitos**

1 pimiento verde pequeño,

**separados, un poco de tomate en
cuadrados,**

**¼ kg. miga de pan (del día anterior y
remojada**

**pimiento, pepino y cuadrados de pan
(del día**

en agua),

anterior están mejor).

sal,

En la batidora se pone en veces parte de las hortalizas, un poco de vinagre, un poco de

aceite y parte del pan. Se bate bien para que quede muy fino. Si hiciese falta algo de

agua, se le añade, pero no suele ocurrir, pues el tomate es muy caldoso.

Una vez batido todo se pone en la sopera donde se vaya a servir y se mete en la nevera.

Al ir a servir el gazpacho se ponen unos cubitos de hielo y se mueve para que se enfríe

bien, y se añade el agua fría. Esta se pondrá a gusto, pues hay quien prefiere el gazpacho

espeso y hay quien lo prefiere clarito.

Aparte se sirven las verduras picadas, cada una en un platito, y el pan en cuadraditos

también por separado.

160.—GAZPACHO EN TROZOS (6 personas)

3 tomates medianos bien carnosos y maduros,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

2 cucharadas soperas de cebolla muy picada,

1½ cucharadas soperas de vinagre,

1 pimiento verde pequeño,

2 cucharadas soperas de pan rallado,

1 pepino pequeño,

sal,

½ diente de ajo (pequeño),

hielo,

1 ramita de perejil,

1 ¼ litros de agua,

Se deshace la sal con el vinagre y se le añade el aceite. Se bate un poco con un tenedor y

se echa en la sopera donde se vaya a servir. Se incorpora el agua poco a poco, batiendo

con un tenedor; después el pan rallado. En un mortero se machaca el ajo con las hojas

de perejil y se pone una cucharada del

caldo de la sopera. Se junta lo del mortero con lo

demás y se mete en la nevera una hora o más.

Se pican muy menudos los tomates pelados y quitadas las simientes, la cebolla, el

pepino (pelado) y el pimiento. Se incorpora todo esto al líquido de la sopera.

En el momento de servir, si no está bastante frío, se pueden añadir unos cuadraditos de

hielo.

161.—GAZPACHUELO FRIO (4 a 5 personas)

3 yemas de huevo (o 2 huevos enteros),

sal y pimienta,

½ litro de aceite fino,

100 gr. de aceitunas sin hueso, cortadas en

1 litro de agua helada,

trocitos,

1½ cucharadas soperas de vinagre,

**2 tomates pelados, quitadas las
simientes y
cortados en trozos.**

Hacer una mayonesa corriente con las 3 yemas, el vinagre, la sal, la pimienta y

añadiendo poco a poco el aceite (receta 94, 1.^a fórmula). Hay que tener cuidado de

poner el aceite y el huevo a la misma temperatura del ambiente para que no se corte la

mayonesa. (Se puede hacer también con 2 huevos enteros en la batidora [receta 94, 2.^a

fórmula]; en cualquier caso debe estar bien firme.) Una vez hecha la mayonesa, se pone

en la sopera donde se vaya a servir y se va añadiendo poco a poco el agua muy fría,

revolviendo bien.

Se sirve enseguida, agregando en la sopera los trocitos de aceituna y de tomate.

162.—AJO BLANCO CON UVAS (6 personas)

150 gr. de almendras crudas,

2/3 de vaso (de los de vino) de aceite fino,

2 dientes de ajo, grandes,

un buen puñado de uvas peladas (200 gr.) rosas

la miga de una barra de pan de ¼ kg.,

o moscatel,

2 cucharadas soperas de vinagre,

agua y sal.

Se pone la miga de pan en remojo con agua fría durante ½ hora. Si las almendras no

están peladas se pelan, poniéndolas en agua templada un rato. Se aprietan con los dedos

y sale la almendra mondada.

En la batidora se pone por tandas la miga de pan un poco escurrida, el ajo, las

almendras, el aceite y el vinagre. Una vez batido todo, se vierte en una sopera. Se echa

sal y se mete en la nevera unas 2 horas por lo menos.

Al ir a servir se añade poco a poco agua helada al ajo blanco de la sopera, hasta

que

tenga la fluidez deseada (como la del gazpacho) y se incorporan las uvas, previamente

peladas. Se sirve enseguida.

163.—GAZPACHUELO CALIENTE DE PESCADO (6 personas)

2 huevos enteros,

anterior), cortado en rebanadas finas, tostadas

¼ litro de aceite fino,

o fritas,

1½ cucharada sopera de vinagre,

2 cucharadas soperas de vino blanco,

**½ kg. de pescado (rape, mero, el
pescado que**

1 hoja de laurel,

se quiera),

½ cebolla pequeña en dos cascós,

¼ de chirlas o almejas (facultativo),

1½ litro de agua fría,

**¾ kg. de patatas (holandesas rojas
que no se**

Sal y pimienta.

deshagan),

un puñado de pan (del día

En un cazo se pone el agua fría con sal, cebolla, laurel y vino blanco, y el pescado

entero lavado rápidamente. Se pone al fuego, y, cuando rompe el hervor, se deja 2

minutos; se retira y se tapa. Se tiene así el pescado. Si se añaden chirlas, hay que

cocerlas aparte y quitarles las 2

conchas. El caldo de cocerlas se cuela por un trapo, por

si tuviera arena, y se añade al otro.

Aparte se hace una mayonesa con las 2 yemas, el aceite, el vinagre, la sal y la pimienta

en la forma clásica, según está explicado (receta 94, 1.^a ó 2.^a fórmula).

En una cacerola se pone casi toda el agua de cocer el pescado (dejando un poco para

que no se seque éste). Se pelan, lavan y cortan las patatas en rodajas de $\frac{1}{2}$ cm. de

gruesas. Se ponen a cocer (si hace falta se puede añadir más agua para que el caldo

resulte suficiente al servir la sopa). Se dejan cocer unos 30 minutos (según la clase de

patatas).

En la sopera donde se vaya a servir la sopa se pone la mayonesa y, poco a poco, se va

añadiendo el caldo caliente de las patatas sin dejar de dar vueltas (para que no se corte

la mayonesa). Se Incorporan las patatas,

el pescado cortado a trocitos y las
chirlas sin

las conchas.

Las rebanaditas de pan se sirven aparte
o se echan a última hora en la sopa.

**164.—VICHYSOISE FRIA (8
personas)**

4 puerros grandes (sólo lo blanco),

**cer con cubitos tipo Gallina Blanca u
otro),**

1 cebolla grande (150 gr.),

3 vasos (de los de vino) bien llenos de

leche,

**2 cucharadas de mantequilla (40
gramos),**

¼ litro de crema líquida,

5 patatas medianas (1 kg.),

**2 cucharadas (de las de café) de
perejil picado,**

**4 vasos (de los de vino) bien llenos de
caldo (se sal.**

puede ha-

En una cacerola se pone la mantequilla a derretir; primero se echa la cebolla y, al

ratito,

los puerros cortados menudos. Cuando está sólo ligeramente dorado, se añaden las

patatas (peladas y cortadas en rebanaditas finas), el caldo (si es de cubitos se pone el

agua fría y cuando empieza a hervir se añaden éstos, que se derriten muy fácilmente con

sólo moverlos con una cuchara de madera), y se deja cocer muy despacio durante 40

minutos (más o menos). Se retira del

fuego y se deja enfriar un poco. Se pasa entonces

por la batidora. Se agrega la leche y se vuelve a pasar todo junto por la batidora.

Se vierte la sopa en una ensaladera de cristal o loza (mejor que de metal), se rectifica de

sal y se añade entonces la crema. Se mete en la nevera, tapada con un plato para que no

tome ningún gusto. Se suele hacer por lo menos con 12 horas de anticipación y está

mejor hecha 24 horas antes.

Al momento de servir en tazas de consomé, se espolvorea cada una con un poco de

perejil picado y se sirve muy frío.

Arroz, legumbres, patatas, pastas

ARROZ

165.—ARROZ BLANCO (6 personas)

1.^a fórmula:

½ kg. de arroz (que no sea de Calasparra, para

agua hirviendo abundante,

que salga más tierno) ,

50 gr. de mantequilla,

sal.

Se pone agua abundante en una cacerola (sin sal) y cuando rompe el hervor a

borbotones, se echa el arroz, limpio pero sin lavar (se puede limpiar en seco con un

trapo de cocina limpio. Se mueve con la cuchara de madera para que no se apeltone. Se

deja cocer a fuego vivo de 12 a 15 minutos (depende de la clase de arroz). Se echa

entonces en un colador grande y se pone al chorro del agua fría, haciéndolo saltar para

que quede todo él bien lavado. Se deja así en el colador y escurrido hasta el momento de

emplearlo.

En un cazo se pone la mantequilla a derretir, se echa el arroz y se sala, dándole vueltas

con una cuchara de madera.

Así está caliente y en su punto.

Nota.-Para servirlo de manera más original, se tiñe el agua de cocer el arroz

machacando unas hebras de azafrán en el mortero y desliéndolas en el agua. Se pone

amarillo el arroz. También se puede añadir, al rehogarlo, una lata pequeña (100 gr.) de

guisantes.

2.^a fórmula:

½ kg. de arroz (que no sea de

Calasparra),

1 diente de ajo pelado y dado un golpe,

agua abundante,

sal.

5 cucharadas soperas de aceite,

Se procede como en la receta anterior para cocer el arroz y lavarlo. Una vez hecho esto,

se rehoga en una sartén amplia donde se habrá puesto el aceite a calentar y 1 diente de

ajo a dorar unos 5 minutos. El ajo se retira antes de poner el arroz.

166.—ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES (6 personas)

½ kg. de arroz,

½ kg. de champiñones frescos,

agua,

2 cucharadas soperas de aceite,

100 gr. de mantequilla,

1 limón,

2 cucharadas soperas más bien

colmadas, de

2 yemas de huevo,

harina

sal.

fina,

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

Se hace el arroz como está explicado en la 1.^a fórmula y se deja lavado en el colador

hasta que estén hechos los champiñones. Estos deben estar bien blancos, pues si la piel

está marrón es que son viejos y
correosos. Se cepillan muy bien los
champiñones con un

cepillo de uñas suave que se reservará
para este uso. Se separa el rabo y se
corta la parte

baja del mismo, que suele tener tierra.
Se cortan en 2 ó 4 partes los
champiñones (según

sean de grandes). A medida que se van
preparando, se van echando en agua fría

abundante con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón. Una
vez preparados todos, se escurren y se
ponen

en un cazo con 25 gr. de mantequilla, unas gotas de zumo de limón y un poco de sal. Se

tapa con la tapadera y a fuego lento se les deja hacerse, saltándolos de vez en cuando

para que se rehoguen por igual, en lo que tardarán 10 minutos.

Mientras tanto se hace la bechamel. En una sartén se pone a calentar la mantequilla con

el aceite. Cuando se ha derretido la mantequilla se echa la harina, y, poco a poco y

dándole vueltas con una varilla, se le va incorporando la leche fría. Se sazona de sal y se

deja cocer unos 10 minutos a fuego lento. Debe quedar clarita.

En un tazón se ponen las yemas y se deslíen poco a poco con la bechamel. Cuando están

incorporadas a la misma se añaden los champiñones con su jugo. Se dejará a fuego muy

lento, pues con las yemas ya incorporadas, la bechamel no debe hervir.

Se rehoga e a fuego muy lento, pues con las yemas ya incorporadas, la bechamel no

debe hervir.

Se rehoga el arroz con 50 gr. de mantequilla y se le echa sal. Cuando está bien movido

se mete en un haro de pastelería apretando un poco, pero no demasiado. Se vuelca en

una fuente redonda y se retira con cuidado el haro de metal. En el centro se vierte la

bechamel con los champiñones y se

sirve enseguida.

**167.—ARROZ BLANCO CON
GAMBAS, RAPE Y MEJILLONES (6
personas)**

½ kg. de arroz,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

2 cucharadas soperas de harina,

1 cucharada soperas rasada de puré

1 raja de rape de 250 gr.,

concentrado de tomate (Intercasa),

¼ kg. de gambas,

1½ vaso (de los de agua) de leche fría,

1 kg. de mejillones,

**1½ vaso (de los de agua) de caldo de
cocer el**

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

pescado,

1 cucharada sopera de cebolla picada,

1 cucharada sopera de perejil picado,

**1 hoja de laurel o una ramita de
perejil,**

agua,

70 gr. de mantequilla,

sal.

Se hace el arroz como está explicado anteriormente (receta 165, 1.^a fórmula).

En una sartén se ponen los mejillones, bien lavados y limpios de barbas (que se quitarán

con un cuchillo), con el vino blanco. Se tapa con una tapadera y se dejan a fuego lento;

unos 10 minutos después están ya abiertos. Se retira el bicho de la concha (si alguno no

se ha abierto se tira, pues es señal de que está malo). Si los mejillones son muy grandes

se cortan en dos con unas tijeras y se reservan en un plato tapado con otro plato, para

que no se sequen.

Se cuele el jugo que han soltado por un colador con un trapito para que no pase la arena

que suelen soltar, y se reserva.

En un cazo con agua fría y sal se ponen las cabezas y los desperdicios de las gambas,

que se irán pelando y dejando las colas en crudo y enteras. Los desperdicios se cuecen

unos 10 minutos y se cuelan también uniendo el agua con la de los mejillones. Se lava y

se corta en trozos la raja de rape, reservándola también.

Se hace una bechamel. En una sartén se pone algo menos de la mitad de la mantequilla a

calentar con el aceite; se añade la harina y se da un par de vueltas con unas varillas y se

va añadiendo poco a poco la leche, alternando con caldo de cocer los mejillones y las

cabezas de las gambas. Se deja cocer unos 10 minutos, rectificando de sal y agregando

entonces el concentrado de tomate, moviendo bien para que se mezcle y quede la

bechamel color de rosa. Esta debe quedar más bien espesa, pues se va a aclarar con las

gambas y el rape que están crudos. Se ponen éstos y se deja cocer la bechamel otros 10

minutos a fuego mediano, añadiéndose después los mejillones.

Para servir se moldea el arroz en un molde en forma de corona, una vez rehogado con la

mantequilla y sazonado de sal. Se vierte en el centro la bechamel con el pescado. Se

espolvorea con perejil picado y está listo para servir.

**168.—ARROZ BLANCO CON
PECHUGA DE GALLINA,
CHAMPIÑONES Y TRUFAS (6**

personas)

½ kg. de arroz,

50 gr. de mantequilla,

1 pechuga de gallina,

2 cucharadas soperas de aceite,

1 puerro pequeño,

1½ vaso (de los de agua) de leche fría,

1 zanahoria,

¼ litro de caldo de cocer la gallina,

½ hoja de laurel,

2 yemas de huevo,

1/4 kg. de champiñones de París,

sal.

el zumo de un limón,

2 trufas en rodajitas,

Lo primero se tendrá la gallina cocida.

Para esto se pone en un puchero pequeño la

pechuga (1/4 de gallina que sea hermoso), el puerro (sólo la parte blanca) cortado en dos,

la zanahoria en rodajas, la 1/2 hoja de laurel, agua fría que lo cubra todo bien y sal. Se

pone a fuego mediano, de $\frac{3}{4}$ a una hora aproximadamente, comprobando si la gallina

está tierna antes de retirarla.

Se hace entonces el arroz blanco como está explicado anteriormente (receta 165, 1.^a

fórmula) y se reserva sin rehogar hasta que se vaya a servir.

Se preparan los champiñones lavándolos muy bien al chorro y cepillándolos con un

cepillo pequeño. Se separa la cabeza del rabo (quitando en éste la parte

arenosa). Se

corta todo en rodajitas no muy finas echándolas en agua con zumo de $\frac{1}{2}$ limón a medida

que se van cortando. Una vez todos los champiñones limpios, se ponen en un cazo con

25 gr. de mantequilla, unas gotas de limón y sal. Se tapa el cazo con tapadera y se deja a

fuego lento unos 10 minutos.

Se hace mientras la bechamel. En una sartén se ponen unos 25 gr. de mantequilla a

derretir con el aceite. Cuando está derretida se añade la harina y se da un par de vueltas

con unas varillas. Se agrega entonces poco a poco la leche alternando con el caldo de la

gallina, se sala y, dando vueltas, se deja cocer unos 15 minutos. Se incorporan a la

bechamel los champiñones con su jugo, la trufa y la gallina en trocitos.

Se rehoga el arroz y se moldea en molde en forma de corona. Se vuelca en una fuente.

En un tazón se tendrán las 2 yemas y con un poco de bechamel se deslíen para que no se

cuajen. Se agregan a la bechamel, revolviendo bien sin que cueza ya. Se vierte ésta en el

centro del arroz y se sirve inmediatamente.

169.—ARROZ BLANCO FRIO CON MAYONESA Y ATUN (6 personas)

½ kg. de arroz blanco, agua y sal,

3 tomates para cortar en rodajas,

1 lata de atún al natural de ¼ kg.

unas hojas tiernas de lechuga,

1 huevo duro.

Mayonesa:

2 huevos enteros,

**2 cucharadas soperas de vinagre o
zumo de**

**2½ vasos (de los de agua) no llenos de
aceite**

limón,

fino,

sal,

llenos de aceite fino,

Se hace la mayonesa con la batidora (receta 94, 2.^a fórmula), que salga más dura.

Se prepara el arroz como va explicado en la receta, 1.^a fórmula (receta 165).

Una vez

bien escurrido el arroz, se echa un poco de sal y se mueve bien sin rehogarlo.

En una ensaladera grande se mezcla el arroz con un poco más de la mitad de la

mayonesa y el atún deshecho en trocitos, reservando un poco para adorno. Se revuelve

con una cuchara de madera para que quede bien mezclado todo.

Se unta muy ligeramente con el dedo un poco de aceite fino por una flanera y se mete la

mezcla del arroz, atún y mayonesa en ella, apretando un poco para que no quede ningún

agujero. Se mete en la nevera al menos durante una hora.

Al ir a servirlo se vuelca, pasando un cuchillo de punta redonda por los bordes de la

flanera, en una fuente redonda. Se pone

un poco de mayonesa por arriba del flan de

arroz y se adorna la fuente con la lechuga, el tomate en rodajas, el atún que se reservó y

el huevo duro. Se sirve.

A las rodajas de tomate hay que ponerles un poco de sal y en las hojitas de lechuga una

mezcla de atún y mayonesa, para que no queden tan crudas y sin gracia.

El huevo duro se puede poner picado por encima del arroz, o en rodajas, como más

guste.

170.—ARROZ BLANCO CON HUEVOS FRITOS (6 personas)

½ kg. de arroz,

Salsa de tomate:

agua y sal,

1 kg. de tomates bien maduros,

50 gr. de mantequilla,

1 cebolla mediana,

6 huevos,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

12 lonchas finas de bacon,

**1 cucharada (de, las de café) de
azúcar,**

1 litro de aceite para freír.

sal.

Se hace el arroz como está indicado en la receta 165, 1 fórmula, y una vez enfriado al

chorro del agua se deja en espera. Se hace la salsa de tomate (véase receta 63) y se

reserva al calor.

La mantequilla se pone a derretir en un cazo y se echa el arroz, se rocía de sal y se

mueve con una cuchara de madera para que quede bien rehogado. Se coloca en un

molde en forma de corona, apretando un poco con una cuchara de madera y se vuelca en

una fuente redonda pero sin destapar aún el molde para que no se enfríe el arroz. Se

tendrá la fuente en espera.

En una sartén se pone el litro de aceite a calentar. Cuando está en su punto (se prueba

con una cortecita de pan que ha de freírse dorándose bastante deprisa, pero sin

quemarse), se fríen las lonchas de bacon. Después se casca cada huevo en una taza de té

y se echa en el aceite para que se frían con bonita forma redonda.

Cuando todos los huevos están ya fritos se retira el molde del arroz, se vierte la salsa de

tomate en el centro y se colocan los huevos salándolos con un poco de sal de mesa,

alrededor de la fuente, con las lonchas de bacon entre huevo y huevo. Se sirve enseguida.

171.—ARROZ BLANCO A LA CUBANA (6 personas)

½ kg. de arroz (que no sea de Calasparra),

6 huevos,

agua hirviendo abundante,

1 litro de aceite,

50 gr. de mantequilla,

6 plátanos medianos.

sal,

Se prepara el arroz como se indica en la receta 165, 1.^a fórmula. Una vez lavado se deja

en espera, antes de rehogarlo.

En una sartén se pone el litro de aceite a calentar, y cuando está en su punto (se verá con

una rebanadita de pan) se fríen los

plátanos pelados y cortados en dos
quedando todo lo

largos que son y la mitad de anchos. Se
reservan en un plato al calor (a la boca
del

horno ligeramente caliente y abierto).

La mantequilla se pone a calentar en una
cacerola y se echa el arroz bien
escurrido. Se

sazona de sal y se rehoga muy bien. Se
fríen los huevos de uno en uno,
cascándolos

cada vez en una taza de té para poder
echarlos en el aceite lo más cerca

posible y de una

vez, para que tengan bonita forma. Se coloca el arroz en una fuente redonda. Alrededor

se colocan los huevos fritos y entre medias de cada uno $\frac{1}{2}$ plátano. Los otros

medios plátanos se ponen sobre el arroz y se sirve enseguida.



172.—ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE, JUDIAS

**½ kg. de arroz (que no sea de
Calasparra),**

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

80 gr. de mantequilla,

¾ kg. de judías verdes,

3 cucharadas soperas de aceite,

1 pellizco de bicarbonato,

agua hirviendo,

3 huevos,

1 kg. de tomates,

sal.

2 cucharadas soperas de aceite frito,

Se hace la salsa de tomate más bien espesa, como se indica en la receta 63.

Se prepara el arroz blanco según se explica en la receta 165, 1.^a fórmula, y se deja en

reserva una vez refrescado.

Se pelan de hilos las judías verdes y si son anchas se parten en trozos pequeños

para que

formen cuadraditos. Se lavan en agua fresca y se cuecen en agua hirviendo abundante y

sal, y un pellizco de bicarbonato, durante unos 20 minutos (según la clase y lo frescas

que sean las judías). Se escurren después de cocidas y se rehogan con la mitad de la

mantequilla que se tiene. Se hace una tortilla con los 3 huevos: se ponen 3 cucharadas

soperas de aceite a calentar en una

sartén mediana, y una vez bien batidos los huevos

con un tenedor y sazonados de sal, se vierten en la sartén dejando la tortilla extendida

como si fuera una tortilla de patata. Se vuelve con una tapadera cuando está cuajada por

un lado y se reserva en la sartén al calor.

En una fuente alargada se pone en el centro el arroz, después de rehogado éste.

Alrededor del arroz se echa la salsa de

tomate. En el copete y a lo largo del arroz, las

judías verdes rehogadas y la tortilla cortada a tiras de 1 dedo de ancho adornando la

fuelle. Se sirve enseguida.

173.—ARROZ BLANCO FRIO CON VERDURAS Y VINAGRETA (6 personas)

400 gr. de arroz (que no sea de Calasparra),

3 huevos duros,

$\frac{3}{4}$ kg. de judías verdes, o $1\frac{1}{2}$ kg. de

**guisantes (o una salsera con sal,
aceite, vinagre, una**

una lata grande),

**cucharada (de las de café) de perejil
muy picado**

½ kg. de tomates bien maduros,

y 1 huevo duro muy picado,

unas hojas blancas de lechuga,

sal.

Se hace el arroz blanco como se indica en la receta 165, 1.^a fórmula. Una vez que se ha

refrescado al chorro, está ya listo para ponerlo en un molde en forma de corona. Sólo

hay que rociarlo de sal fina en el mismo colador y hacerlo saltar en él para que se sale

por igual, pero no hay que rehogarlo, puesto que se come frío.

Se lavan, pelan de hilos y cortan en trocitos pequeños las judías verdes y se ponen a

cocer en agua abundante hirviendo y con sal (se cuecen destapadas). Cuando vuelve a

romper el hervor se dejan de 20 a 30 minutos, según la clase de judías. Se puede añadir

al agua de cocerlas un pellizco de bicarbonato para que resulten más verdes.

Si son guisantes frescos, se cuecen, una vez desgranados, en agua abundante hirviendo y

con sal. Cuando están tiernos (depende de la clase) se escurren bien y se dejan enfriar.

Lavar y cortar los tomates en rodajas.

En una fuente se pone el arroz moldeado

en corona con un molde que se retira. Se coloca en el centro del mismo la verdura (guisantes o judías verdes), y alrededor las

hojas de lechuga con los tomates cortados en rodajas, alternando. Se adorna con el

huevo duro cortado en gajos finos y se sirve con la vinagreta aparte (receta 89).

Se puede meter la fuente un rato en la nevera, en verano, pero no más de una hora.

**174.—ENSALADA FRIA DE ARROZ
(6 personas)**

½ kg. de arroz (para blanco),

1 huevo duro,

¾ kg. de tomates (4 medianos),

2 cucharadas soperas de vinagre,

1 pimiento rojo de lata,

6 cucharadas soperas de aceite,

¼ kg. de champiñones frescos,

sal.

el zumo de 1 limón,

2 cucharadas soperas de perejil

picado,

Se cuece el arroz como para blanco, según la fórmula 1.^a (receta 165).

Cuando está

refrescado se escurre bien y se reserva (sin rehogar).

Se lavan, pelan y vacían de sus pepitas los tomates. Se cortan en trocitos, se espolvorean

de sal y se reservan para que suelten su agua.

Se lavan muy bien los champiñones y se les quitan las partes con tierra. Se cortan en

láminas finas y se ponen en agua con el zumo de medio limón. Se escurren enseguida y

se rocían con el zumo del otro medio limón, moviéndolos para que todos se empapen

del zumo y así no se pongan negros.

En una ensaladera se pone el arroz mezclado con los trozos de tomate, los champiñones,

el pimiento cortado en cuadraditos pequeños y el perejil, Se hace una vinagreta y se

rocía por encima,. mezclando todo bien.

En el momento de servir, se pica el huevo duro

y se espolvorea la ensaladilla.

Esta se puede servir en la misma ensaladera o en una fuente adornada con unas hojas de

lechuga alrededor.

175.—ARROZ BLANCO CON GALLINA (6 personas)

1 gallina de 1½ kg. (tierna),

2 cucharadas soperas de aceite fino,

½ kg. de arroz (que no sea de

Calasparra),

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

2 zanahorias (medianas),

2 cucharadas soperas de harina,

1 cebolla mediana (80 gr.),

2 yemas de huevo,

2 clavos (especia),

½ cucharadita (de las de moka) de concentrado

1 hoja de laurel,

de carne (Liebig, Bovril, etc.),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

agua y sal.

80 gr. de mantequilla,

En una olla con agua fría abundante y sal se pone la gallina entera, bien cubierta por el

agua. Se añade la cebolla con los 2 clavos pinchados, la hoja de laurel, las zanahorias

lavadas y raspada la piel y cortadas en rodajas gruesas, y el vino blanco. Se cubre la olla

con su tapadera y se pone al fuego.
Cuando rompe el hervor se baja éste
para que, sin

dejar de cocer, lo haga lentamente. Se le
quita de vez en cuando la espuma que se
le

forma por encima con una espumadera y
se deja cocer (según sea de tierna la
gallina) de

1½ a 3 horas. Se prueba si está tierna
pinchándola con un tenedor entre el
muslo y la

pechuga.

Durante este tiempo se hace aparte el

arroz blanco (receta 165, 1.^a fórmula).

Una vez cocida la gallina, se saca del caldo y se trincha, volviéndola a poner en parte

del caldo para que no se enfríe.

Se hace la salsa: en una sartén se pone la mitad de la mantequilla a derretir con el aceite;

cuando está en su punto se añade la harina y, enseguida (sin que ésta tome color), el

caldo de cocer la gallina, moviendo bien con unas varillas para que no se formen

grumos. Para que haya salsa abundante se empleará de $\frac{3}{4}$ a 1 litro de caldo.

En un tazón se ponen las yemas y se deslíen poco a poco con unas cucharadas de salsa

(teniendo cuidado de que no se cuajen).

Se incorporan a la salsa junto con el

concentrado de carne y el perejil picado. Se prueba por si hubiese que rectificar de sal la

salsa. Se echa dentro de la misma la gallina partida y se reserva al calor, cuidando

mucho de que no cueza la salsa.

Después se sala y se rehoga el arroz, poniéndolo en un molde en forma de corona. Se

vuelca en una fuente redonda y, en el centro, se coloca la gallina con la salsa.

Se sirve enseguida, cuidando de poner en la mesa los platos calientes.

176.—ARROZ BLANCO CON TERNERA (6 personas)

1½ a 2 kg. de pecho de ternera,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

½ kg. de arroz,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

2 zanahorias medianas,

2 cucharadas soperas de harina,

1 cebolla mediana (80 gr.),

2 yemas de huevo,

clavos (especia),

½ cucharadita (de las de moka) de concentrado

1 hoja de laurel,

de carne (Liebig, Bovril, etc.),

**1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
agua y sal.**

80 gr. de mantequilla,

Se procede exactamente como en la receta anterior, cambiando la gallina por carne. Esta

hace más espuma que la gallina y habrá que quitársela varias veces.

**177.—ARROZ BLANCO CON
RIÑONES (6 personas)**

1 riñón de ternera (500 gr.),

2 vasos (de los de agua) de agua,

½ kg. de arroz,

40 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de vino) de jerez,

agua,

5 cucharadas soperas de aceite,

sal.

2 cucharadas soperas de harina,

Se limpian y lavan los riñones como va especificado en la receta 919, 1.^a manera.

Se hará ahora el arroz blanco (receta

165, 1.^a fórmula) y, una vez refrescado, se deja en

espera.

Hacer la salsa: en una sartén se pone el aceite a calentar. Se echa la harina y, moviendo

con unas varillas, se deja que tome color tostado (unos minutos). Se añade entonces el

vino, el agua

y la sal, moviendo para que no se formen grumos. Se deja cocer esta salsa unos 5

minutos y luego se incorporan los trocitos de riñones para que cuezan otros 5 minutos.

Se rehoga y se sala el arroz y se le da forma en un molde en corona.

Se vuelca en una fuente y se ponen los riñones con su salsa en el centro, sirviendo el

plato enseguida.

**178.—ARROZ DE ADORNO,
AMARILLO Y CON GUISANTES (6
personas)**

**½ kg. de arroz (que no sea de
Calasparra),**

unas hebras de azafrán,

**1 lata pequeña de guisantes finos de
100 gr. (o**

40 gr. de mantequilla,

**un puñado de guisantes frescos
cocidos),**

agua y sal.

Se procede como para el arroz blanco
(receta 165), únicamente se machacan
las hebras

de azafrán en el mortero, primero solas
y después de hechas polvo con un par de

cucharadas de agua. Esta agua se añade a la que se pondrá para cocer el arroz.

Sí son de conserva, los guisantes se pondrán a calentar en su lata, abierta y en un cazo

con agua caliente (al baño maría). Se Incorporarán cuando se vaya a rehogar el arroz

con mantequilla, quedando mezclados con éste.

179.—ARROZ AMARILLO CON HUEVOS REVUELTOS (6 personas)

½ kg. de arroz,

Huevos:

1 lata pequeña de guisantes finos,

8 huevos,

unas hebras de azafrán,

20 gr. de mantequilla,

40 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de leche,

agua y sal.

¼ kg. de gambas ó 2 trufas,

sal.

El arroz se prepara como se explica en la receta anterior, teniéndolo al calor una vez

rehogado y añadidos los guisantes. Hay que tenerlo preparado, ya que los huevos

revueltos no pueden esperar cuando están en su punto.

En un cazo se ponen los huevos enteros, la mantequilla, la leche y la sal. Si se hace con

gambas, éstas estarán peladas y cortadas las colas en dos, puestas con los huevos, crudas. Si es con trufas, se cortarán en

rodajitas finas, poniéndolas cuando los
huevos

estén a medio hacer.

En una sartén grande y profunda se
tendrá agua hirviendo y se mete dentro
el cazo con

todos los ingredientes (al baño maría).
Se da vueltas rápidamente con un
tenedor

apurando bien los bordes del cazo, que
es donde los huevos se cuajan antes.
Cuando se

ve que los huevos se van poniendo
cremosos hay que retirar el cazo del

agua, pues los

huevos terminan de cuajarse,
moviéndolos bien antes de echarlos en
la fuente (el tiempo

varía según gusten los huevos revueltos
más o menos cuajados; suelen ser unos
10

minutos, pero dependerá del gusto de
cada cual).

Se pone el arroz en una fuente alargada,
todo a lo largo y ocupando la mitad de
la

fuentes. En la otra mitad se ponen los
huevos revueltos y se sirve enseguida.

**180.—ARROZ MILANESA (6
personas)**

½ kg. de arroz,

100 gr. de queso de Parma rallado,

1 cebolla mediana,

agua y sal,

100 gr. de jamón serrano,

3 cucharadas soperas de aceite.

100 gr. de chorizo,

1 lata de guisantes de ¼ kg.,

En un cazo se pone agua abundante (3 litros para el $\frac{1}{2}$ kg.) y cuando rompe a hervir se

echa el arroz, dejándolo cocer 15 minutos más o menos (según la clase de arroz).

Cuando está en su punto, se cuela por un colador grande y se lava con agua fría al chorro.

En una sartén grande se ponen las 3 cucharadas de aceite y la cebolla muy picadita.

Cuando está un poco dorada, se echa el jamón y el chorizo picado a cuadraditos

muy

pequeños. Se les da unas vueltas y se incorpora entonces el arroz, revolviendo muy bien

con una cuchara de madera para que se mezcle y se caliente todo por igual.

Cuando está

bien movido (unos 5 minutos), se le agrega la sal necesaria y luego los guisantes

escurridos de su jugo. Se revuelve otro poquito.

Se sirve en una fuente con el queso rallado aparte, para que cada cual se

ponga lo que

guste.

**181.—ARROZ AL CURRY (6
personas)**

½ kg. de arroz (para blanco),

2 cucharadas soperas de aceite fino,

¼ kg. de champiñones de París,

**1 cucharadita (de las de moka) de
curry,**

1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),

el zumo de 1 limón,

1 lata pequeña de pimienta roja (100 gr.),

agua y sal.

60 gr. de mantequilla,

Adorno:

2 huevos duros en rodajas, o lonchas de bacon

fritas.

Se cuece el arroz según está explicado en la receta anterior (arroz milanese).

Mientras se hace el arroz, se preparan los champiñones. Se cepillan y lavan

muy bien

con agua y el zumo de $\frac{1}{2}$ limón para quitarles toda la tierra. Se parten en trocitos y en un

cazo se ponen con 15 gr. de mantequilla, unas gotas de zumo de limón y un poco de sal.

Se tapa el cazo con su tapadera y se dejan más o menos unos 15 minutos, moviéndolos

de vez en cuando.

Al ir a servir el arroz se rehoga con el resto de la mantequilla y el aceite, el curry, los

champiñones con su jugo, los guisantes y el pimiento cortado a cuadraditos de 1 cm.,

agregando la sal. Se revuelve todo muy bien junto y se sirve en una fuente, adornándolo

con rodajas de huevo duro o con lonchitas de bacon fritas.

**182.—ARROZ CON TOMATE,
SALCHICHAS, GUISANTES Y
PIMIENTOS (6 personas)**

2 tazones de arroz de Calasparra (600 gr.),

3 tazones de agua caliente,

1/3 de vaso (de los de agua) de aceite,

1 lata pequeña de guisantes,

1 cebolla grande (100 gr.),

1 lata pequeña de pimientos rojos (100 gr.),

1 diente de ajo.

4 salchichas frescas,

1 ramita de perejil,

1 pastilla de caldo (Avecrem o Starlux, de pollo)

1 tazón de salsa de tomate ($\frac{3}{4}$ kg. de

tomates),

,

sal.

Se tendrá hecha una salsa de tomate, de antemano, con $\frac{3}{4}$ de kg. de tomates (receta 63).

En una cacerola o paellera se pone el aceite a calentar. Se le añade la cebolla pelada y

picada menuda. En un mortero se machaca el diente de ajo, pelado, y el perejil con un

poco de sal (para que no se escurra el

ajo). Una vez que la cebolla está transparente

(unos 5 minutos), se incorpora lo del mortero, el tomate y las salchichas, partidas en dos

(con tijeras), para que se rehoguen un poco. Luego se añade el arroz, moviéndolo con

una cuchara de madera durante unos 3 ó 4 minutos. Se agregan los tazones de agua con

la pastilla de caldo desleída en agua caliente. Se echa la sal (con cuidado, ya que el ajo

llevaba sal y el caldo es salado también) y el pimiento cortado en tiras no muy largas.

Se mete la cacerola en el horno con calor mediano (y previamente calentado) . Se

revuelve unas cuantas veces para que quede el arroz bien suelto. En una de las últimas

veces se agregan los guisantes. Cuando el agua está consumida (unos 20 minutos más o

menos), está el arroz para servir y se dejará unos 5 minutos fuera del horno para que

repose.

Nota.-Si se hace menos cantidad de arroz, se pondrá menos tomate del correspondiente,

añadiendo entonces un poco de agua para que quede completo el volumen de agua de

los tazones.

183.—PAELLA SENCILLA (8 personas)

2/3 vaso (de los de agua) de aceite,

1 pimiento colorado fresco, asado o de lata,

2 tazones de arroz de Calasparra (600 gr. más o

**1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),
menos)**

1 cebolla pequeña (70 gr.),

5 tazones de caldo de pescado,

2 tomates frescos medianos,

1/4 kg. de gambas,

unas hebras de azafrán en rama,

1 calamar mediano,

1 trozo de diente de ajo (menos de la $\frac{1}{2}$),

$\frac{1}{4}$ kg. de chirlas o 1 kg. de mejillones,

1 ramita de perejil,

1 rajita de rape ($\frac{1}{4}$ kg.),

sal.

$\frac{1}{2}$ chorizo en rajitas (quitada la piel),

1 pimiento verde (si es tiempo de ello),

En una sartén se pone la mitad del aceite a calentar y una vez caliente se echa la cebolla

picada y al ratito (unos 5 minutos) los tomates cortados en trozos, quitadas las simientes

y pelados. Se deja rehogar todo esto unos 5 minutos, machacando los tomates con el

canto de una espumadera. Se pasa luego por el pasapurés y se echa en la paellera.

En un cazo se ponen a cocer en agua fría salada el hueso del rape y todas las cáscaras de

las gambas, reservando las colas aparte. En otro cazo se cuecen las chirlas con poca

agua (muy lavadas antes con agua y sal).
En cuanto se abren las conchas se retiran
del

fuego y se quita la mitad de las conchas
que no tienen el bicho, reservando las
otras

mitades y colando por un colador muy
fino o por una gasa el caldo donde han
cocido,

así como el de los desperdicios de las
gambas.

En la paellera donde se va a servir el
arroz se pone el resto del aceite con el
refrito que

ya está. Si hay pimiento verde, se echa entonces para que se fría un poco, en trocitos

cuadrados de unos 3 cm. Luego se va echando el calamar en tiritas de $\frac{1}{2}$ cm. de ancho y

4 cm. de largo, o en redondeles el cuerpo, el rape a trocitos y el arroz. Se dan unas

vuelatas con una cuchara de madera, sin que tome color. Se echa sal y, por fin, el caldo

de los desperdicios y de las chirlas caliente, pero no hirviendo. Este se completa con

agua caliente si no hubiese lo suficiente, es decir, los 5 tazones de caldo. Se mueve un

poco la paellera por las asas para que quede el caldo bien repartido. Todo esto debe

hacerse a fuego mediano.

Mientras tanto, en un mortero se machaca el poquito de ajo, el perejil y el azafrán, con

un poquito de sal para que no se escurra, y se moja con un par de cucharadas soperas de

agua templada. Se vierte esta mezcla

sobre el arroz y se mueve el caldo con las asas de

la paellera, o por encima con una cuchara, para que quede bien repartido. Se incorporan

ahora las colas de gambas bien repartidas y cuando está a medio consumir el caldo se

pone bien dispuesto, para que haga bonito, el pimiento rojo en tiritas, las chirlas o los

mejillones, los guisantes y el chorizo.

Se suele dejar, desde el momento de poner el caldo, unos 20 minutos, pero

esto depende

de la clase, de arroz.

Una vez que está tierno el arroz y consumido el caldo, se pone la paellera fuera del

fuego, sobre una bayeta mojada, dejando que repose unos 5 minutos. Se sirve con unos

gajos grandes de limón sin pelar y enganchados en el filo de la paellera para que adorne

ésta. Hay a quien le gusta usar el limón y echar unas gotas sobre la paella servida en su

plato. También hay quien acostumbra poner unas gotas de limón cuando ha echado el

caldo en el arroz, ya que el limón le hace quedar bien suelto.

184.—PAELLA DE POLLO

Se trincha el pollo en trozos no grandes y se fríen, lo primero, en el aceite de la paella,

unos 10 minutos. Se retiran en un plato, se hace la paella como se ha indicado en la

receta anterior, volviendo a poner el pollo cuando se incorporan las gambas;

después se

procede como acabamos de ver para todo lo demás.

185.—PAELLA CON TROPEZONES DE COCIDO (6 personas)

2 tazones de arroz de Calasparra (600 gr. más o

1 vaso (de los de agua) no lleno de aceite,

menos),

1 cebolla pequeña (unos 70 gr.),

¼ de gallina, (del cocido del día

anterior)

**4 tazones (del mismo tamaño) de
caldo del**

1 morcilla. (del cocido del día anterior)

cocido,

1 chorizo (del cocido del día anterior)

**1 tomate fresco grandecito y bien
colorado,**

**150 gr. de tocino (del cocido del día
anterior)**

unas hebras de azafrán,

1 puñado de garbanzos (del cocido del día

**1 trozo de diente de ajo (menos de ½),
anterior)**

1 ramita de perejil,

**1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),
sal.**

1 pimiento colorado (asado o de lata),

En una sartén se pone la mitad del aceite y cuando está caliente se echa la cebolla

picada, se le da unas vueltas durante

unos 5 minutos; después se añade el tomate

cortado en trozos y quitadas las pepitas. Se deja rehogar, machacándolo con el canto de

una espumadera. Pasados de 5 a 10 minutos, se pasa todo por el pasapurés y se echa el

refrito en la paellera con el resto del aceite. El fuego tiene que ser mediano. Cuando

todo está caliente, se echa el tocino, la pechuga, la morcilla (cortados en trozos y la

morcilla en rodajas) y la mitad de los garbanzos. Seguidamente se echará el arroz, se le

da unas vueltas con una cuchara de Madera y se vierte ya el caldo caliente (no cociendo)

por encima. Se mueve la paellera por las asas para que quede bien repartido todo.

En el mortero se machaca el ajo, el perejil y el azafrán con un poco de sal y se moja con

un par de cucharadas soperas de agua templada. Esto se incorpora también a la paellera,

dándole unas vueltas con una cuchara de madera rápidamente.

Se deja así unos 15 minutos, y cuando está consumido el caldo se disponen los

guisantes, el resto de los garbanzos, el chorizo, la morcilla en rodajas y las tiras de

pimiento hasta que se termine , de hacer la paella y consumir el caldo (suele tardar unos

20 minutos, pero depende de la clase de arroz).

Cuando esté tierno el arroz, se retira del fuego, se pone la paellera sobre una

bayeta

mojada para que repose unos 5 minutos antes de servirlo.

**186.—PAELLITA CON BACALAO
(6 personas)**

350 gr. de bacalao,

½ kg. de tomates rojos,

2 tazones de arroz de Calasparra (600 gr.),

1 cebolla grande (100 gr.),

4 tazones de caldo (o agua con una o dos

1 cucharada (de las de café) rasada de pastillas de Avecrem, Starlux, etc., de pollo),

pimentón,

1½ vaso (de los de vino) de aceite,

2 dientes de ajo,

1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

1 lata pequeña de pimientos rojos,

unas hebritas de azafrán,

2 cucharadas soperas de agua,

1 plato de harina,

sal.

Se pone el bacalao a desalar en una cacerola con agua fría, por lo menos 12 horas antes

de usarlo (o sea, la víspera por la noche). Para desalarlo bien hay que cambiarle el agua

por lo menos 4 veces; pero cada vez deben sacarse los trozos de la cacerola y

enjuagarla bien, pues la sal se queda

depositada en el fondo.

Una vez desalados, se ponen los trozos de bacalao en un paño limpio y se secan bien; se

parten en trozos pequeños y se envuelven en harina, sacudiendo ésta para que quede

muy poca. En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríe el bacalao, que se reserva

en un plato.

En una paellera se pone el $\frac{1}{2}$ vaso de aceite (del que ha sobrado de freír el bacalao) a

calentar. Se fríen la cebolla y 1 diente de ajo, todo ello muy picado, unos 5 minutos,

dando vueltas con una cuchara de madera. Se añade entonces el pimentón y después los

tomates, pelados y quitadas las pepitas; se refríe unos 10 minutos, machacando con el

canto de una espumadera. Se agrega el arroz y se dan unas vueltas, pero sin que tome

color; se incorpora el bacalao y la sal (poca) y, por fin, el caldo caliente.

En un mortero se machacan las hebras de azafrán, el otro diente de ajo con un poco de

sal (para que el ajo no resbale), se moja esto con un par de cucharadas soperas de agua y

se añade el arroz, dando una vuelta al caldo, para que quede bien mezclado, y moviendo

la paellera por las asas. A los 15 minutos, cuando el arroz se va quedando algo más

seco, se echan los guisantes y el perejil y se coloca el pimiento en tiritas para que quede

bonita la fuente. Se deja otros 5 minutos (este tiempo depende de la clase de arroz).

Antes de servir se deja la paellera fuera de la lumbre y sobre una bayeta mojada y

escurrida, en reposo, unos 5 minutos.

Se sirve entonces en la misma paellera.

187.—SOUFFLE DE ARROZ

BLANCO (6 personas) (véase receta 500)

LEGUMBRES

GARBANZOS

188.—COCIDO (6 personas)

(véase receta 106)

189.—RESTOS DE COCIDO EN FORMA DE BUDIN (6 personas)

El volumen de 3 ó 4 tazones de
desayuno de resto de cocido, es decir:
garbanzos,

verduras, zanahorias, patatas, carne,
chorizo,

3 huevos,

pan rallado.

un poco de aceite fino,

Salsa de tomate: aparte, en salsaera (receta 63).

Se pasa por la máquina de picar la carne todo lo que queda del cocido. Se añade a esto

las 3 yemas, se mezcla bien y se agregan las 3 claras a punto de nieve muy firme, suavemente para que no se bajen.

Se unta con aceite fino un molde de cake largo y se espolvorea ligeramente con pan

rallado.

Se mete al horno mediano previamente

calentado y al baño maría. Se deja de 20 a 30

minutos más o menos. Se saca, se desmolda y se sirve con salsa de tomate aparte.

190.—GARBANZOS ALIÑADOS (6 personas)

$\frac{3}{4}$ kg. de garbanzos,

Salsa:

1 pellizco de bicarbonato,

3 cucharadas soperas de vinagre,

1 hueso de codillo más bien

**9 cucharadas soperas de aceite fino,
grasiento,**

**2 cucharadas soperas de caldo de
cocer los**

**2 puerros medianos (sólo lo blanco),
garbanzos,**

¼ kg. de zanahorias (3 medianas),

**2 huevos duros picados (½ se deja
para adornar**

3 tomates medianos,

la fuente de garbanzos),

sal y agua.

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

1 cucharada (de las de café) de cebolla picada,

sal.

Se ponen los garbanzos en remojo, por lo menos 12 horas antes de hacerlos, con un

pellizco de bicarbonato y un poco de sal, en agua templada. Después de estar en remojo,

se lavan bien para que no les quede nada

de bicarbonato y se ponen en agua caliente

(pero no hirviendo) con sal, el codillo, los puerros pelados y lavados y las zanahorias,

igualmente lavadas y raspada la piel con un cuchillo. Si éstas son grandes, se cortan en

dos a lo largo. Se pone a fuego mediano más bien lento.

Se dejan cocer el tiempo necesario (éste dependerá de la clase de los garbanzos y del

agua: la más fina es la mejor, y la que

tiene más cal, la peor). Deberán cocer de 2 a 3

horas.

Una vez cocidos, se escurren bien de su caldo y se ponen en una Fuente redonda en un

montón. Se adorna la fuente todo alrededor con rodajas de tomate, y encima de los

garbanzos, en estrella, se ponen las zanahorias con $\frac{1}{2}$ huevo duro picado en el copete.

Se sirve con una salsera de vinagreta aparte, en la cual se pone el aceite, el

vinagre, el

caldo, la sal, 1½ huevo duro picado, el perejil muy picado y la cebolla (facultativo) muy

picada también.

Nota.-El caldo de cocer los garbanzos es muy bueno y se puede utilizar para cocer

arroz, hacer una sopa, etc.

191.—GARBANZOS REFritos (6 personas)

½ kg. de garbanzos,

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

100 gr. de manteca de cerdo,

½ chorizo de cantimpalos,

1 cebolla mediana (100 gr.),

agua y sal.

3 tomates medianos bien maduros,

Se ponen los garbanzos en remojo la víspera (o unas 12 horas antes) en agua que no esté

muy fría, con un pellizco de bicarbonato y un poco de sal. Después de remojados

y

antes de cocer, se lavan bien para que no les quede bicarbonato.

Se pone una olla con agua y sal. Cuando va a empezar a hervir (hace burbujas

alrededor), se echan los garbanzos. Se cubre la olla y se dejan cocer a fuego mediano

hasta que estén tiernos, pero sin que se deshagan (más o menos 2 horas, pero este

tiempo depende de la clase de los garbanzos).

Mientras cuecen, se hace el refrito en una sartén. Se pone a derretir la manteca de cerdo;

cuando está caliente se le añade la cebolla pelada y muy picada. Se rehoga unos 5

minutos hasta que se pone transparente. Se le agrega entonces los tomates pelados y

cortados en trozos pequeños y quitadas las simientes. Se machaca bien con el canto de

una espumadera. Se refríen durante unos 10 minutos. Se añade el pimentón y el chorizo,

pelado y cortado en lonchitas muy finas. Se revuelve todo y se reserva fuera del fuego

(para que no se quemé el pimentón).

Una vez cocidos los garbanzos, se escurren bien de su caldo y se echan en la sartén. Se

ponen a fuego vivo, se revuelven bien durante 5 minutos y se sirven bien calientes en

una fuente.

Nota.-Se puede aprovechar un resto de garbanzos del cocido del día anterior. Se tendrán

removiéndolos en la sartén algo más de tiempo para calentarlos bien.

192.—POTAJE CON ESPINACAS (6 personas)

½ kg. de garbanzos,

1 diente de ajo,

1 kg. de espinacas,

1 cucharada (de las de café)

200 gr. de bacalao,

rasada de pimentón,

2 cebollas pequeñas (100 gr.

1 ramita de perejil,

las 2),

1 tomate grandecito,

6 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de harina,

1 hoja de laurel,

sal, agua y un pellizco de bicarbonato.

½ cabeza de ajo pequeña,

la víspera de hacer el potaje se ponen los garbanzos en remojo en agua templada

(quitado el frío), con sal y un pellizco de bicarbonato (esto, si el agua no es fina).

En agua fría se pone en remojo el bacalao y se le cambia el agua unas 3 o 4 veces,

sacando cada vez el bacalao del cazo y enjuagando éste bien para que la sal no se quede

en el fondo. Cuando se vaya a hacer el potaje, se lavan muy bien los garbanzos y se

ponen en una olla con agua caliente (pero no hirviendo), con la ½ cabeza de ajo entera,

la hoja de laurel y una cebolla pelada y entera. Se deja de 2¼ a 2½ horas a fuego

mediano, después de lo cual se incorpora el bacalao, dejándolo cocer otra 1/ hora.

Se lavan muy bien las espinacas, quitándoles los tallos, y se echan en la olla, cociendo

unos 15 minutos.

En una sartén se pone el aceite a calentar; se refríe la cebolla pelada y muy picada, sin

que tome demasiado color (10 minutos);

se añade el tomate cortado y quitadas las

pepitas. Un poco después se echa la harina, que se freirá bien, y, por fin, el pimentón.

Seguidamente se pasa por el pasapurés, echando esta salsa en la olla de los garbanzos.

Se prueba entonces de sal y se rectifica si hace falta.

En un mortero se machaca el perejil con el diente de ajo y se le añade una cucharada

sopera de caldo de la olla. Se echa

dentro y se mueve bien.

Se deja cocer durante unos 15 ó 20 minutos todo junto. Se sirve en sopera.

Hay quien pone unas bolitas que se hacen con 1 huevo batido como para tortilla, una

miga de pan (tamaño de un huevo grande), desmenuzada, y ajo y perejil muy picadito (1

diente y 2 ramitas de perejil). Con todo esto se hace una masa, con la cual se formarán

unas bolitas o una sola morcilla grande. Se envuelven en pan rallado y se fríen.

Se echan

después de incorporar el refrito.

193.—POTAJE CON ARROZ Y PATATAS (6 personas)

400 gr. de garbanzos,

1 diente de ajo,

½ kg. de patatas (3 grandes),

1 ramita de perejil,

¼ kg. de arroz,

unas hebras de azafrán,

2 cucharadas soperas de aceite,

sal,

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 pellizco de bicarbonato,

2 clavos (especia),

agua.

Se ponen los garbanzos en remojo con agua templada (no fría), por lo menos 12 horas

antes de cocerlos, con un poco de sal y un pellizco de bicarbonato.

Cuando se van a cocer, se lavan muy bien varias veces y se echan en agua caliente (no

hirviendo) con un poco de sal y las 2 cucharadas de aceite.

Se pela la cebolla, se le pinchan los 2 clavos y se mete al horno hasta que esté tostada

por fuera, y se echará asimismo en el agua con los garbanzos, que se tendrán cociendo a

fuego mediano unas 2½ horas. Este tiempo depende de la clase de los garbanzos y del

agua. Cuando los garbanzos empiezan a estar tiernos pero bien enteros, se añaden las

patatas, cortadas a cuadraditos y bien lavadas. Se dejan cocer unos 15 minutos, se les

agrega el arroz y se cuecen otros 20 minutos más.

Después de incorporado el arroz, se pone en el mortero el diente de ajo con las hebras

de azafrán, el perejil y un poco de sal. Se machaca todo bien y se añade un par de

cucharadas soperas del caldo donde están cociendo los garbanzos. Se echa con los

garbanzos el contenido del mortero, se prueba de sal y se rectifica. si hiciese falta.

JUDÍAS

194.—JUDIAS BLANCAS GUISADAS (6 personas)

700 gr. de judías blancas,

2 cebollas pequeñas (100 gr. las 2),

½ cabeza de ajo entera y asada,

1 cucharada sopera de harina,

1 hoja de laurel,

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

1 chorizo o una morcilla asturiana,

sal.

4 cucharadas soperas de aceite.

Si las judías son del año, no se deben poner en remojo; si no se tiene seguridad de que

sean tiernas, se pondrán en remojo en agua fría unas 3 horas antes de cocerlas.

Se ponen las judías en agua fría sin nada (ni sal), de modo que el agua sólo las cubra, y

se tapan con la tapadera. Cuando rompe el hervor se escurre el agua y se vuelve a poner

nueva, añadiendo entonces la cabeza de ajo asada (para ello se arrima la cabeza de ajo al

fuego, debajo de la cacerola donde cuecen las judías, dándole vuelta para que se ase por

igual por todos lados), la hoja de laurel y una cebolla entera, así como el chorizo o la

morcilla enteros.

Se dejan cocer 2 horas más o menos (según la clase de las judías), añadiéndoles durante

este tiempo unas 3 veces agua fría para cortarles la cocción. Cuando están tiernas las

judías, se les agrega el siguiente refrito:

En una sartén se calienta el aceite, se refríe la cebolla picada y después que está dorada

se añade la harina, dejándola que tome un poco de color y moviendo con una cuchara

de madera. Pasa dos 10 minutos se le echa el pimentón y 3 ó 4 cucharadas del caldo de

las judías. Se pasa por el pasapurés el refrito, echándolo dentro de la cacerola donde

cuecen las judías. Se echa ahora la sal. Se quita el chorizo y la hojita de laurel (ésta se

tira) y el chorizo se corta en rodajas, que se vuelven a echar en las judías.

Se sirven estas judías en sopera.

700 gr. de judías blancas,

3 cucharadas soperas de buen vinagre,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

9 cucharadas soperas de aceite fino,

1 hoja de laurel,

sal.

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

1 cucharada sopera de cebolla muy picada,

Se ponen las judías en una cacerola con agua fría sin sal y cubiertas con tapadera;

cuando dan el primer hervor, se tira esa agua y se pone otra que las cubra bien.

Se les añade una cebolla pelada y cortada en dos cascós y una hoja de laurel.

Se dejan cocer unas 2 horas a fuego mediano, echándoles durante este tiempo tres veces

un chorrito de agua fría que les corte el hervor y que les reponga el agua que han consumido.

Una vez tiernas pero enteras (el tiempo depende de la clase de las judías), se escurren de

su caldo y se retira el laurel y la cebolla. Se dejan enfriar o templar y se las pone en una

ensaladera. Se aliñan con sal, aceite y buen vinagre, se espolvorean con el perejil y la

cebolla picada y se mueven bien.

Se sirven así o adornadas con unas rodajas de tomate.

196.—JUDIAS BLANCAS CON COSTRA (6 personas)

600 gr. de judías blancas,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 hojita de laurel,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

agua,

1 lata de guisantes,

1 kg. de tomates,

3 huevos,

1 cebolla mediana y ½ pequeña,

sal.

Se ponen las judías en agua fría sin nada
(ni sal) y tapadas con la tapadera.

Cuando

rompe el hervor, se tira el agua y se pone otra vez agua fría que sólo las cubra, con una

hoja de laurel y la cebolla mediana partida en dos. Se dejan cocer unas 2 horas a fuego

mediano, añadiendo durante este tiempo agua fría por tres veces, para reponer la que

hayan consumido.

Mientras tanto, en una sartén, se pone el aceite a calentar, se echa la cebolla muy picada,

que se cueza un poco pero sin dorarse (unos 10 minutos). Se echan después los tomates

bien lavados y partidos en trozos.

Con el canto de una espumadera se machacan bien y se dejan unos 15 minutos para que

se haga la salsa. Se pasa por el pasapurés y se vuelve a poner en la sartén añadiendo

entonces la sal y el azúcar.

Se escurren entonces las judías en un colador grande y se revuelven con la salsa de

tomate y la mitad del bote de guisantes (escurridos de su caldo). Se sazonan de sal y se

ponen en una fuente de barro, porcelana o cristal resistente al horno. Se pone el resto de

los guisantes por encima. Se baten los 3 huevos como para tortilla y se vierten por

encima de las judías.

Se mete la fuente a gratinar a fuego vivo, y, cuando los huevos están cuajados (10

minutos más o menos), se sirven en su misma fuente.

197.—JUDIAS BLANCAS CON SALCHICHAS Y TOCINO (6

**½ kg. de judías del Barco de Ávila
(grandes),**

40 gr. de mantequilla,

6 salchichas de Frankfurt,

agua fría,

6 salchichas frescas,

3 cucharadas soperas de aceite,

**2 lonchas (de ½ cm. de grueso) de
bacon,**

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

¼ kg. de punta de jamón,

sal.

1 ramillete (perejil, una hoja

de laurel, 1 diente de ajo),

Se ponen las judías en remojo en agua fría unas 2 horas antes. de ir a cocerlas.

Para cocerlas se ponen agua fría, que justo las cubra y, poco a poco, se les va dando

calor. Cuando rompe el hervor, se

escurren de su agua y se echan en otra cacerola con

agua fría, que sólo las cubra. Se les vuelve a dar lumbre despacio y durante la primera $\frac{1}{2}$

hora se les para la cocción por dos veces echándoles un poco de agua fría (si hace falta,

porque se vayan quedando secas, se les puede añadir agua más de dos veces).

Después de pasada la primera $\frac{1}{2}$ hora se les incorpora el jamón y el bacon entero.

Cuando las judías están casi cocidas (unas 2 horas), se sazonan de sal y se

meten entre

medias las salchichas de Frankfurt, y todo cocerá durante unos 10 minutos.

En una cacerola se pone la mantequilla a derretir. Se escurren bien las judías con una

espumadera y se saltean con la mantequilla y el perejil, retirando el ramillete.

Se sirven en una fuente redonda con el jamón y el bacon cortado en trozos (tantos como

comensales); las salchichas de Frankfurt enteras y las otras se saltearán en una

sartén

aparte con 3 cucharadas de aceite,
pinchándolas antes con un palillo.

Se sirven bien calientes y con los platos
previamente calentados.

Nota.-El caldo de las judías está
riquísimo para hacer una sopa y se debe
aprovechar

(como sugerencia, se pueden deshacer 2
cucharadas soperas de fécula de patata
al

momento de servir, 1 trozo de
mantequilla, una cucharada pequeña de
perejil ,picado y

una yema de huevo si se quiere).

198.—JUDIAS BLANCAS DE ADORNO

Estas judías acompañan muy bien a la pierna de cordero asada.

300 gr. de judías blancas.

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

75 gr. de mantequilla,

1 hoja de laurel,

sal.

Se ponen las judías en agua fría sin nada (ni sal) y cubiertas con tapadera.

Cuando

rompe el hervor, se tira el agua y se pone otra vez agua fría que sólo las cubra, con una

hoja de laurel y una cebolla pelada y partida en dos. Se dejan cocer unas 2 horas a fuego

mediano, añadiéndoles durante este tiempo agua fría tres veces, para espantarlas y

reponer el agua consumida.

Una vez bien tiernas pero enteras, se escurren en un colador grande. En una sartén se

derrite la mantequilla y se ponen las judías, salteándolas para que no se agarren. Se des

echa sal y el perejil picado, y se sirven con el cordero, pero sin que se doren (esto las

endurece).

199.—FABADA (6 personas)

½ kg. de fabes (judías asturianas),

½ oreja de cerdo,

2 morcillas también asturianas,

½ vaso (de los de agua) de aceite,

1 punta de jamón serrano de 100 gr.,

1 cebolla grande (125 gr.),

2 chorizos,

2 dientes de ajo,

100 gr. de tocino entreverado,

unas hebras de azafrán,

1 trozo de rabo o de pata de cerdo,

1 cucharada (de las de café) rasada de

pimentón,

sal.

Se ponen las judías en remojo en agua fría, unas tres horas, y después de este tiempo se

escurren.

Se ponen en una cacerola cubiertas con agua fría y se ponen al fuego; cuando rompen a

hervir, se vuelca la cacerola, tapándola con una tapadera, y se escurre el agua.

Aparte se

tendrá una olla con agua fría y se echan

dentro. Se añade entonces: la cebolla,
pelada y

cortada en cuatro; los dientes de ajo,
pelados pero enteros; el aceite; la oreja;
el rabo o

pata. Se añade el pimentón, se revuelve
y finalmente se echa en la olla los
embutidos,

primero los más duros: el jamón y el
chorizo, y al rato los demás menos las
morcillas.

El agua debe cubrir lo justo la fabada.
Se tapa la olla y se deja cocer a fuego
lento de 2 a

3 horas (el tiempo depende de las judías). Media hora antes de finalizar la cocción se

añaden las morcillas. Se sala casi a última hora y entonces se añade el poquito de

azafrán bien machacado en el mortero y disuelto con un poco de caldo de cocer la

fabada.

No se suele servir ni el rabo ni la oreja, pero hay a quien le gusta y los incluye, pero la

oreja cortada en tiras finísimas.

**200.—JUDIAS ENCARNADAS (6
personas)**

600 gr. de judías encarnadas,

1 ramita de perejil,

100 gr. de tocino,

1 hoja de laurel,

1 hueso de codillo,

1 cucharada sopera rasada de harina,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 tomate bien maduro,

1 cebolla mediana (80 gr.),

sal.

1 diente de ajo,

Se ponen las judías en agua fría sin sal, y tapadas. Cuando rompe el hervor, se les quita

el agua y se vuelven a cubrir con agua fría, añadiéndoles el tocino, el codillo partido en

dos, las hojas de laurel y el tomate entero. Se les añade por tres veces un poco de agua

fría para cortarles el hervor y reponer el

agua que se ha consumido. Deben estar cubiertas por el agua, pero nada más.

Se dejan cocer durante 2 a 3 horas, según sean de tiernas.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríe la cebolla muy picada. Cuando está

dorada (unos 8 a 10 minutos) se añade la harina y se mueve hasta que tome color

dorado. Se agregan 4 ó 5 cucharadas del caldo donde están cociendo las judías.

En un mortero se machaca el diente de

ajo con la ramita de perejil, un poco de sal y el

tomate pelado, cortado y quitadas las semillas. Todo esto se echa en la sartén, se mueve

muy bien y se vierte todo en la cacerola donde cuecen las judías. Se echa sal y se deja

cocer todo junto por espacio de unos 15 minutos más o menos. Se sirven quitándoles las

hojas de laurel y el codillo. La carne de éste se rebaña y se echa otra vez con las judías,

así como el tocino en trocitos pequeños.

**201.—JUDIAS PINTAS CON
ARROZ (6 personas)**

**400 gr. de arroz (que no sea de
Calasparra),**

1 cebolla mediana (100 gr.),

agua hirviendo,

1 cucharada sopera de harina,

40 gr. de mantequilla,

4 cucharadas soperas de aceite,

sal,

1 cucharadita (de las de moka) de pimentón,

400 gr. de judías pintas,

agua y sal.

2 dientes de ajo,

1 hoja de laurel,

Se ponen las judías en una cacerola con agua fría que las cubra pero sin sal. Se tapa con

su tapadera. Cuando dan el primer hervor, se les quita el agua, echando otra también fría

y bien cubiertas, pues deben quedar muy caldosas. Se les incorpora $\frac{1}{2}$ cebolla pelada y

cortada en dos, la hoja de laurel y 1 diente de ajo. Se les corta el hervor por tres veces

durante las 2 ó 3 horas que cuezan (según sean de duras), con un chorrito de agua fría.

Mientras tanto se prepara el arroz blanco (receta 165, 1.^a fórmula) y se deja separado

una vez lavado.

En una sartén se pone el aceite a

calentar. Cuando está caliente , se echa la ½ cebolla

muy picada y el diente de ajo (dado un golpe con el mango de un cuchillo, con el fin de

aplastarlo un poco y que suelte más aroma). Una vez dorada la cebolla, se le añade la

harina, que también se deja tostar (unos 10 minutos). Se incorpora entonces el pimentón

y seguidamente unas 3 ó 4 cucharadas del caldo donde cuecen las judías. Esta salsa se

vierte en las judías y se les agrega la sal.

Se rehoga el arroz con la mantequilla y se sala. Se pone en un molde en forma de

corona. Se vuelca en una fuente redonda y más bien honda. Se vierten en el centro las

judías con su caldo y se sirve enseguida.

LENTEJAS

202.—LENTEJAS GUIADAS (6 personas)

600 gr. de lentejas,

1 ramita de perejil,

1 tomate maduro,

**1½ vaso (de los de vino) de aceite
(sobrará) ,**

**½ cebolla mediana (100 gr.) en 2
cascos,**

2 rebanadas de pan frito,

½ cebolla mediana (100 gr.) picada,

**1 cucharadita (de las de moka) de
pimentón,**

2 dientes de ajo,

agua y sal.

1 hoja de laurel,

Se limpian con mucho cuidado las lentejas (pues suelen tener piedrecitas) y se ponen en

remojo en agua fría abundante unas horas (la víspera por la noche si se quiere).

En una cacerola se ponen las lentejas escurridas de su agua de remojo, se les añade el

laurel, los 2 cascos de cebolla, 1 diente de ajo (sin pelar) y se cubren con agua fría

abundante, sin sal. Se ponen a cocer con la cacerola tapada, a fuego lento después de

roto el hervor, y se tendrán cociendo durante 1 0 2 horas (según la clase de las lentejas).

En una sartén se pone el aceite a calentar, se fríen las dos rebanadas de pan, se retiran y

se reservan. Se quita un poco de aceite dejando sólo un fondo en la sartén. Se añade la

½ cebolla picada, se refríe hasta que empieza a dorarse (unos 8 minutos) y se echa

entonces el tomate pelado, cortado en trozos y quitadas las semillas. Se refríe todo junto

y, apartando la sartén del fuego, se echa el pimentón. Se revuelve bien y se vierte sobre

las lentejas.

En un mortero se pone 1 diente de ajo pelado, un poco de sal, el perejil y el pan frito. Se

machaca bien y se deslíe con 2 ó 3 cucharadas soperas de caldo de cocer las lentejas. Se

vierte en la cacerola de las mismas. Se

revuelve todo bien, se rectifica de sal y se cuece

todo junto durante unos 10 minutos.

Se sirve en sopera, retirando antes el laurel y el ajo de cocerlas.

**203.—LENTEJAS SIMPLES CON
TOCINO Y SALCHICHAS (6
personas)**

600 gr. de lentejas francesas,

12 salchichas corrientes, $\frac{1}{4}$

1 cebolla pequeña (50 gr.),

$\frac{1}{4}$ kg. de panceta,

2 clavos (de especia),

1½ vaso (de los de vino) de

1 hoja de laurel,

aceite (sobraré),

1 zanahoria mediana,

sal.

2 dientes de ajo,

Se limpian cuidadosamente las lentejas y se ponen en remojo unas horas, bien cubiertas

de agua fría.

En una cacerola se ponen las lentejas escurridas de su agua de remojo. Se añade la

cebolla con los 2 clavos pinchados en ella, el laurel, la zanahoria raspada, lavada y

partida en cuatro trozos, los 2 dientes de ajo sin pelar y el tocino en un trozo. Se cubren

con agua fresca abundante y no se les echa sal. Se tapa la cacerola con su tapadera y se

ponen a cocer. Cuando rompe el hervor se baja el fuego para que cuezan lentamente

más o menos durante una hora o 1½ horas (el tiempo dependerá de la clase).

Cuando se van a servir las lentejas se escurren (guardando el caldo). Se les quita la

cebolla, el laurel, el ajo, la zanahoria y el tocino. Este se corta en cuadraditos. Se pone

aceite a calentar, se pinchan las salchichas en varios sitios con un palillo para que no se

revienten al freír y se fríen unos 5 minutos. Se reservan al calor. Se retira como la mitad

del aceite de la sartén y se ponen los cuadraditos de tocino a freír unos 3 minutos y se

añaden las lentejas. Se revuelve todo bien y se salan. Las lentejas así salteadas se ponen

en una fuente. Se colocan las salchichas por encima y se sirve enseguida.

Nota.-Hay quien prefiere las lentejas algo caldosas. Se podrá entonces añadir el caldo de

cocerlas en la proporción que guste. El caldo se puede guardar por si sobran lentejas y

se quiere hacer un puré con ellas, pasándolas por la batidora y adornando el puré con

currusquitos de pan fritos o un poco de arroz blanco.

204.—LENTEJAS EN ENSALADA (6 personas)

Se procede exactamente como para las anteriores, pero sin poner tocino.

Cuando las

lentejas están tiernas se escurren de su salsa con una espumadera, se les quita el laurel,

la cebolla, el ajo y la zanahoria. Se

ponen en una ensaladera de cristal o porcelana y se

rocían con aceite, vinagre y sal, moviéndolas bien y dejándolas que se templen o que se

enfrien del todo, como más guste.

Se recuerda que por una cucharada sopera de vinagre —en la cual se disuelve la sal— se

ponen 3 de aceite fino. Las lentejas tienen que tener suficiente aliño para estar sabrosas.

GUISANTES SECOS

**205.—PURE DE GUISANTES
SECOS (6 personas)**

½ kg. de guisantes secos,

1 hueso de codillo,

1 cebolla pequeña (40 gr.),

50 gr. de mantequilla,

**1 ramillete con una hoja de laurel, 1
diente de**

**2 vasos (de los de vino) de leche
caliente,**

ajo y una ramita de perejil,

sal y agua.

Se ponen los guisantes en remojo en agua fría unas 12 horas antes de guisarlos,

limpiándolos muy bien de piedrecitas, etc.

En un cazo se pone agua fría (sin sal), la cebolla pelada y partida en dos, el codillo y el

ramillete. Se dejan cocer despacio durante 2½ a 3 horas.

Se pasan los guisantes por el pasapurés. Se pone el puré obtenido en un cazo a lumbre

mediana, se sazona de sal y se añade la leche caliente poco a poco, así como la

mantequilla en varios trozos. Cuando está todo incorporado al puré, éste debe tener la

misma consistencia que un puré de patatas.

Se servirá como adorno del plato de carne o simplemente con salchichas fritas.

PATATAS

206.—MANERA DE COCER LAS PATATAS

Las patatas se pueden preparar de muchas maneras y es un plato barato, bueno y variado.

Para cocerlas (base de muchas recetas) se lavan bien sin pelarlas

y se secan un poco. Se ponen en un cazo con agua fría (que las cubra bien), un chorrito

de leche fría y sal. Cuando rompen a hervir, se baja el fuego y se cuecen a fuego

mediano durante unos 30 minutos más o menos (este tiempo depende de la clase

de

patata).

Si se tuviesen que cocer las patatas peladas y en trozos, o bien porque así lo pida la

receta o por abreviar, se procede igual que se explica anteriormente.

207.—PURE DE PATATAS (6 personas)

Esta cantidad es para hacer un puré, para acompañar un plato de carne u otra cosa.

1 ¼ kg. de patatas,

1/4 litro de leche caliente (1 vaso de los de agua

50 gr. de mantequilla,

bien lleno) ,

sal y agua.

Se pelan las patatas y se cortan en trozos grandes si son gordas. Se lavan en agua fría

rápida. En un cazo bastante grande

se pone agua fría y sal (una cucharada de las de café), se echan las patatas ya peladas,

cortadas y lavadas, de forma que el agua las cubra bien. Se ponen al fuego, y cuando

empieza a hervir el agua se dejan entre 20 y 30 minutos, según la clase de patata. En

otro cazo se pone el trozo de mantequilla partido en dos o tres, y sobre esto se va

pasando la patata por el pasapurés. Cuando está pasada toda la patata y la mantequilla

bien derretida, se dan vueltas con una cuchara de madera. Se va añadiendo poco a poco

la leche caliente.

Se rectifica de sal y se tiene al calor suave para utilizar el puré cuanto antes. No debe

cocer nunca el puré una vez hecho. Si el puré gusta más o menos espeso, lo único que

hay que variar es la cantidad de leche que se va añadiendo.

208.—BOLAS DE PURE DE PATATAS (6 personas).

1¼ kg. de patatas,

sal y agua,

4 huevos,

1 litro de aceite, (sobrará),

pan rallado,

Se pelan las patatas y las gordas se cortan en trozos. Se lavan y se ponen en una

cacerola con agua fría y sal (una cucharada de las de café) , que las cubra bien.

Se ponen a cocer, y cuando empieza a hervir el agua se dejan de 20 a 30 minutos (según

la clase de patata que se emplee).

Cuando están cocidas, se pasan enseguida por el

pasapurés. Se baten 2 huevos enteros, como para una tortilla, y se incorporan al puré. Se

rectifica de sal si hace falta. Se forman entonces unas bolitas con las manos, se pasan

por los otros 2 huevos batidos, que estaban reservados, y después por el pan rallado.

En una sartén se pone el litro de aceite a calentar, y cuando está en su punto (se ve

echando un trocito de pan: si se dora rápidamente, pero sin arrebatarse, es que está bien

el aceite) se fríen y se sirven enseguida de adorno.

209.—PURE DE PATATAS CON CHORIZO, TOCINO Y PIMENTON (REVOLCONAS) (6

personas)

1½ kg. de patatas,

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

3 hojas de laurel,

2 vasos (de los de vino) de agua de cocer las

1 diente de ajo sin pelar,

patatas,

125 gr. de panceta,

sal,

1 chorizo (125 gr.),

triángulos de pan frito para adorno.

1 vaso (de los de vino) más una cucharada

sopera de aceite,

Se pelan, se cortan en trozos grandes y se lavan las patatas. Se ponen en un cazo con

agua fría abundante, sal, el diente de ajo, las 3 hojas de laurel y una cucharada sopera de

aceite a cocer durante 30 minutos más o menos (según la clase de patata).

Mientras

tanto, en una sartén pequeña se pone el aceite a calentar. Se refríe el chorizo cortado en

trozos pequeños y el tocino picado también bastante menudo. Cuando están fritos, se

sacan con una espumadera y se reservan.
En este mismo aceite y fuera del fuego
se

añade el pimentón. Se revuelve bien, se
vuelve a poner el chorizo y el tocino y
se

conserva al calor flojo.

Se quitan las hojas de laurel y el diente
de ajo. Se pasan las patatas por el
pasapurés,

añadiéndoles poco a poco, sin dejar de
dar vueltas, el contenido de la sartén con
su

aceite.

Después se aclara el puré con agua de cocer las patatas, según guste de espeso, y se

revuelve con una cuchara de madera.

Se sirve en una fuente, adornando el puré con triángulos de pan frito.

210.—CROQUETAS DE PURE DE PATATA CON BACALAO (6 personas)

1½ kg. de patatas rojas (holandesas),

2 yemas de huevo,

kg. de bacalao (no muy grueso),

agua fría,

1 litro de aceite (sobrar ),

1 diente de ajo (facultativo),

sal, si hiciese falta.

En una cacerola se ponen las patatas sin pelar, pero muy bien lavadas, y el bacalao sin

remojar, si es de esa clase que venden en cajas y no está muy seco; de lo contrario, se

remoja una sola vez durante un par de horas. Se cubren de agua y se ponen a cocer.

Cuando rompe el hervor, se dejan entre 20 y 30 minutos (según la clase de patata). Una

vez cocidas, se pelan enseguida y, sin dejarlas enfriar, se pasan por el pasapurés.

Después se quitan las pieles y las espinas al bacalao, desmenuzándolo muy bien con las

manos, o bien pasándolo por el pasapurés. Se mezcla con la patata y se añaden las 2

yemas de huevo. También se puede agregar entonces 1 diente de ajo pelado y frito en

aceite y luego machacado en el mortero con un poco de sal. Esto se añade al puré, pero

es facultativo.

Se baten las claras a punto de nieve (con un pellizquito de sal). Con las manos bien

limpias y mojadas se forman las croquetas. Habrá que mojarse las manos varias veces

durante la operación, pues si no se pega la masa.

En una sartén con aceite bien caliente se fríen las croquetas por tandas de 6 a 8 a

la vez.

Se escurren bien y se sirven, bien con dos ramitas de perejil frito o con salsa de tomate

servida en salsera aparte.

211.—BRANDADA

(véase receta 524)

212.—BUÑUELOS DE PURE DE PATATAS (6 a 8 personas)

1 vaso (de los de agua) de agua (algo menos de Salsa de tomate:

litro),

1 kg. de tomates maduros,

1 kg. de patatas,

2 cucharadas soperas de aceite,

80 gr. de mantequilla,

1 cucharada (de café) de azúcar,

5 huevos,

sal.

**2 cucharadas soperas colmadas de
harina,**

sal, nuez moscada,

1 litro o más de aceite (sobraré)

Se hace la salsa de tomate (receta 63).

Buñuelos

En un cazo con agua fría que las cubra y sal se ponen a cocer las patatas, lavadas y sin

pelar, durante unos 20 minutos. Se pinchan para saber si están en su punto, pues el

tiempo depende de la clase de las mismas.

Mientras, en un cazo bastante amplio, se pone el agua, la mantequilla y la sal a

cocer.

Cuando hierve, se echa de golpe la harina y se mueve bien fuerte la masa con una

cuchara de madera hasta que se separa de las paredes del cazo. Se aparta entonces del

fuego y se deja enfriar un poco (3 minutos); se incorporan de uno en uno los 5 huevos,

no añadiendo el siguiente hasta que esté muy incorporado el anterior.

Se pelan las patatas y se pasan por el pasapurés, añadiéndolas a la masa y

poniendo

entonces un poco de nuez moscada rallada. Se mueve muy bien.

Cuando se vayan a hacer los buñuelos, se pone el aceite a calentar en una sartén amplia

y profunda. Al empezar a calentarse se separa un poco del fuego (esto es muy

importante), se echan los buñuelos cogiendo la masa con una cuchara de postre y

echándola en la sartén. No deben hacerse a la vez para dejarles sitio y que se inflen. Se

vuelve a acercar la sartén al fuego mediano y la masa va subiendo a la superficie. Se

dejan dorar un rato y se sacan. Se ponen en una besuguera a la boca del horno para que

no se enfríen mientras se fríen los demás.

Se sirven en fuente con la salsa de tomate en salsera aparte.

213.—BUÑUELOS DE PURE DE PATATAS EMPANADOS, CON QUESO RALLADO O

NUEZ MOSCADA (6 personas)

1½ kg. de patatas,

Salsa de tomate:

4 huevos enteros,

1 kg. de tomates,

1 clara,

2 cucharadas soperas de aceite.

4 cucharadas soperas de leche

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

templada,

sal.

20 gr. de mantequilla,

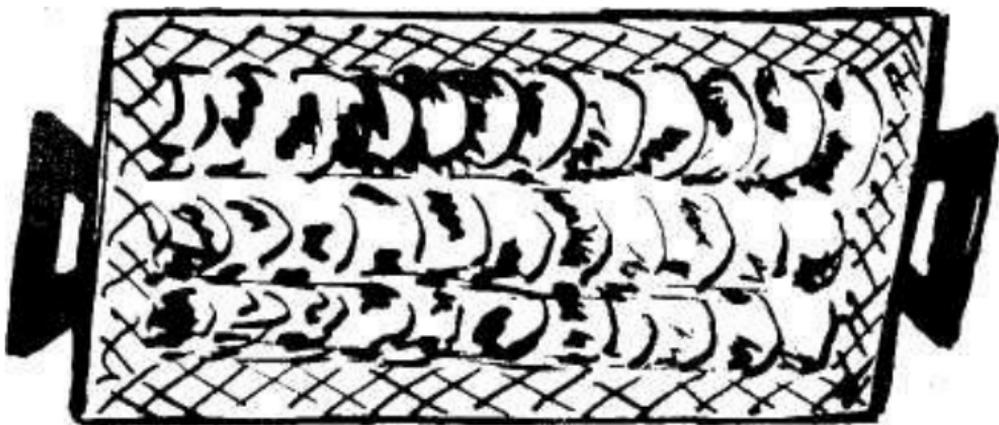
100 gr. de queso gruyère rallado,

o un poco de nuez moscada,

1 plato con pan rallado,

1 litro de aceite (sobrar ),

agua y sal.



se hace la salsa de tomate (receta 631 y se reserva al calor. Se lavan bien las patatas y se

ponen enteras con su piel en agua fría salada, que las cubra bien. Cuando empiezan a

cocer, se dejan 20 minutos más o menos (si son nuevas; 10 minutos más en caso contrario).

En caliente se pelan y se pasan por el pasapurés. Se añade la mantequilla, las 4

cucharadas de leche templada, el queso rallado o la nuez moscada rallada y 1 huevo

entero más 3 yemas, batido todo ello como para tortilla. Se mueve muy bien con una

cuchara de madera y se rectifica de sal.

Se baten las 4 claras restantes a punto de nieve muy firmes. Se incorporan al puré

procurando moverlo lo menos posible, solamente lo justo para mezclar las claras.

Se forman unas croquetas cuadradas de 3 dedos de anchas. Se pasan por el pan rallado y

se fríen en el aceite caliente (se probará el punto del aceite con una rebanadita de pan).

Se sirven en una fuente con la salsa de tomate en salsera aparte.

214.—PURE DE PATATAS AL

GRATEN (6 personas)

1 kg. de patatas,

2 huevos,

1 vaso (de los de agua) bien

4 claras,

lleno de (eche caliente ($\frac{1}{4}$ litro),

100 gr. de queso rallado,

125 gr. de mantequilla,

sal.

Se pelan y cortan las patatas en trozos

grandes y se meten en un cazo cubiertas con agua

fría y sal. Cuando están cocidas (a partir de cuando empiezan a cocer $\frac{1}{2}$ hora más o

menos), se pasan por el pasapurés. Se añaden 100 gr. de mantequilla, la leche caliente y

parte del queso rallado (guardando un poco para espolvorear por encima). Se agregan

las yemas y, por fin, las claras a punto de nieve bien firmes.

En un molde resistente al horno se pone

el resto de la mantequilla a derretir, se unta bien

y se vierte el puré así preparado.

Se espolvorea con el queso rallado que se ha reservado; con una cuchara sopera se

hacen unos dibujos y se mete al horno bien caliente. Cuando está tostado por arriba (una

½ hora de horno), se sirve enseguida en la misma fuente donde se ha hecho.

215.—BRAZO DE GITANO DE PURÉ DE PATATAS, ATÚN Y MAYONESA (6 personas.

Plato frío)

1¼ kg. de patatas,

Mayonesa:

1 lata de atún al natural, grande (250 gr.), o

2 huevos,

carne picada, o gambas, o un resto de pescado, 1½ vaso (de los de agua) de aceite fino,

etc.,

el zumo de ½ limón,

**3 tomates duros y colorados,
medianos,**

sal.

50 gr. de mantequilla,

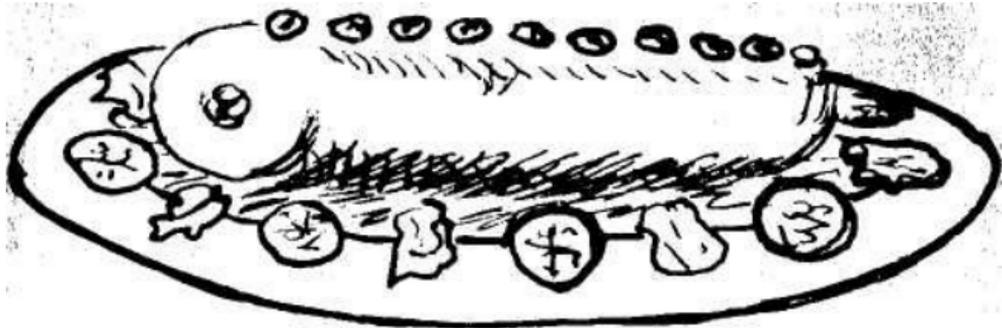
**1 vaso (de los de vino) bien lleno de
leche**

caliente, 50 gr. de aceitunas,

unas hojas de lechuga,

sal.

Se hace (a mayonesa (receta 94, 2.^a fórmula). Se reserva en sitio fresco.



Se pelan, lavan y cortan en trozos grandes las patatas. Se ponen en un cazo bien

cubiertas de agua fría y sal. Se acercan al fuego y, cuando rompe el hervor, se dejan

unos 30 minutos más o menos (depende de la clase de la patata). Se escurren y se pasan

enseguida, en caliente, por el pasapurés.

Se añade entonces la mantequilla y seguidamente la leche caliente. Se escurre muy bien

el aceite de la lata de atún, se desmenuza un poco y se mezcla con 3 ó 4 cucharadas

soperas de mayonesa. Se moja en agua caliente y se escurre muy bien un paño de cocina

limpio. Se extiende en una mesa y se pone encima el puré de patatas. Se extiende éste

con un cuchillo grande, dejándolo de 1½ cm. de espesor. Se coloca en el centro, en una

tira, la mezcla de atún y mayonesa y algunos trocitos de tomate pelados y quitadas las

simientes (con 1 tomate es suficiente). Se doblan las dos partes del puré, formando un

rollo grande (como un brazo de gitano de pastelería).

Se cubre por encima con un poco de mayonesa y se adorna con los dos tomates

sobrantes, aceitunas y unas hojas de lechuga. Se mete un rato en la nevera y se sirve con

el resto de la mayonesa en salsaera aparte.

216.—BRAZO DE GITANO DE PURÉ DE PATATAS, PESCADO Y SALSA DE TOMATE

(6 personas)

1¾ kg. de patatas,

Salsa de tomate:

½ kg. de pescado (o un resto),

1½ kg. de tomates bien maduros,

**1½ vaso (de los de vino) de leche
caliente,**

3 cucharadas soperas de aceite,

50 gr. de mantequilla,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

1 poco de nuez moscada rallada,

sal.

Sal.

Se hace la salsa de tomate (receta 63)
que quede más bien espesa. El pescado,
si está

crudo, se pondrá en un cazo cubierto con
agua fría, 2 cucharadas soperas de vino

blanco, 1 casco de cebolla, una hoja de laurel y sal. Cuando rompa el hervor a

borbotones, sé apartará el cazo del fuego y a los 5 minutos se sacará y se escurrirá el

pescado. Sea recién cocido, sea un resto de pescado, Se limpiará de pieles y espinas y se

desmenuzará, mezclándolo con 3 cucharadas soperas de salsa de tomate y un poco de

nuez moscada.

A partir de aquí se procederá en todo igual que en la receta anterior,

procurando

envolver el puré rápidamente para que no se enfríe mucho. Se cubre con salsa de tomate

y se mete en el horno previamente calentado, unos 5 minutos, para que se caliente el

brazo de gitano.

Se sirve enseguida. Se puede adornar con aceitunas verdes o negras y, si queda salsa de

tomate, se servirá en salsa aparte.

217.—PURÉ DE PATATA CON

HUEVOS (6 personas)

1 kg. de patatas,

agua fría,

70 gr. de mantequilla,

6 huevos,

¼ litro de leche caliente (un vaso de los de agua). 100 gr. de queso rallado,

sal.

Se hace el puré (receta 207). En un cazo se ponen los 50 gr. de mantequilla en dos

trozos y se pasan las patatas por el pasapurés de forma que caigan sobre la mantequilla.

Se revuelve bien una vez pasadas todas las patatas, hasta que la mantequilla esté toda

derretida; entonces se añade poco a poco la leche caliente y parte del queso rallado

(reservando un poco para espolvorear la fuente). Si es necesario, se rectifica de sal.

Este puré se pone en una fuente honda que vaya al horno. Se forman 6 huecos con el

dorso de una cuchara y se vierte en cada uno 1 huevo. Se le echa un poco de sal y un

trocito de mantequilla (del grosor de un dedal). Se espolvorea con el resto del queso

rallado la superficie del puré y se mete la fuente en el horno caliente hasta que la clara

de los huevos esté cuajada (de 5 a 10 minutos). Se sirve en la misma fuente.

218.—PATATAS FRITAS

1 litro de aceite (sobrar ),

**1 kg. de patatas (holandesas mejor),
sal.**

Se pelan las patatas, se cortan en tiras de un dedo de gruesas, se lavan bien y se dejan $\frac{1}{2}$

hora en agua fría para que se les quite el almidón. Después se secan con un paño limpio

y se les echa un poco de sal, moviéndolas bien para que ésta se reparta. Se pone el aceite

en una sartén amplia y honda. Cuando está caliente (pero no mucho: una rebanada de

pan no se debe dorar rápidamente), se ponen en tandas las patatas. Cuando están fritas

pero sin dorar, se sacan y se escurren. Cuando están fritas todas las patatas, se calienta

más el aceite y, en el momento de tener que servir las, se vuelven a echar en el aceite

caliente hasta que estén bien doradas. Se sacan, se rectifican de sal y se sirven enseguida.

Las patatas a la inglesa (finas y redondas), las paja, todas ellas, se

preparan como las

anteriores, pero sin dejarlas tanto tiempo en agua, se secan bien con un paño y se fríen

una sola vez hasta que estén doradas. El aceite tiene que estar caliente, pero que no las

arrebate, pues se dorarían demasiado sin cocerse por dentro.

**219.—REVUELTO DE PATATAS
PAJA, HUEVO Y BACALAO (6
personas)**

1½ kg. de patatas,

1 litro de aceite (sobrará),

5 huevos,

sal.

¼ kg. de bacalao.

Se habrá puesto durante 8 horas el bacalao en remojo en agua fría que le cubra bien,

cambiándole por lo menos 3 veces el agua. Para esto se saca el bacalao del agua, se tira

ésta y se enjuaga el cacharro, volviendo a poner el bacalao dentro del agua nueva; de lo

contrario, la sal se deposita en el fondo y el bacalao no se desala como debe.

Se pone el bacalao en un cazo que esté cubierto de agua fría y, cuando empieza a hervir

el agua, se separa. Cuando el agua está templada, se saca el bacalao y se desmenuza

muy menudo en hebras, quitándole la piel y las espinas; se reserva. Aparte se pelan las

patatas y se lavan con agua y se secan. Se cortan con cualquier aparato o cuchillo a

propósito en forma de patatas paja no muy finas. En una sartén se pone el aceite al

fuego; cuando está en su punto (poniendo un trocito de patata se verá), se fríen las

patatas moviéndolas hasta que queden de un bonito color dorado. Se hacen por tandas

para que no se peguen unas con otras. Se escurren y se reservan.

En el momento de ir a servir se escurre el aceite de la sartén (que tiene que ser grande),

se vierten los huevos batidos como para

tortilla y se deja que empiecen a cuajarse un

poco, moviéndolos con un tenedor. Se echan enseguida las patatas y el bacalao y se

revuelve muy bien todo. Se sala ligeramente y cuando se ve que los huevos están

cuajados (pero no demasiado), se pone el revuelto en una fuente y se sirve enseguida.

220.—REVUELTO DE PATATAS EN CUADRADITOS, HUEVOS Y GUISANTES (6

personas)

1½ kg. de patatas,

1 litro de aceite (sobrar ),

6 huevos,

sal.

1 lata de guisantes de 250 gr.,

Se pelan las patatas, se lavan bien y se secan, se cortan en cuadraditos de 1 cm. de

costado, más o menos, y se salan ligeramente. Se pone el aceite en una sartén más bien

grande y cuando está caliente (se prueba con un poco de patata) se fríen por tandas las

patatas moviéndolas hasta que estén bien doraditas. Se escurren en un colador grande.

Cuando están todas fritas, se vacía el aceite que queda, dejando sólo una ligera capa en

el fondo, y se vuelven a poner todas las patatas en la sartén aún caliente. Se baten muy

bien los 6 huevos como para tortilla, echándoles sal. Se tendrá la lata de guisantes

abierta y escurridos de su agua. Se echan los huevos en la sartén por encima de las

patatas y, seguidamente, los guisantes. Se pone la sartén a fuego vivo y se dan vueltas

rápidas hasta que los huevos estén cuajados (como para los huevos revueltos). El tiempo

dependerá exclusivamente del gusto de cada cual, contando unos 5 minutos más o

menos. Se coloca el revuelto en una fuente y se sirve enseguida.

Nota.-Este mismo revuelto se puede hacer con puntas de espárragos, cortadas en trozos,

en vez de guisantes.

221.—PATATAS GUIADAS CON CHIRLAS O CON PIMIENTOS VERDES (6 personas)

1½ kg. de patatas,

1 diente de ajo,

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 ramita de perejil,

2 tomates colorados medianos.

unas hebras de azafrán,

¼ kg. de chirlas,

1½ litros de agua,

1 cucharada sopera de harina,

sal.

6 cucharadas soperas de aceite.

Se lavan bien las chirlas en agua fría con sal. Se les cambia un par de veces el agua y se

ponen seguidamente a cocer en agua fría con sal. En cuanto las conchas se abren, se

separan del fuego. Cuando el agua se ha enfriado un poco, se cuela por un colador fino

(e incluso por un trapo bien limpio) y se reserva; se quitan los bichos de sus conchas y

se reservan en el agua de cocerlos. En una sartén pequeña se pone el aceite a calentar;

cuando está en su punto, se echa la cebolla pelada y bien picada, se refríe unos 3

minutos dando vueltas con una cuchara de madera y se añaden los tomates lavados,

pelados, quitadas las simientes y partidos en trozos pequeños. Se refrían unos 8 minutos

con todo lo demás.

En una cacerola se pone el refrito y se añaden las patatas peladas, lavadas y cortadas en

trozos medianos (según guste). Se agrega enseguida la harina y se dan unas vueltas con

la cuchara.

En un mortero se machaca el diente de ajo pelado con un poco de sal, el perejil y el

azafrán. Una vez bien machacado, se añade un poco de caído de cocer las chirlas y se

vierte por encima de las patatas, así como el caldo con las chirlas. Se agrega agua para

que cubra bien las patatas (1 litro más o menos). Se cuece durante una $\frac{1}{2}$ hora (según la

clase de patata) y se sirve en sopera.

Si hiciese falta algo más de agua, se puede añadir templada cuando se están cociendo las

patatas.

Nota.-Para hacer estas patatas con pimientos en vez de chirlas se cortarán éstos en

trozos cuadrados, después de quitarles el rabo y la simiente, y se fríen con la cebolla y el

tomate unos 15 a 20 minutos. Por lo demás, se procede igual.

222.—PATATAS GUIADAS VIUDAS (6 personas)

1½ kg. de patatas holandesas (rojas),

**3 ramitas de perejil (una cucharada
sopera de perejil**

1 cebolla grande (100 gr.),

picado) ,

1 cucharada rasada (de las de café) de pimentón,

1 pastilla de Avecrem,

6 cucharadas soperas de aceite,

1½ litros de agua (más o menos) ,

Unas hebras de azafrán,

sal.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente, se le echa

la cebolla

pelada y muy picada. Se rehoga hasta que empieza a dorarse (de 5 a 6 minutos) y

entonces se le añaden las patatas peladas, lavadas y cortadas en trozos medianamente

grandes. Se rehogan unos 5 minutos, moviéndolas bien con una cuchara de madera, y se

les agrega el pimentón; se vuelve a dejar rehogar otros 2 minutos. Se cubren entonces de

agua fría, se les incorpora el Avecrem y

un poco de sal.

En el mortero se machaca el azafrán con el perejil, se pone un poco de agua para revolverlo bien una vez picado y se echa por encima de las patatas. Se mueve bien todo

y se cuece a fuego mediano durante unos 30 minutos, hasta que las patatas estén blandas

(para saberlo se pincha una con un alambre: si pasa bien por el centro del trozo de

patata, es que está en su punto). Se espolvorean con el perejil picado, se

revuelve y se

sirven enseguida en sopera.

223.—PATATAS EN SALSA CON HUEVOS DUROS (6 personas)

1½ kg. de patatas,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

3 huevos duros,

**1 cucharadita (de las de moka) de
extracto de carne**

1 yema,

(Bovril, Liebig, etc.),

3 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de leche fría,

1 cebolla grande (100 gr.),

sal y agua fría.

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

1 cucharada sopera de perejil picado,

Se cuecen los huevos para duros (receta 435). En un cazo se pone agua fría, leche y sal,

y se ponen las patatas enteras, sin pelar y previamente lavadas (que las cubra

bien el

agua). Cuando rompe el hervor, se cuecen de 20 a 30 minutos (según la clase de patata,

nueva o vieja). Una vez cocidas, se escurren. Se reservan hasta hacer la salsa.

En una sartén se pone a calentar el aceite, se echa la cebolla pelada y picada muy

menuda. Se dan unas vueltas con una cuchara de madera hasta que la cebolla se empiece

a dorar (7 minutos más o menos). Se le

añade entonces la harina, se vuelve a dar unas

vueltas y poco a poco se añaden 1 ½ a 2 vasos (de los de agua) de agua templada o fría,

hasta formar una salsa clarita que debe dar unos hervores (6 minutos) para que no sepa a

harina cruda. Se agrega entonces el vino y el extracto de carne. Se vuelve a dar un

hervor y se rectifica de sal si hace falta. En una fuente honda (de barro, porcelana o

cristal resistente al fuego) se van poniendo las patatas peladas y cortadas en rodajas más

bien gruesas, alternando con rodajas de huevo duro y espolvoreando el perejil.

En un tazón se pone la yema y se deslíe con un poco de salsa (para que no se cuaje); se

incorpora esto al resto de la salsa. Esta se vierte por encima de las patatas, moviendo la

fuerza para que se reparta bien, y se pone al fuego para que cueza despacio unos 10

minutos más.

Se sirve en la misma fuente.

**224.—PATATAS REDONDAS
GUISADAS CON VINO BLANCO (6
personas)**

**2 kg. de patatas (queda desperdicio,
que se aprovecha $\frac{1}{2}$ diente de ajo
machacado en el mortero,
para un puré).**

1 hoja de laurel,

1 cebolla mediana (125 gr.),

1 cucharadita de perejil picado,

4 cucharadas soperas de aceite,

agua fría (2 vasos de los de vino más o menos),

1 cucharada soperas colmada de harina,

¼ litro de vino blanco (1 vaso de los de agua),

Unas hebras de azafrán,

sal.

Se pelan las patatas, que sean lo más grandes posibles y de clase que no se deshagan

(rojas, holandesas). Se forman bolas con un aparato especial para esto y se lavan.

En una sartén pequeña se pone el aceite a calentar, se añade la cebolla picada menuda y

se rehoga hasta que empieza a tomar algo de color (5 minutos). Se pasa esto a una

cacerola grande y se añaden las patatas bien escurridas de agua; se les da unas vueltas

en el aceite, se añade entonces la harina y se rehoga un poco con las patatas, moviendo

con cuchara de madera. Se incorpora seguidamente el agua necesaria para que las cubra

bien solamente, el vino y la sal.

En un mortero se machaca primero en seco el azafrán, después el ajo y luego se deslíe

con un poco de agua y se echa en la cacerola. Se echa también una hoja de laurel y se

deja cocer a fuego lento una hora más o menos, según sea la patata, moviendo de vez en

cuando la cacerola por las asas para que

se mezcle y trabe la salsa. Al momento de ir a

servir se espolvorea con el perejil picado.

225.—PATATAS REFritas Y GUISADAS (6 personas)

1½ kg. de patatas,

**1 cubito de caldo (Maggi, Starlux,
etc.),**

2 vasos (de los de agua) de aceite,

2 dientes de ajo,

4 vasos (de los de agua) de agua,

1 ramita de perejil,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cucharadita de pimentón (de las de moka),

sal.

Se pelan las patatas y se lavan en agua fresca. Se secan y se cortan como para tortilla

(en rebanaditas finas). En una sartén honda se pone el aceite a calentar y se fríen las

patatas en dos veces, bien fritas. Se escurren del aceite y se ponen en una

cacerola.

En el mortero se machacan los dientes de ajo con un poco de sal, se les añade el perejil

y el pimentón. Se machaca bien y se echa un poco de agua. Esto se incorpora a las

patatas y se revuelve bien con una cuchara de madera. Se añaden los vasos de agua, la

pastilla de caldo y el vino y se rectifica de sal si hace falta.

Tienen que quedar las patatas bien caldosas. Se les da un hervor de unos 10

a 15

minutos y se sirven en fuente honda.

226.—PATATAS REBOZADAS Y GUISADAS (6 personas)

1½ kg. de patatas,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 plato sopero con harina,

1 cucharada sopera de harina,

4 huevos,

1 litro de agua,

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite (sobrará),

unas hebras de azafrán,

1 cebolla pequeña (70 gr.) muy picada,

sal.

1 diente de ajo,

Se lavan bien las patatas, se pelan y se cortan en rodajas más bien gruesas ($\frac{1}{2}$ cm.) Se

les echa sal. Se envuelven en harina y luego en huevo batido.

En una sartén se pondrá a calentar el aceite, y se fríen de 4 en 4 las rodajas de

patatas

para que queden bien. Se van colocando en una besuguera (de barro, porcelana o duralex) en varias capas pero que queden holgadas.

En el mortero se machaca el diente de ajo pelado con un poco de sal, después se añade

el azafrán y se revuelve bien todo después de machacado con un poco de agua.

En una sartén se ponen 3 cucharadas soperas de aceite a calentar (que ha sobrado de

freír las patatas), se dora la cebolla pelada y picada muy menuda; se añade una

cucharada sopera de harina, se dan unas vueltas, se añade lo del mortero, el resto del

agua y se sala. Se vierte sobre las patatas colándolo por colador grande. Se espolvorean

con el perejil picado. Sobre la lumbre se deja que cuezan despacio una media hora y se

mete Un rato después al horno (unos 10 minutos) previamente calentado.

Se sirven en la misma fuente.

227.—PATATAS CON LECHE Y HUEVOS (6 personas)

1³/₄ kg. de patatas,

³/₄ de litro de leche (más o menos),

100 gr. de queso gruyere rallado,

¹/₂ litro de aceite (sobrará),

3 huevos enteros,

sal.

Se pelan y lavan las patatas. Se cortan en rodajitas un poco más gruesas que

para la

tortilla. Se salan y se fríen en una sartén, por tandas; que den sólo unas vueltas sin llegar

a dorarse y con el aceite no muy caliente. Se van colocando en una fuente honda (de

crystal, barro o porcelana resistente al fuego).

En una ensaladera se baten muy bien los huevos, se salan ligeramente, se echa casi todo

el queso y, poco a poco, la leche. Esto se vierte por encima de las patatas,

removiendo

un poco con un tenedor con el fin de que todas ellas queden bien empapadas de crema.

Se espolvorea con el resto del queso y se mete a horno mediano.

De vez en cuando se vuelve a mover con el tenedor para que todo esté bien impregnado.

Si hiciese falta porque se vayan quedando las patatas un poco secas, se les puede añadir

algo más de leche.

Se tiene 20 minutos con calor general y 10 minutos más gratinando, hasta que estén

doradas.

228.—PATATAS AL HORNO CON BECHAMEL (6 personas)

1³/₄ kg. de patatas,

1 diente de ajo,

1 litro de leche fría,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

1¹/₂ cucharada sopera rasadas de

harina,

carne (Liebig, Bovril, etc.),

1½ cucharadas soperas de aceite,

75 gr. de gruyere rallado,

40 gr. de mantequilla,

agua y sal.

Poner las patatas bien lavadas, sin pelar, en un cazo con agua fría que las cubra, y sal.

Ponerlas al fuego y, cuando rompa el hervor, bajar éste para que cuezan despacio

durante 25 minutos (más o menos) a partir del momento en que empiezan a cocer (este

tiempo depende de la clase de la patata). Sacarlas del agua, pelarlas y cortarlas en

rebanadas lo más finas que se pueda, sin que se rompan.

Untar la fuente de cristal o de barro donde se vayan a servir con 1 diente de ajo. Poner la

mitad de las patatas y hacer una bechamel, como sigue:

En una sartén se pone una cucharada de

aceite y la mantequilla; cuando ésta está derretida se pone la harina, se mueve con las varillas y se va añadiendo el litro de leche

fría y sal (con cuidado, pues el queso y el extracto de carne salan). Cuando empieza a

cocer se deja unos 4 minutos sin dejar de dar vueltas y se añade el concentrado de carne.

Se vierte la mitad de la bechamel sobre las patatas ya preparadas, se pone la mitad del

queso rallado; después las demás

patatas, el resto de la bechamel y el resto del queso

espolvoreado por encima.

Se meten en el horno previamente calentado y cuando están bien doradas (unos 15

minutos) se sirven en la misma fuente.

**229.—PATATAS CON TOMATES,
CEBOLLAS Y HIERBAS
AROMÁTICAS, AL HORNO**

(6 personas)

1½ kg. de patatas medianas,

moka) de hierbas aromáticas,

4 tomates grandes, bien maduros ($\frac{3}{4}$ kg.),

3 ramitas de tomillo,

1 cebolla grande (250 gr.),

1 vaso bien lleno (de los de vino) de aceite,

75 gr. de gruyere rallado,

sal.

1 cucharadita (de las de

Se lavan y se ponen a cocer las patatas

cubiertas de agua fría, con sal. Una vez cocidas

(más o menos 30 minutos), se escurren y cuando están templadas se pelan. En una

fuelle de cristal, barro o porcelana, resistente al horno, se pone una capa fina de aceite

en el fondo. Se cortan las patatas en rodajas de 1 cm. de gruesas. Se colocan la mitad en

la fuente. Se pela la cebolla y se corta la mitad en rodajas. Se sueltan un poco los aros

de la cebolla y se colocan encima de las

patatas. Se pone una capa de rodajas de tomates, se espolvorean con muy poca sal, después con la mitad de las hierbas aromáticas (o se pone una ramita de tomillo) y después con la mitad del queso rallado.

Se vuelve a colocar patata, cebolla, sal, hierbas y rodajas de tomate. Se rocía todo con el

resto del aceite y se espolvorea el queso sobrante. Se mete al horno mediano

(previamente calentado durante unos 10 minutos) y se tiene hasta que los tomates están

blandos y dorados, más o menos 45 minutos.

Se sirve en su misma fuente.

230.—PATATAS AL HORNO CON SALSA DE TOMATE (6 personas)

1½ kg. de patatas,

Salsa de tomate:

50 gr. de queso rallado,

1 kg. de tomates maduros,

25 gr. de mantequilla.

2 cucharadas soperas de aceite frito,

½ litro de aceite.

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

150 gr. de tocino entrevetado,

sal.

sal

Salsa de tomate (receta 63). Se pasa por el pasapurés y se reserva.

Se pelan las patatas, se lavan y se cortan en rodajas finas como para hacer tortilla. Se

pone el aceite a calentar en una sartén y

se fríen por tandas. Se fríe también muy rápidamente el tocino picado en trocitos pequeños. Se escurre y se reserva. En una

fuenta honda resistente al horno (barro, cristal o porcelana) se colocan las patatas

alternando con parte del tocino y de la salsa de tomate. Se sala por capas.. Se rellena así

la fuente y se espolvorea por encima el queso rallado. Se pone la mantequilla en trocitos, como avellanas, y se mete en el horno previamente calentado, durante

una hora

más o menos a fuego más bien lento.

Se sirven en la misma fuente.

231.—PATATAS RELLENAS CON JAMON (6 personas)

6 patatas grandes,

75 gr. de mantequilla,

**150 gr. de jamón serrano picado muy
fino (una**

sal.

punta),

Se escogen unas patatas grandes y de bonita forma (de unos 200 gr. cada una). Se lavan

bien y, sin pelar, se secan con un paño y se meten al horno mediano para que se asen

(más o menos una hora a fuego mediano, pero depende de la clase la patata). Una vez

bien blandas, se parten por la mitad a lo ancho para que queden 2 medias patatas. Con

una cuchara de café se vacía la pulpa de la patata procurando no estropear la piel; se

sala el interior y en el fondo se pone como una avellana de mantequilla.



La patata se aplasta con un tenedor, se sala ligeramente y se mezcla con el jamón

picado. Con esta mezcla se vuelven a rellenar las medias patatas, sentándolas bien en la

fuelle para que no se vuelquen. Se les pone otro trozo de mantequilla por encima y se

meten al horno para calentarlas unos 10 minutos.

Se sirven entonces enseguida.

O con el fin de que todas ellas queden bien empapadas de crema. Se espolvorea con el

resto del queso y se mete a horno mediano.

De vez en cuando se vuelve a mover con el tenedor para que todo esté bien impregnado.

Si hiciese falta porque se vayan quedando las patatas un poco secas, se les puede añadir

algo más de leche.

Se tiene 20 minutos con calor general y 10 minutos más gratinando, hasta que estén

doradas.

232.—PATATAS CON PIMIENTOS (6 personas)

6 patatas grandes,

**1½ vaso (de los de agua) de aceite,
agua fría,**

1 pimiento grande rojo,

sal.

4 pimientos grandes verdes,

2 huevos duros,

Se cuecen los huevos duros (receta 435).

En el horno medianamente caliente se mete el pimiento rojo entero a asar (unos 10

minutos, o algo más si es muy carnoso).

Una vez en su punto se saca, se tapa con un

pañó o un papel y, cuando está templado, se pela, se corta a tiras quitando el rabo y las

simientes, se sala y se reserva.

Se lavan bien las patatas enteras, sin pelar, y se ponen en un cazo con agua fría y sal,

que las cubra bien. Se cuecen de 20 a 30 minutos (según la clase de patatas).

Mientras se cuecen las patatas se preparan los pimientos verdes. Se les quita el rabo y la

simiente y se cortan en cuadrados grandecitos. En una sartén se pone el aceite, y cuando

está caliente (no mucho) se echan los pimientos y se salan. Se tapan con una

tapadera y

a fuego mediano se tienen unos 15 a 20 minutos, hasta que estén fritos (no demasiado).

Se prepara una fuente resistente al horno, poniendo en el fondo unas 3 cucharadas del

aceite de freír los pimientos. Se pelan las patatas y se les corta en la parte de arriba Un

gajo grande y abajo una rodaja para que sienten en la fuente. Se sala un poco cada patata

(con sal de mesa) y se vierte un poco de

aceite de los pimientos. En el hueco se coloca

un trozo de huevo duro y unas tiritas de pimiento rojo. Alrededor de la fuente se colocan

los pimientos verdes y se echa un poco más de aceite de freírlos encima de la patata.

Se mete la fuente unos 10 minutos al horno (mediano) para que se caliente bien todo el

plato, y se sirve.

233.—PATATAS COCIDAS Y REHOGADAS (6 personas)

Estas patatas se sirven como adorno de muchos platos.

¾ kg. de patatas rojas o nuevas,

1 cucharada sopera de perejil picado,

4 cucharadas soperas de aceite fino,

1 cucharada sopera de leche fría,

50 gr. de manteca de cerdo.

agua fría y sal.

Se lavan bien las patatas sin pelarlas y se ponen en un cazo con agua fría y sal, lo

suficiente para que las cubra muy bien. Se ponen a fuego mediano y, cuando empiezan a

hervir, se dejan unos 20 a 30 minutos (depende de la clase de patata). Una vez cocidas

se pelan y se cortan en trozos. En una sartén se ponen el aceite y la mantequilla a

calentar; cuando están calientes, se echan las patatas. Se saltean moviendo la sartén por

el mango hasta que estén bien doradas por igual; cuando están en su punto se

espolvorean con un poco de sal, si están
sosas, y el perejil, y se sirven enseguida.

234.—PATATAS CON CHORIZO Y BACON (6 personas)

**1½ kg. de patatas pequeñas y, a ser
posible,**

40 gr. de manteca de cerdo,

nuevas,

1 cucharada sopera de perejil picado,

50 gr. de chorizo para frito,

1 diente de ajo picado muy fino,

**100 gr. de bacon en lonchas gorditas,
sal.**

5 cucharadas soperas de aceite,

Se pelan y lavan las patatas que, a ser posible, deben ser nuevas y pequeñas, todas del

mismo tamaño más o menos. En una cacerola o sartén amplia (para que no se monten

unas encima de otras) se pone a calentar el aceite y la manteca; cuando está en su punto

se echa el chorizo en rajitas finas

(peladas) y el bacon sin la corteza y cortado en tiras de

1 cm. de ancho más o menos. Se les da una vuelta y enseguida se añaden las patatas. A

veces, según la clase de chorizo, éste se pone duro; para evitar esto, se rehoga en el

aceite, se saca y se reserva. Al estar las patatas rehogadas y 10 minutos antes de

servirlas, se vuelven a incorporar las rajas de chorizo reservadas.

Se salan las patatas y se dejan dorar despacio, es decir, a fuego lento entre

45 minutos y

una hora, sacudiendo la sartén de vez en cuando para que se doren por todos lados.

Cuando se vayan a servir, se espolvorean con el perejil y el ajo y se mueven un poco en

la misma cacerola. Se pasan a una fuente y se sirven enseguida.

235.—PATATAS CON SALCHICHAS (6 personas)

**12 patatas de muy buena clase, o
mejor nuevas**

1 cucharada sopera rasada de perejil picado,

(50 gr. cada pieza),

2 dientes de ajo muy picados,

12 salchichas,

sal.

4 cucharadas soperas de aceite,

Pelar las patatas y hacerles en el centro un agujero (con un tubo especial que se vende

para las manzanas asadas, o con un cuchillo simplemente). Se mete en el

agujero de

cada patata una salchicha.

Se pone el aceite en una besuguera, se colocan las patatas con sus salchichas, y los

trocitos de patata sacados del agujero se ponen con un poco de sal y la mitad de perejil y

el ajo por encima. Se mete a horno mediano. A los 15 minutos se les da la vuelta, se

pone sal, perejil y ajo y se rocían con su aceite; se vuelven a meter unos 30 minutos más

o menos en el horno, dándoles la vuelta y rociándoles con la grasa tres o cuatro veces

durante este tiempo. Se sirven enseguida en una fuente caliente.

236.—PATATAS ASADAS A LA AMERICANA

Se calcula una patata más bien gruesa por persona, y se sirven como acompañamiento

de filetes de solomillo o chuletas. Esta receta requiere unas patatas de buenísima

calidad. Se lavan muy bien (con un

cepillo si fuese posible). Se frota por fuera con 1

diente de ajo pelado y después con aceite de oliva. Esto se tiene que hacer con los

dedos, como dándoles un verdadero masaje. Se pinchan con un tenedor no muy

profundamente, 3 ó 4 veces en distinto sitio. Se envuelven en papel de plata y se meten

en el horno (previamente calentado) 10 minutos a fuego lento, y después 50 minutos a

fuego mediano. Se sirven enseguida en su mismo papel entreabierto sólo por donde está

la raja del papel de plata que las envuelve.

Nota.-Se puede dar un tajo con un cuchillo y poner un trozo de mantequilla en la patata

al ir a servir las.

**237.—TORTA DE PATATAS PARA
ACOMPañAR FIAMBRES,
CARNES, ETC. (6**

personas)

$\frac{3}{4}$ kg. de patatas,

50 gr. de mantequilla (o manteca de cerdo),

3 o 4 cucharadas soperas de aceite,

agua, sal,

cebolla y tocino (facultativo).

Se lavan bien las patatas sin pelar y se ponen en un cazo con agua fría, con sal, que las

cubra bien. Cuando rompe el hervor, se dejan cocer $\frac{1}{2}$ hora más o menos si son nuevas,

algo más si son viejas. Cuando están tiernas (se pinchan para saberlo), sin que estén

deshechas, se escurren de su agua y se dejan en un plato hasta que estén bien frías.

Cuando se vaya a hacer la torta se pelan las patatas y se pasan a la «moulinette», o se

cortan con un cuchillo especial como patatas paja. Se pone el aceite a calentar en una

sartén y se van echando las patatas formando como una tortilla sin huevos, y, sin apretar

la torta, se dejan unos 10 minutos hasta que empiezan a dorarse; luego, con una

tapadera, se vuelve la torta y se fríe la otra cara durante 10 minutos. Después se pone la

torta en la tapadera, se escurre el aceite y en su lugar se pone la mitad de la manteca o

mantequilla y se dora unos 5 minutos, repitiendo esta operación por la otra cara.

Debe quedar la torta muy dorada y curruscante. Se pone en una fuente y se corta a

triángulos para servir de
acompañamiento de muchos platos.

Si se quiere con cebolla, se refríe ésta
antes de poner la patata en la sartén,
cortándola en

tiritas finas. Cuando está transparente (5
minutos más o menos) se revuelve con la

patata. El tocino también le da muy buen
gusto. Se procede como con la cebolla,

picando bastante menudo el tocino y
refriéndolo antes de mezclarlo con la
patata.

238.—PATATAS EN ENSALADILLA CON ATÚN Y HUEVO DURO (6

personas)

1³/₄ kg. de patatas,

3 cucharadas soperas de vinagre,

1 lata de atún en aceite (de 225 gr.),

6 cucharadas soperas de aceite fino,

3 huevos duros,

2 cucharadas soperas de leche fría,

1 cebolla francesa muy picada,

sal, agua.

1 cucharada (de las de café) de perejil

picado,

Se hacen los huevos duros (receta 435).

Se lavan bien las patatas enteras y sin pelar; se ponen en un cazo con agua fría y sal que

las cubra bien. Cuando rompe el hervor, se dejan 25 a 30 minutos (según la clase de la

patata). Cuando están cocidas (se atraviesa una con un alambre o un cuchillo y debe

pasar suavemente toda la patata) se escurren y se pelan. Se van cortando en rodajas y

echándolas en una ensaladera alternando con el atún en trozos y rodajas de huevo duro.

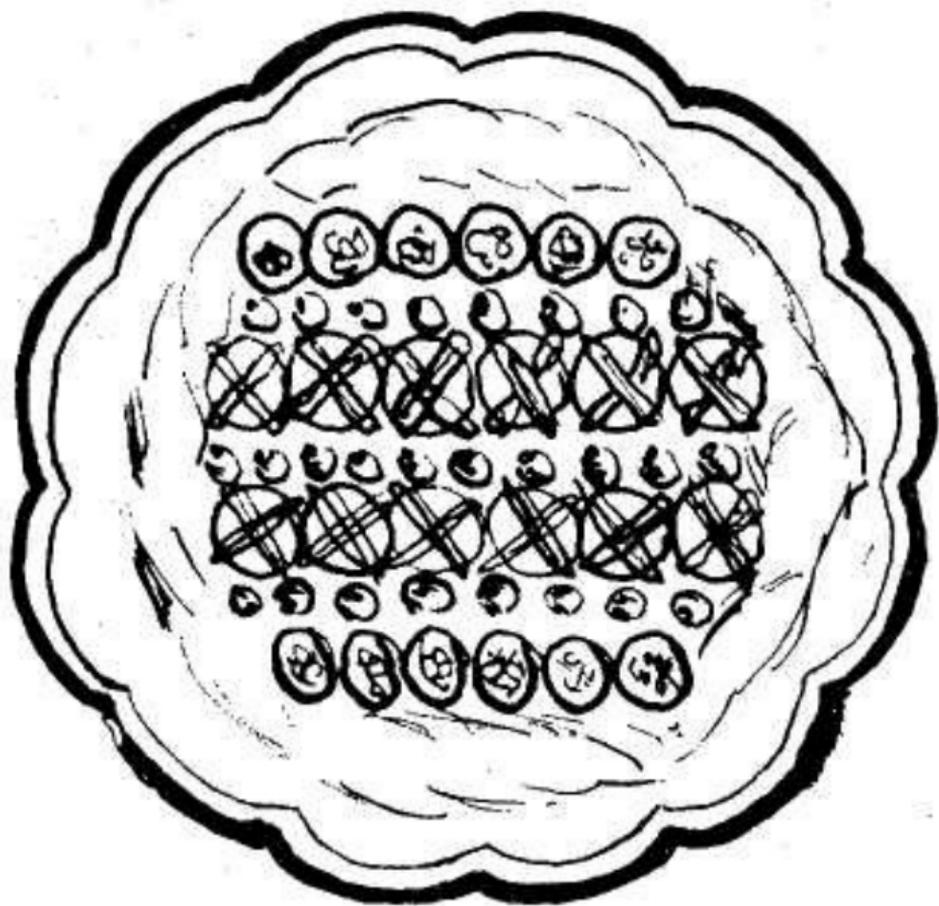
En una cuchara sopera se pone un poco de sal y vinagre; se mezcla bien con un tenedor

para que se deshaga la sal y se echa por encima de las patatas. Después se vierte el

aceite, rociando bien toda la ensalada, y se añade la cebolla y el perejil picado. Se

mueve con cuidado para no deshacer la patata y el huevo y se sirve templado o frío (en

verano).



**239.—PATATAS CON MAYONESA,
TOMATES, ANCHOAS, ETC. (6**

personas)

8 patatas medianas (1 kg.),

2 cucharadas soperas de leche fría,

1 pepino mediano,

agua fría, sal.

3 tomates duros,

Mayonesa:

1 lata de anchoas en aceite,

2 huevos,

1 pimiento rojo de lata,

1½ vasos (de los de agua) de aceite,

100 gr. de aceitunas deshuesadas,

el zumo de ½ limón,

2 cucharadas soperas de alcaparras,

sal.

1 huevo duro.

Se hace primero (a mayonesa (receta 94, 1.^a fórmula) y se reserva al fresco.

Lavar bien las patatas enteras y sin pelar. Se ponen en un cazo con agua fría que las

cubra bien, las 2 cucharadas de leche fría y sal. Se dejan cocer unos 30 minutos (más o

menos), según la clase de patata.

Cuando estén cocidas se dejan enfriar un poco, se

pelan y cortan en rodajas.

Se pican las alcaparras y se mezclan con la mitad de la mayonesa. Se pela y corta en

rodajas muy finas el pepino, se sala ligeramente y se pone en un plato durante una $\frac{1}{2}$

hora para que suelte el agua. Se escurre.

Se mezcla la mayonesa con las patatas y el pepino y se colocan en una fuente redonda

en forma de domo. Se recubre con el resto de la mayonesa sin alcaparras que estaba

reservada. Se adorna con rodajas de tomate, pimiento rojo, huevo duro, anchoas y

aceitunas.

Se mete la fuente un rato en la nevera y se sirve cuando esté bien fría.

PASTAS, CANALONES Y ÑOQUIS

PASTAS, CANALONES Y ÑOQUIS

240.—MANERA DE COCER LAS PASTAS

MACARRONES:

Se calcula para 6 personas 1 paquete y $\frac{1}{2}$ de macarrones de las marcas más corrientes

españolas o, para más seguridad, de 50 a 60 gr. por persona (antes de hervidos).

Se cortan en trozos en crudo. Se pone al fuego agua muy abundante con sal, y cuando

rompe a hervir se echan los macarrones,

que se cocerán destapados. Cuando vuelve a

romper a hervir, se baja un poco el fuego sin que paren de cocer y se tienen de 15 a 20

minutos (esto depende exclusivamente de la marca y del gusto de cada cual.

Los

italianos toman la pasta mucho más cruda que los españoles). Se escurren en un colador

grande y se pasan por el chorro del agua fría. Entonces están preparados para cualquier

guiso.

Nota.-Hay quien les echa una cucharada (de las de café) de aceite fino y crudo en el

agua de cocerlos para que no se peguen.

CINTAS O SPAGHETTIS:

Se cuecen lo mismo que los macarrones, pero sin pasarlos por el agua fría. Se debe

calcular, por lo tanto, la hora exacta de servirlos, a fin de no tenerlos en agua caliente

más que el tiempo necesario, para que

no se pongan gelatinosos. Se deben servir con

platos previamente calentados, evitando así que se enfríen.

CANALONES:

Hay en el comercio unos canalones que resultan muy buenos y que no se tienen que

cocer. Solamente se dejarán en remojo en agua fría durante una hora para que la pasta se

ablande bien. Si se quieren utilizar canalones corrientes, se cocerán como los

macarrones; cuando estén en su punto se sacarán con mucho cuidado para que no se

rompan y se extienden sobre un paño limpio de cocina hasta el momento de utilizarlos.

Nota.-Igual que para los macarrones, se les puede añadir un chorrito de aceite en el agua

de cocerlos.

241.—MANERA DE HACER LA PASTA DE LOS SPAGHETTIS (6 personas)

½ kg. de harina,

sal.

3 huevos,

En una ensaladera se pone la mitad de la harina, en el centro se echan los huevos, el

agua y la sal. Se mezcla con la mano y se trabaja mucho la pasta, añadiendo poco a poco

toda la harina. Cuando la pasta está hecha, se forma un bola y ésta se tira fuertemente y

desde bastante alto sobre el mármol de la mesa, unas 8 ó 10 veces. Después,

espolvoreando el mármol con un poco de harina, se extiende hasta que quede muy fina

con el rollo de madera. Se deja secar así de $\frac{1}{2}$ a una hora. Se enrolla sin apretar y se

corta en tiras de $\frac{1}{2}$ cm. o más si se quiere, según guste.

Se suelta la pasta para que las tiras queden alargadas y se procede como para las cintas

del comercio para cocerlas. También se pueden conservar hasta una semana, si se dejan

secar bien antes de guardarlas.

242.—MACARRONES CON CHORIZO Y TOMATE (6 personas)

350 gr. de macarrones,

1 cebolla mediana (100 gr.),

100 gr. de chorizo,

3 cucharadas soperas de aceite,

**100 gr. de queso gruyere o parmesano
rallado,**

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

30 gr. de mantequilla,

sal.

1 kg. de tomates maduros,

Se cuecen los macarrones como va explicado (receta 240), y, una vez refrescados, se

reservan. Se hará salsa de tomate (receta 63).

Se mezcla la salsa (reservando dos o tres cucharadas soperas) y la mitad del queso

rayado con los macarrones. Se vierten en una fuente de cristal o de porcelana

resistente

al horno. Se parte el chorizo, quitándole el pellejo, y se dispone en trocitos sobre la

fuelle, hundiéndolos un poco entre los macarrones con el fin de que no se sequen. Se

echan por encima las cucharadas de tomate reservadas y se espolvorea con queso

rallado. Se pone la mantequilla en trocitos como avellanas y se meten al horno a

gratinar.

Cuando la costra de encima está bien tostada (de 15 a 30 minutos, según el horno) se

sirven en la misma fuente.

243.—MACARRONES CON BECHAMEL (6 personas)

350 gr. de macarrones,

**para la bechamel y $\frac{1}{2}$ para el
gratinado),**

**100 gr. de queso gruyere o parmesano
rallado,**

2 cucharadas soperas de aceite,

**2 cucharadas soperas de harina,
rasadas,**

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

50 gr. de mantequilla ($\frac{1}{2}$ vaso)

sal,

nuez moscada (facultativo).

Se cuecen los macarrones (receta 240),
y, una vez refrescados, se reservan.

Se hace la bechamel. En una sartén se
pone la mitad de la mantequilla a
derretir con el

aceite. Se le añade la harina, se da un

par de vueltas moviendo con las varillas. Se

agrega poco a poco la leche fría, y, dando vueltas, se deja que cueza unos 10 minutos y

se sala.

En una fuente de cristal o de porcelana resistente al horno se mezclan los macarrones

con un poco más de la mitad de la bechamel, se ralla un poquito de nuez moscada y se

echa la mitad del queso. Se revuelve bien todo junto.

Se vierte por encima, alisando un poco con el dorso de una cuchara, el resto de la salsa

bechamel y el queso rallado que queda, y se colocan unos trocitos de mantequilla por

encima, del grosor de una avellana.

Se mete en el horno (previamente calentado) de 15 a 30 minutos, hasta que se forme una

bonita costra dorada.

Se sirve en la misma fuente.

244.—MACARRONES A LA

AMERICANA (6 personas)

350 gr. de macarrones,

1 cucharada (de las de café) de curry,

2 latas de sopa «Campbell's» de champiñón,

50 gr. de queso gruyere o parmesano rallado,

1½ vaso (de los de agua) de leche,

25 gr. de mantequilla,

sal.

Se cuecen los macarrones (receta 240),

y, una vez refrescados, se prepara la salsa. En un

cazo se pone la sopa a calentar con la leche. Se le añaden los macarrones y se

espolvorea con el curry. Se mezcla bien y se pone en una fuente de cristal o porcelana

resistente al horno, más bien profunda. Se espolvorea con el queso rallado y se ponen

unos trocitos de mantequilla como avellanas. Se mete al horno, previamente calentado,

por espacio de unos 15 minutos, y se

sirven.

**245.—TIMBAL MILANESA (6
personas)**

300 gr. de spaghettis,

1 cucharada sopera de aceite fino,

3 higaditos de pollo,

**1 vaso (de los de agua) de caldo (de
cocer la**

**1 pechuga de pollo (cocida con una
zanahoria y**

**pechuga de gallina o de cubitos de
caldo**

1 puerro),

Maggi u otros),

125 gr. de mollejas de ternera,

1 cucharada sopera de harina,

zumo de 1 limón,

**2 cucharadas soperas de salsa de
tomate**

1 trufa,

espesa,

150 gr. de champiñones de París,

½ vaso (de los de vino) de Madeira o de jerez,

1 vaso (de los de vino) de aceite para freír,

1 yema de huevo,

75 gr. de queso gruyere o parmesano rallado,

sal.

40 gr. de mantequilla,

Hay que preparar primero los ingredientes y tener hecha la salsa de tomate.

Los higaditos se preparan quitándoles con cuidado la hiel y se fríen rápidamente (se

terminarán de hacer con los spaghettis).

La pechuga de pollo o de gallina se tendrá cocida en agua con unas rodajas de

zanahoria, 1 puerro y sal. Se deshuesa y se corta en trozos más bien grandes.

Las mollejas se tienen por lo menos una hora en remojo en agua fresca, se lavan bien y

se ponen al fuego con agua fría y sal. Cuando rompe a cocer el agua se dejan

unos 5

minutos. Se escurren y se meten en agua fría, quitándoles todos los pellejos. Se secan

muy bien con un trapo limpio, se cortan en cuadrados, se rebozan ligeramente en harina

y se fríen.

Los champiñones se escogerán pequeños. Se separa el rabo (cortándole la parte con

tierra) de la cabeza. Se lavan en agua fría con unas gotas de limón, y, escurridos, se

ponen en un cazo con la mitad de la mantequilla, sal y unas gotas de limón. Se tapa el

cazo con tapadera y se dejan a fuego lento unos 10 minutos. Preparado todo esto, se

cuecen los spaghettis en la forma acostumbrada (receta 240).

Mientras se prepara la salsa. En una sartén se ponen los 20 gr. de mantequilla y una

cucharada de aceite. Cuando la mantequilla se ha derretido, se echa la harina y, poco a

poco, el caldo (frío). Se mueve bien con unas varillas y se rectifica de sal. Se añaden

entonces las dos cucharadas de tomate y el jerez y se deslíe la yema en un tazón (para

que no se cuaje), poco a poco, con salsa. Una vez hecha la salsa, se ponen [os spaghettis

bien escurridos y calientes en una legumbreira honda; se echan los champiñones, los

higaditos, la pechuga, las mollejas, el queso rallado y la salsa. Se remueve muy bien

todo y se espolvorea con un picadito de trufa. Se sirve enseguida.

246.—MACARRONES CON MAYONESA (6 personas)

(Plato frío)

2 huevos,

½ kg. de tomates duros,

zumo de 1 limón o vinagre,

unas aceitunas rellenas,

¼ litro de aceite fino,

1 huevo duro,

1½ paquete de coditos (300 gr.),

sal.

1 lata pequeña de atún en aceite (100 gr.).

Con 1 huevo entero, aceite, sal y zumo de limón, se hace una mayonesa (en la batidora,

receta 94).

Aparte, en agua hirviendo con sal, se echan los coditos y se cuecen unos 15 minutos

(según la marca). Cuando están en su punto, se escurren en un colador y se

enfrían al

grifo, dejándolos escurrir. Una vez fríos se mezclan bien con la mitad de la mayonesa y

el atún en trocitos (bien escurrido de aceite o del escabeche). Se ponen en el centro de

una fuente. Alrededor se colocan rodajas de tomate con un poco de mayonesa encima,

las aceitunas y el huevo duro picado y espolvoreado por encima de los coditos (sale

muy fino el huevo pasándolos por un

pasapurés). Meter la fuente en la nevera
 $\frac{1}{2}$ hora y

servir tal cual.

(Plato caliente)

**300 gr. de macarrones (grosor
mediano),**

Mayonesa.

**3 cucharadas soperas de gruyere
rallado (75**

$\frac{1}{4}$ litro de aceite fino,

gr.),

1 huevo entero,

30 gr. de mantequilla,

el zumo de 1 limón,

sal,

la punta de un cuchillo de mostaza.

Se cuecen los macarrones (receta 240).

Durante este tiempo se hace la mayonesa en la batidora (receta 94).

Una vez cocidos, refrescados y escurridos los macarrones, se echan en una cacerola con

la mantequilla y el queso rallado, se calientan suavemente y se revuelven bien. Se

separan del fuego y se pone más o menos la tercera parte de la mayonesa, se mezcla

bien y se vierte todo en una fuente resistente al horno (cristal, porcelana, etc.) Se echa

por encima el resto de la mayonesa, alisándola un poco con una cuchara o cuchillo, y se

meten a gratinar a horno más bien vivo. Cuando la mayonesa está dorada, se retiran del

horno y se sirven en la misma fuente.

Nota.-A veces es necesario volcar un poco la fuente con el fin de quitar con una cuchara

el aceite que pueda soltar la mayonesa al estar en el horno.

247.—MACARRONES CON ESPINACAS (6 personas)

1½ kg. de espinacas,

1 cucharada sopera de aceite fino,

300 gr. de macarrones,

¼ litro de leche fría (1 vaso bien lleno

de los de

80 gr. de mantequilla,

agua),

**60 gr. de queso gruyere o parmesano
rallado,**

agua y sal,

1 cucharada sopera de harina,

1 pellizco de bicarbonato.

Se cortan los tallos de las espinacas dejando sólo las hojas. Se lavan muy bien en varias

aguas para que no tengan tierra y se cuecen en una olla amplia. Cuando el agua (con un

pellizco de bicarbonato para que queden bien verdes las espinacas) con sal cuece a

borbotones, se meten y se empujan con una espumadera para que el agua las cubra bien.

Al romper a hervir otra vez, se las deja unos 10 minutos. Se escurren en un colador

grande apretándolas un poco con el dorso de una cuchara para que suelten bien el agua.

Se pican no muy menudas sobre la tabla, con un cuchillo grande.

Aparte se ponen a cocer los macarrones (receta 240), y mientras tanto se hace la bechamel.

En una sartén se ponen unos 25 gr. de mantequilla a derretir con una cucharada sobera

de aceite. Se añade la cucharada de harina, se da unas vueltas con las varillas sin que

tome color y, poco a poco, se añade la leche fría, y, por fin, la sal. Se deja cocer a fuego

lento unos 5 minutos sin dejar de dar vueltas. En otra sartén se pone casi toda la

mantequilla, reservando sólo un poco para gratinar, y se saltean las espinacas. Se

colocan en una fuente de cristal o porcelana que sea resistente al horno, de modo que

cubran todo el fondo. Se escurren bien los macarrones y se revuelven con la mitad del

queso y se ponen sobre las espinacas.

Finalmente se cubre todo con la

bechamel. Se espolvorea con el resto del queso rallado,

se ponen encima unas avellanitas de mantequilla y se mete la fuente al horno

(previamente calentado) hasta *que adquiera un bonito color dorado (unos 15,

gratinado).

248.—MACARRONES CON MEJILLONES AL CURRY (6 personas)

350 gr. de macarrones,

1½ cucharadas soperas rasadas de

harina,

1 kg. de mejillones,

**2 vasos (de los de agua, o ½ litro) de
leche fría,**

1 ramita de apio (facultativo),

100 gr. de queso rallado,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

**1 cucharada (de las de café) de perejil
muy**

**1 chalota (grandecita) o una cebolla
pequeña**

picado,

(80 gr.),

**1 cucharada (de las de café) rasada de
curry,**

30 gr. de mantequilla,

Sal.

2 cucharadas soperas de aceite fino,

Se lavan y pelan muy bien las barbas de los mejillones y se ponen en una sartén amplia

con el vino blanco, la ramita de apio (cortada en dos trozos) y sal. Se ponen a

fuego

mediano, cubriéndolos con una tapadera y moviendo la sartén de vez en cuando.

Una vez abiertos los mejillones, se separan de su cáscara. Si son muy grandes, se cortan

con las tijeras en dos o tres trozos. El caldo que han soltado se cuele por un colador muy

fino (o incluso por una batista) y se reserva. Se cuecen los macarrones (receta 240).

Mientras se cuecen se va haciendo la salsa. En una sartén se pone la mitad de

la

mantequilla a derretir con el aceite. Se añade la chalota picada muy menuda, dejándola

unos 5 minutos y dándole vueltas para que se haga, pero sin dorarse. Se añade después

el curry en polvo y la harina y se va mojando con la leche y el caldo de los mejillones.

Se deja cocer unos 5 ó 10 minutos esta bechamel.

En una fuente de cristal o porcelana resistente al horno se colocan los

macarrones y los

mejillones, que se revuelven mezclados con la mitad del queso rallado y el perejil. Se

cubren con la salsa y se espolvorean con el resto del queso rallado. Se meten en el horno

(previamente calentado) a gratinar, hasta que tengan una bonita costra dorada.

Entonces

se sirven.

**249.—MACARRONES CON ATÚN
DE LATA (6 personas)**

350 gr. de macarrones,

3 tomates grandes bien maduros (o de lata),400

1 lata pequeña (150 gr.) de atún al natural,

gr.,

4 cucharadas soperas de aceite fino,

1 buen pellizco de hierbas aromáticas,

1 cucharadita (de las de moka) de azúcar,

30 gr. de mantequilla,

1 cebolla mediana (80 gr.), 1 diente de ajo,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

50 gr. de queso gruyere rallado,

sal.

Se cuecen los macarrones (receta 240), y, una vez refrescados, se prepara la salsa.

En una cacerola se pone el aceite a calentar, se echan la cebolla y el ajo pelados y muy

picados, hasta que se ponga transparente (unos 5 minutos). Se incorporan los

tomates

pelados, cortados en trozos y quitadas las simientes; se machacan bien con el canto de la

cuchara y se añade el vino, el azúcar, la sal y el pellizco de hierbas aromáticas. Se cuece

durante unos 15 minutos. Se echan en la salsa los macarrones, el trozo de mantequilla,

el queso rallado y el atún en trocitos. Se revuelve todo junto y se sirve.

**250.—CODITOS CON BACON Y
GUISANTES (6 personas)**

300 gr. de coditos,

2 cucharadas soperas de aceite frito,

1 lata de $\frac{3}{4}$ kg. de guisantes,

1 cebolla grande (125 gr.),

80 gr., de gruyere rallado,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

**12 lonchas finas de bacon (tocino
ahumado),**

agua y sal.

1 kg. de tomates maduros,

En una cacerola se pone agua y sal. Se pone al fuego y, cuando rompe a hervir, se echan

los coditos, moviéndolos un poco para que no se peguen. Se dejan cocer unos 20

minutos (depende de la clase de pasta), y se cuelean por un colador grande pasándolos

después por el chorro de agua fría.

Aparte, en una sartén, se pone el aceite a calentar. Se echa la cebolla pelada y picadita.

Se deja dorar unos minutos (de 5 a 8

minutos), y se añaden los tomates, cortados en

trozos grandes y sin semillas. Con una espumadera se machacan bien durante unos 10

minutos. Se pasa entonces por el pasapurés y se le agrega la sal y el azúcar.

Se mezclan los coditos con el tomate, los guisantes (escurridos de su caldo) y parte del

queso rallado, dejando que se caliente un poco y se ponen en una fuente de horno,

espolvoreando el queso por encima. Se tiene en el horno unos minutos hasta que se

deshaga el queso. Aparte se hacen unos rollitos con el tocino y se pinchan con un

palillo, para que no se desenrollen al freírlos. Se fríen bien y se colocan en la fuente de

adorno (quitando los palillos después de freír, y se sirve enseguida.

251.—CINTAS CON RIÑONES (6 personas)

300 gr. de cintas,

agua con 1 cubito de caldo o 1 cubito de

1 riñón de ternera de ½ kg.,

extracto de caldo o 1 cubito de extracto de

30 gr. de mantequilla,

carne,

6 cucharadas soperas de aceite,

Se puede emplear 1½ vaso (de los de agua),

3 cucharadas soperas de harina,

mitad agua, mitad vino blanco,

1 vaso (de los de vino) de jerez,

50 gr. de queso gruyere rallado,

**1 vaso (de los de agua) de agua con 1
cubito de**

sal.

Se limpian los riñones (receta 919, 1.ª
manera). En una sartén se ponen 4
cucharadas de

aceite; cuando está caliente, se echan los
riñones bien escurridos, y, moviéndolos
con

una cuchara de madera, se les dan unas vueltas (unos 5 minutos). Se tapa con una

tapadera y se escurre muy bien el jugo. Se dejan así tapados cerca del calor para que, sin

hacerse más, tampoco se enfríen.

Se popen las cintas a cocer en la forma acostumbrada (receta 240).

Mientras tanto se va haciendo la salsa de los riñones. En una sartén se pone la harina, y,

sin dejar de dar vueltas, se le deja tomar un bonito color tostado. Cuando está, se

le echa

la mitad de la mantequilla y las 2 cucharadas soperas de aceite. Una vez derretida la

mantequilla, se le va añadiendo el jerez y el agua con el extracto de carne o el caldo de

cubito. Se da vueltas hasta que haya dado un hervor durante 3 ó 4 minutos. Se

incorporan entonces los riñones, que se irán haciendo a fuego lento. Después de bien

escurridas las cintas, se les echa el resto de la mantequilla con el queso rallado, y

se

mueve para que se mezcle bien.

En una fuente redonda, que se calentará previamente (pues las cintas se enfrían de

prisa), se disponen las cintas dejando un agujero en el centro. Allí se colocan los riñones

con un poco de salsa (para ello se sacarán con una espumadera), y se verterá la salsa en

parte sobre las cintas y el resto sobre los riñones, sirviéndolas enseguida.

**252.—SPAGHETTIS A LA
ITALIANA CON BACON Y
HUEVOS (6 personas)**

350 gr. de spaghetti,

**½ vaso (de los de agua) de aceite
(sobrar ),**

**150 gr. de bacon (en 2 lonchas
gordas),**

4 huevos,

75 gr. de mantequilla,

1 pellizco muy pequeño de hierbas

75 gr. de queso parmesano rallado.

aromáticas,

agua y sal.

Se cuecen los spaghetti sin cortarlos en agua hirviendo abundante, con sal.

Deben

quedar más bien firmes. Mientras tanto se quita la corteza al bacon, se corta en tiras de 1

cm. de ancho y se fríen en un poco de aceite caliente. Se retira y se reserva.

Cuando

están los spaghetti cocidos (el tiempo depende de la clase, pero será de 10 a 20 minutos

más o menos), se escurren en un colador grande y se cubren con un paño limpio para

que no se enfríen. En un cazo amplio se pone la mantequilla a derretir (sin que se dore);

se le añade el bacon frito y los 4 huevos batidos como para tortilla. Enseguida se echan

los spaghetis, el pellizco de hierbas aromáticas y el queso rallado, y se mueve bien todo

hasta que esté bien mezclado.

Se pone en una fuente honda

previamente calentada y se sirve
enseguida con los platos

también calientes.

**253.—SPAGHETTIS CON
GUISANTES Y ALMEJAS (6
personas)**

350 gr. de spaghetti,

**75 gr. de queso parmesano rallado (o
M. G.),**

1 lata pequeña de guisantes (100 gr.).

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

½ kg. de almejas,

1 chalota,

50 gr. de mantequilla,

agua y sal.

Se cuecen los spaghetis (receta 240).
Mientras se van cociendo se preparan
las almejas.

Se lavan bien, con agua y sal, y se ponen
en una sartén, rodándolas con el vino
blanco y

una chalota pequeña picada. Se ponen al
fuego, se sacude la sartén por el mango y

cuando están las almejas abiertas, se
retiran. Se sacan los bichos de su

cáscara y se cuele

el jugo que está en la sartén por un colador muy fino o mejor por una gasa (para que no

pase nada de arena). Se reserva.

Una vez cocidos los spaghettis, se escurren en un colador grande. En un cazo amplio se

pone la mantequilla a derretir (sin que cueza), se echan los spaghettis, se les agregan las

almejas, los guisantes, el jugo de las almejas y el queso espolvoreado. Se mezcla todo

muy bien, se pone en una fuente (previamente calentada) y se sirven enseguida con los

platos también templados.

254.—SPAGHETTIS CON GUISANTES Y SETAS (6 personas)

350 gr. de spaghettis,

50 gr. de mantequilla,

1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),

**75 gr. de queso parmesano rallado (o
M. G),**

1 puñado de setas (frescas, secas o de

lata),

agua y sal.

Se procede como en la receta anterior.

Se preparan las setas, si son secas, de lata o

frescas, según costumbre, y se revuelven igual que en la receta anterior, sustituyendo las

almejas por las setas.

Es un plato con sabor muy distinto pero también sabroso.

255.—RAVIOLI

Se hace la misma pasta que la explicada para los spaghettis (receta 241). Se deja reposar

unas 2 horas en bola y luego se parte por la mitad y se extiende en dos planchas muy

finas y cuadradas.

Se coloca el relleno que se haya preparado sobre una de las planchas (la receta va

seguidamente), poniendo una cucharadita (de las de moka) del mismo cada 3 cm. de

distancia una de otra. Antes de colocar

la segunda plancha, se pasa un pincel mojado en

agua por la superficie de la masa, formando cuadros por donde se cortarán los raviolis.

Se coloca la segunda plancha, toda ella mojada (la cara interna, naturalmente), sobre la

primera. Se pasa un cortapasta ondulado, apretando bien para que queden los bordes

perfectamente pegados.

Se pone una cacerola con agua abundante y sal; cuando hierve, se echan

los raviolis por

tandas. Cuando rompe a hervir el agua de nuevo, se baja el fuego y se dejan cocer

despacio unos 20 minutos. Se escurren y se refrescan (en agua fría) para que no se

peguen. Así están preparados para añadirles la salsa y meterlos al horno. No deberá

demorarse el hacerlo para que no se sequen.

Nota.-Hay bastantes sitios (supermercados, buenas tiendas de

alimentación, etc.) donde

se encuentran raviolis ya preparados. No habrá entonces más que cocerlos, hacerles la

salsa y meterlos al horno, con lo cual todo resulta más fácil y rápido.

Rellenos para raviolis (unos 35):

Relleno 1.º:

½ kg. de espinacas,

1 cucharada sopera de cebolla muy picada,

150 gr. de carne de salchicha,

1 huevo,

**5 cucharadas soperas de leche
caliente,**

3 cucharadas soperas de aceite,

el grosor de un huevo de miga de pan,

sal.

1 cucharada sopera de jerez,

Se limpian las espinacas, quitándoles los tallos. Se lavan en varias aguas y se cuecen en

un cazo con agua abundante hirviendo con sal durante unos 10 minutos.

Entonces se escurren en un colador. Se aprietan bien para que suelten todo el agua y se

pican muy menudas (con un cuchillo o pasándolas por la máquina de picar la carne). En

un tazón se mete la miga de pan en remojo con la leche caliente. En una sartén se pone

el aceite a calentar; cuando está en su punto, se echa la cebolla picada, que se deja dorar

unos 10 minutos, y se agrega la carne, a la cual se da unas vueltas. Se separa la sartén y

se pone la carne con la cebolla en una ensaladera. Se incorpora la miga de pan

ligeramente estrujada para escurrir un poco la leche, el jerez, el huevo y la sal. Se amasa

bien con una cuchara de madera y, finalmente, se añaden las espinacas.

Se deja enfriar totalmente esta pasta antes de colocarla sobre la masa de los raviolis.

Relleno 2.º:

½ kg. de espinacas,

100 gr. de pan rallado,

150 gr. de carne magra de ternera,

1 huevo,

2 puerros medianos,

1 cucharada sopera de jerez,

**50 gr. de queso gruyere o parmesano
rallado,**

3 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Se procede como en la receta anterior
para preparar y cocer las espinacas.

En una sartén se pone el aceite a

calentar y se echan los puerros lavados y cortados en

dos a lo largo y en trozos de unos 3 cm. de largo. Se dejan rehogar unos 10 minutos y

después se agrega la carne cortada en trozos no muy grandes. Se tapa la sartén con una

tapadera y, a fuego lento, se deja unos 15 ó 20 minutos, dando de vez en cuando una

vuelta.

Cuando está todo, se pasa por la máquina de picar la carne junto con las

espinacas. Se

pone este picado en una ensaladera, añadiendo entonces el pan rallado, el queso, el

huevo entero, el jerez y la sal. Se amasa bien para que todo quede muy unido. Cuando el

relleno esté bien fino, se procede a preparar los raviolis.

Salsas

1.^a De tomate:

1½ kg. de tomates bien maduros,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

**3 cucharadas soperas de aceite frito,
sal,**

½ cebolla mediana (50 gr.),

**100 gr. de queso gruyere o parmesano
rallado,**

25 gr. de mantequilla.

En una sartén se pone el aceite a
calentar; se echa la cebolla, que se deja
freír unos 5

minutos, después de los cuales se

añaden los tomates cortados en trozos y quitadas las

simientes. Con el canto de una espumadera se machacan muy bien mientras se fríen. A

los 10 minutos se pasa el refrito por el pasapurés y se le añade el azúcar y la sal.

En una fuente de barro, cristal o porcelana que resista al horno se pone un poco de salsa

de tomate en el fondo y se espolvorea con un poco de queso rallado. Se colocan los

raviolis encima y se cubren con el resto de la salsa de tomate. Se espolvorea con el resto

del queso y se pone la mantequilla en bolitas del grosor de una avellana cada una.

Se mete al horno mediano a gratinar, y se sirve cuando la salsa está dorada.

2.^a Bechamel:

½ litro de leche (fría),

50 gr. de queso gruyere rallado,

2 cucharadas (de las de café) de puré de

50 gr. de mantequilla,

tomate concentrado,

2 cucharadas soperas de aceite,

sal.

1 cucharada sopera de harina,

En una sartén se pone a calentar la mitad de la mantequilla con el aceite; se echa la

harina y se revuelve un poco; se añade poco a poco la leche fría, sin dejar de mover con

las varillas. Se echa la sal y se deja

cocer unos 6 minutos, añadiendo después el tomate.

Se colocan los raviolis en una fuente de barro, cristal o porcelana resistente al horno y

se vierte la bechamel por encima. Se espolvorea con el queso rallado y se pone la

mantequilla en bolitas del grosor de avellanas.

Se mete al horno fuerte a gratinar y, cuando está bien gratinada, se sirve.

256.—ÑOQUIS FINOS (6 personas)

200 gr. de sémola de trigo,

100 gr. de queso gruyere rallado,

$\frac{3}{4}$ de litro de leche,

agua salada,

75 gr. de mantequilla,

sal y un poco de nuez moscada rallada.

3 huevos,

30 gr. de mantequilla para gratinar.

En un cazo se pone a cocer la leche con los 75 gr. de mantequilla, la nuez moscada

(rallada) y la sal. Cuando la leche hierve, se echa la sémola desde un poco alta para que

caiga en forma de lluvia. Se darán vueltas con una cuchara de madera hasta que la masa

se separe de las paredes del cazo. Se retira éste del fuego. Añádanse entonces, uno por

uno, los 3 huevos y la mitad del queso rallado.

Se pone una cacerola grande con agua y un poco de sal a cocer. Se forman los ñoquis

con una cuchara sopera como si fuesen croquetas grandes. Cuando el agua hierve a

borbotones, se baja el fuego y se echan dentro algunos ñoquis (que deberán quedar

holgados para cocer bien); se vuelve a dar más fuego y, cuando empieza otra vez a

hervir el agua, se apaga el fuego y se cubre la cacerola, manteniéndose así durante unos

6 ó 7 minutos, después de los cuales se sacan los ñoquis con una espumadera y se echan

en agua fría un ratito hasta que se enfríen. Se van cociendo así por tandas. Se escurren

bien y se colocan en la fuente donde se vayan a servir. Esta debe ser de cristal o

porcelana resistente al horno. Se colocan, se espolvorean con el resto del queso rallado y

se pone en trocitos la mantequilla que se había reservado para gratinar.

Se meten en el horno previamente calentado, hasta que tengan un bonito color dorado y

se sirven entonces enseguida.

**257.—ÑOQUIS SENCILLOS (6
personas)**

1 litro de leche (escaso),

50 gr. de queso gruyere rallado,

225 gr. de sémola de trigo,

2 huevos enteros,

60 gr. de mantequilla,

2 yemas,

**25 gr. de mantequilla para untar la
fuente,**

sal y nuez moscada.

40 gr. de mantequilla para rociar los ñoquis,

Poner la leche a calentar con un poco de nuez moscada rallada y la mantequilla (60 gr.).

Cuando hierve, se echa la sémola en forma de lluvia y se cuece moviendo con una

cuchara de madera. Se añade entonces la sal y se dan vueltas constantemente hasta que

se empieza a desprender de las paredes del cazo (15 minutos, más o menos). Se retira

del fuego y, una vez templada la masa, se baten en un plato sopero los 2 huevos enteros

y las 2 yemas como para tortilla; se incorporan a la masa. Se pasa una besuguera por

agua fría, se escurre (sin secar) y se vierte la masa de los ñoquis dentro. Se deja enfriar

por lo menos una hora antes de hacerlos.

Se unta una fuente resistente al horno con los 25 gr. de mantequilla. Se colocan los

ñoquis, que se formarán con 2 cucharas

soperas, como unas croquetas más bien grandes,

en la fuente de horno, y se espolvorean con el queso rallado, rociándolos seguidamente

con un trozo de mantequilla derretida (40 gr.). Se meten en el horno hasta que estén bien

gratinados. Se sirven en la misma fuente enseguida. Se pueden acompañar con salsa de

tomate en salsa aparte.

258.—CANELONES DE CARNE (6 personas)

El relleno de los canalones se puede hacer de muchas maneras, más o menos caras. La

base es siempre un resto de carne de vaca, ternera o mejor de cerdo, que se pasa por la

máquina de picar la carne. Esta se mezcla con una o varias cosas que pueden ser:

higaditos de pollo (previamente rehogados), pechuga de gallina o pollo (cocida, o asada

y picada), un seso de cordero también previamente lavado y cocido, foie-gras, jamón

serrano o de York, carne de salchichas, etc.

Lo fundamental es mezclar la carne con una o varias cosas que le den sabor y ligereza.

Queda muy rico también friendo una cebolla pequeña con un poco de tomate y haciendo

una pasta con todo ello. La pasta propiamente dicha de los canalones se empleará según

la explicación de cada marca.

Yo aconsejo las marcas que no hay que cocer, sino sólo echarlos en agua fría

antes de

emplearlos. Son buenas y de fácil manejo.

Por ejemplo, para 12 canalones haremos el relleno siguiente:

150 gr. de carne de ternera,

Salsa de tomate (receta 64):

1 pechuga de gallina (ya cocida) ,

½ kg. de tomates,

1 seso de cordero (ya cocido),

aceite, sal, azúcar.

30 gr. de foie-gras,

1 cebolla pequeña (60 gr.),

Bechamel (receta 67):

4 cucharadas soperas de aceite,

30 gr. de mantequilla,

30 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

75 gr. de queso gruyere rallado.

**$\frac{3}{4}$ litro de leche fría (o mitad de leche
y mitad de**

caldo),

2 cucharadas soperas de harina,

Sal.

Se tiene echa la salsa de tomate de forma que quede bien espesa.

En una sartén pequeña se ponen 2 cucharadas soperas de aceite a calentar y se echa la

cebolla pelada y muy picadita. Cuando se pone transparente (unos 5 minutos más o

menos), se añaden 2 cucharadas soperas de salsa de tomate. Esto se mezcla con

la carne

ya picada y con todo lo que se añada a la misma. Se rellenan los canalones escurridos

sobre un paño limpio, se enrollan y se colocan en una fuente de porcelana o cristal

resistente al horno.

Aparte se hace una bechamel más bien clarita. Se añade entonces lo que queda de la

salsa de tomate (esto es facultativo; se puede hacer la bechamel sin tomate). Se vierte

sobre los canalones, pasándola por el chino o por un colador de agujeros grandes (si no

lleva tomate no es necesario).

Se espolvorea con el queso rallado y se pone la mantequilla que queda en trocitos como

avellanas. Se meten al horno (previamente calentado) por espacio de unos 20 minutos a

gratinar. Cuando la superficie está bien dorada, se saca a la boca del horno, o se apaga

éste y se sirve unos 5 minutos después,

porque es un plato que conserva
muchísimo el

calor.

259.—CANELONES FRITOS (6 personas)

Los mismos ingredientes que para la
receta anterior, pero en vez de cubrirlos
con

bechamel se pasan por una masa hecha
como sigue:

200 gr. de harina,

**1 botella de cerveza (El Águila,
Mahou, etc.)**

1 huevo entero,

sal.

En una ensaladera se pone la harina y se espolvorea con sal. Se casca 1 huevo, se

mezcla un poco y se va añadiendo poco a poco la cerveza (que no debe estar fría, sino a

su temperatura normal). Con una cuchara se dan vueltas, añadiendo la cerveza necesaria

para que quede como una bechamel espesa. Se pone 1 litro de aceite a calentar en una

sartén. Cuando está caliente, se sumergen los canalones rellenos, de uno en uno, en la

masa primero y en el aceite después, con la abertura del canalón vuelta hacia el fondo

de la sartén para que no se abra. Se fríen hasta que quedan dorados. Se sacan con una

espumadera y se reservan al calor. Cuando están todos fritos se sirven así o

acompañados con una salsa de tomate servida en salsera aparte.

260.—CANELONES DE ATUN,

HUEVOS DUROS Y CHAMPIÑONES (6 personas)

12 canalones,

Salsa de tomate.

**1 lata de atún en aceite o al natural,
de 250 gr., 1 kg. de tomates bien
maduros,**

2 huevos duros,

2 cucharadas soperas de aceite,

100 gr. de champiñones de París,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

20 gr. de mantequilla,

sal.

el zumo de ½ limón,

1 cebolla grande ó 2 medianas (200 gr.),

Bechamel:

3 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de harina,

2 cucharadas soperas de salsa de tomate,

25 gr. de mantequilla,

50 gr. de queso gruyere rallado,

2 cucharadas soperas de aceite,

sal.

**½ litro de leche fría (o mitad leche y
mitad**

caldo).

Se ponen a remojar los canalones en agua fría durante una hora. Se hace la salsa de

tomate (receta 63), que debe quedar espesa, y se preparan los champiñones. Se cepillan

y se lavan bien para quitarles la tierra, se les corta la parte del rabo que no esté buena y

se ponen picaditos en un cazo a fuego lento con un poco de mantequilla y unas gotas de

zumo de limón. Se cubren con la tapadera y en 10 minutos estarán hechos.

Una vez hechas estas dos cosas, se prepara el relleno. En una sartén se ponen las 3

cucharadas soperas de aceite a calentar. Se agrega la cebolla picada muy menuda y se

deja freír unos 5 minutos para que no coja color. Fuera del fuego, se añaden las 2

cucharadas soperas de salsa de tomate, el atún escurrido y desmenuzado, los

champiñones, los huevos duros picados. Se mezcla bien y se rectifica de sal si hace

falta. Se rellenan con esto los canalones escurridos y se ponen en una fuente de cristal o

de porcelana resistente al horno. Se hace ahora la bechamel (receta 67), y cuando está

hecha se le agregan 3 6 4 cucharadas de salsa de tomate, para que quede rosada.

Se

cubren con ella los canalones y se espolvorean de queso rallado. Se ponen unos trocitos

de mantequilla por encima y se mete la fuente en el horno previamente calentado.

Cuando tenga una costra bien dorada, se saca unos 5 minutos fuera del horno y se

sirven, pues es un plato que conserva mucho el calor.

Nota.-Estos canalones se pueden hacer

con pescado fresco o un resto de
pescado,

resultan también muy buenos. Siendo
fresco, habrá que dar un hervor al
pescado.

**261.—CANELONES DE
ESPINACAS Y HUEVOS DUROS (6
personas)**

12 canelones,

Bechamel:

1½ kg. de espinacas,

2 cucharadas soperas de harina,

3 huevos duros picados bastante grandes,

25 gr. de mantequilla,

100 gr. de queso gruyere rallado,

2 cucharadas soperas de aceite,

80 gr. de mantequilla,

½ litro de leche fría (o mitad leche y mitad

sal.

caldo).

Se ponen los canalones durante 1 hora a

remojo. Mientras tanto se va haciendo el relleno. Se lavan y quitan los rabos de las espinacas y se sumergen en una olla con agua

hirviendo abundante y sal. Se les puede echar un pellizco de bicarbonato para que

tengan un bonito color verde. Hay que empujarlas hacia el fondo para que cuezan bien,

porque tienen tendencia a subir a la superficie. En 10 minutos, a partir de cuando vuelve

a hervir el agua, deben estar tiernas si

son bien frescas. Una vez cocidas, se escurren en

un colador grande y se pican con un cuchillo en la tabla de la carne.

En una sartén se ponen 50 gr. de mantequilla y cuando está derretida se saltean bien las

espinacas picadas. Se retiran del fuego y se les agregan los huevos duros picados y la

mitad del queso rallado. Se rellenan con esto los canalones escurridos y se colocan en

una fuente de cristal o porcelana

resistente al horno. Se cubren con la bechamel (igual

que las recetas anteriores 260 y 261), se espolvorea la superficie con el resto del queso

rallado y los 30 gr. de mantequilla se colocan en trocitos como avellanas. Se meten a

horno previamente calentado y, cuando tienen una bonita costra dorada (de 15 a 30

minutos), se sirven en la misma fuente, dejando ésta reposar fuera del horno unos

minutos, pues es un plato que guarda mucho el calor.

262.—CANELONES CON UN RESTÓ DE RAGOUT

Salen muy buenos y originales los canalones hechos con un resto de ragout (o carne guisada).

Se pica la carne, las zanahorias y las cebollitas. Con esto se rellenan los canalones. En

una fuente de cristal o porcelana resistente al horno se pone en el fondo salsa del ragout.

Se colocan encima los canalones rellenos. Se vuelve a poner algo de salsa de la carne

por encima. Se hace una bechamel corriente (receta 67). Con ella se cubren los

canalones, se espolvorean con queso gruyere rallado, se ponen trocitos de mantequilla

por encima y se mete la fuente en el horno hasta que esté la bechamel con costra dorada.

Se sirven en su misma fuente.

Verduras, champiñones, setas,

criadillas (de tierra)

VERDURAS

263.—ACEDERAS A LA FRANCESA

Se sirven como adorno con huevos fritos o acompañando la carne, etc.

2 kg. de acederas,

½ litro de leche fría (2 vasos de los de agua),

50 gr. de mantequilla,

2 yemas,

1 cucharada sopera de harina

(colmada),

agua fría,

sal.

Se separan las hojas de acederas del tallo (éste no se utiliza), se lavan muy bien en agua

fría abundante. En una cacerola se ponen de 3 a 4 litros de agua fría con una cucharada

sopera de sal. Se meten las acederas dentro y se ponen a cocer a fuego vivo. Cuando

rompe el hervor, se dejan unos 15

minutos, después de los cuales se escurren muy bien

en un colador grande. Se pican muy menudas.

En una cacerola se pone la mantequilla a derretir y se agrega la harina, dando unas

vuelatas con una cuchara de madera, sin que tome calor, y se añade poco a poco la leche;

se deja dar un hervor a esta bechamel unos 4 minutos, se sala ligeramente, se incorporan

entonces las acederas y se revuelve muy

bien para que no se agarren. Se tapan con

tapadera y, a fuego muy lento, se dejan unos 20 minutos, revolviéndolas de vez en

cuando.

Se ponen en un tazón las 2 yemas y se añade un poco del puré para que no se cuajen. Se

incorpora a las acederas y se remueve todo en el fuego lento. Se rectifica de sal y se

sirven acompañadas de huevos o carne.

264.—ACEDERAS REHOGADAS

2 kg. de acederas,

1½ cucharada sopera de vinagre,

6 cucharadas soperas de aceite,

agua fría,

2 dientes de ajo,

sal.

Se preparan y cuecen como en la receta anterior, pero picándolas algo menos menudas.

En una sartén se pone el aceite a

calentar, se rehogan dentro los 2 dientes de ajo, los

cuales se habrán aplastado ligeramente dando un golpe. Cuando estén dorados, se

retiran y se ponen las acederas a rehogar, dándoles varias vueltas con una cuchara de

madera. Al momento de servir se rocían con el vinagre, separando la sartén del fuego.

Se vuelven a calentar y se colocan en la fuente donde se vayan a servir de adorno.

265.—ACELGAS EN ESCABECHE
(6 personas)

1½ kg. de acelgas,

4 dientes de ajo,

agua fría,

3 hojas de laurel,

5 cucharadas soperas de harina,

3 cucharadas soperas de vinagre,

1 vaso (de los de vino) de agua fría,

2 vasos (de los de vino) de agua fría,

½ litro de aceite (sobraré),

sal.

6 cucharadas soperas de aceite,

Manera de cocer las acelgas

Se pican las acelgas muy menudas y se lavan bien con agua Fría abundante. Se ponen

en una olla con agua fría y sal y se dejan cocer. Cuando rompe el hervor, se dejan unos

30 minutos más o menos (según sean de tiernas) destapadas. Se escurren bien y, si

hiciese falta, en la tabla de la carne se vuelve a picar con la media luna.

Aparte se hace una masa ligera con:

5 cucharadas soperas de harina, el vaso de agua y sal.

Se pone el $\frac{1}{2}$ litro de aceite a calentar en una sartén. Se mezcla la masa con las acelgas

y, con una cuchara sopera, se cogen unos montones de acelgas y se van echando en la

sartén para que se frían unos 3 ó 4 minutos. Se sacan y se dejan escurrir de 4 en 4 y, una

vez escurrido el aceite, se colocan en una fuente honda.

Se prepara entonces el escabeche. En una sartén más pequeña se ponen 6 cucharadas

soperas del aceite que haya sobrado al freír las acelgas. Cuando está caliente se le echan

los dientes de ajo pelados, se dejan dorar ligeramente y se añaden las hojas de laurel

para que doren también. Se retira entonces la sartén del fuego y se incorporan los 2

vasos de agua (con cuidado para que no salte y salpique) y el vinagre. Se vuelve a poner

a la lumbre a que dé un hervor de unos 3 ó 4 minutos. Se sacan entonces los ajos y el

laurel y se vierte el líquido sobre la fuente de acelgas.

Se deja unos 5 minutos antes de servir, para que tomen bien el gusto las acelgas.

Se puede servir este plato en caliente, dejando las acelgas ya fritas a la boca del horno y

vertiendo el líquido bien caliente: o frío,

dejando enfriar las acelgas y preparado el

líquido con antelación.

266.—ACELGAS REHOGADAS (6 personas)

1½ kg. de acelgas (con mucho verde),

1 cucharada sopera de vinagre,

agua fría,

1 cucharada sopera de cebolla muy picada,

8 cucharadas soperas de aceite,

1 diente de ajo,

2 rebanadas de pan frito cortadas en 4 trozos,

sal.

Se cuecen las acelgas como está indicado en la receta 265. Una vez cocidas, se escurren

muy bien. En una sartén se pone el aceite a calentar, se fríe el diente de ajo (pelado y

dado un golpe con el mango de un cuchillo para que dé más sabor). Una vez bien

refrito, se retira y se ponen las acelgas.
En un mortero se machaca muy bien el
pan frito,

se revuelve ya machacado con la
cebolla cruda y muy picada y luego se le
añade el

vinagre. Esto se esparce sobre las
acelgas, se revuelven bien con una
cuchara en la

misma sartén durante unos 5 minutos y
se sirven enseguida.

**267.—ACELGAS REHOGADAS,
CON CUSCURRES DE PAN, JUGO
DE CARNE Y**

VINAGRE (6 personas)

1½ kg. de acelgas (con mucho verde),

1 puñado de cuadraditos de pan frito,

agua fría,

1 cucharada sopera de vinagre,

1 taza de salsa de carne sobrante.

¼ litro de aceite (sobraré),

sal.

Se cuecen las acelgas según está explicado; en la receta 265. Una vez cocidas, se

escurren muy bien.

En una sartén pequeña se pone el aceite a calentar y se fríen los cuadraditos de pan y se

reservan.

Al momento de ir a servir las acelgas, se ponen en una sartén amplia; se rocían con la

salsa de carne, se rehogan bien, moviéndolas con una cuchara de madera. Se mezclan

los cuscurritos de pan y se echa el vinagre por encima, moviendo y calentando todo bien

antes de pasarlas a la fuente donde se servirán.

268.—ACELGAS CON TOMATE (6 personas)

1³/₄ kg. de acelgas,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

agua fría,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

1 kg. de tomates bien maduros,

sal.

1 cebolla mediana (80 gr.).

Se cortan, lavan y cuecen las acelgas (receta 265). Aparte, en una sartén, se hace la salsa

de tomate. Se pone el aceite y, cuando está caliente, se refría la cebolla picada unos 5

minutos; se añaden los tomates lavados, partidos y quitadas las semillas. Se fríe esto

durante unos 20 minutos, machacándolos bien con el canto de una espumadera. Se

agrega el azúcar y la sal. Se echan dentro las acelgas bien escurridas y se

rehoga todo

junto durante unos 5 minutos. Se sirve así en una fuente.

**269.—TALLOS DE ACELGAS
REHOGADOS (para adorno de la
carne)**

**1½ kg. de acelgas (sólo se utilizarán
los tallos),**

2 huevos,

1 plato con harina,

1 litro de aceite (sobrará),

agua y sal.

Se cortan los tallos las las acelgas de unos 3 cm. de largo (se comprarán con tallo ancho

y bien blanco) y se ponen en una cacerola con agua fría abundante y sal. Se dejan cocer

unos 35 minutos más o menos (depende del grueso de los tallos). Se escurren en un

colador.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Cuando está en su punto, se pasa cada tallo

por harina. Se sacude para que caiga el

sobrante y luego se pasa por el huevo batido

como para tortilla y se fríe. Se sirven bien calientes en la fuente donde ya esté la carne.

270.—TALLOS DE ACELGAS AL HORNO CON SALSA ESPAÑOLA (6 personas)

2½ kg. de acelgas (para utilizar sólo los tallos),

1 ramita de perejil,

agua,

1 ramita de tomillo,

6 cucharadas soperas de aceite,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 kg. de tomates bien maduros,

2 vasos (de los de agua) de agua,

1 cebolla grande (150 gr.),

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

¼ kg. de zanahorias,

50 gr. de gruyere rallado,

1 hoja de laurel,

sal y pimienta.

1 diente de ajo.

Se compran unas acelgas de tallo ancho. Se separan los tallos de las hojas (la parte

verde se guardará para hacer un budín de verduras); se pelan bien los costados y se

cortan en trozos de unos 3 cm. de largo. Se ponen a cocer en una olla con agua fría

abundante y sal. Se cuecen más o menos durante 35 minutos (el tiempo depende de la

clase y grosor de los tallos). Una vez cocidos, se ponen en un colador grande para que

escurran bien. Se hace la salsa. En una sartén se pone el aceite a calentar y se añade la

cebolla picada; se deja unos 5 minutos y se agregan las zanahorias, raspadas y cortadas

en rodajas; se dejan unos 10 minutos, dándoles vueltas con una cuchara de madera.

Después se añaden los tomates pelados, cortados en trozos grandes y quitadas las

simientes. Se deja unos 10 minutos y se incorpora el vino blanco, la sal, el laurel, el

tomillo, el azúcar y el ajo y, finalmente, el agua. Se deja cocer a fuego mediano durante

una hora y se pasa por el pasapurés, retirando antes el laurel y el tomillo.

Se coloca la mitad de los tallos en una fuente que vaya al horno y en la mitad de la

cantidad se echan unas cucharadas de salsa. Se coloca el resto de los tallos y encima se

vierte el resto de la salsa y se espolvorea con el queso rallado. Se mete al horno, para

que se dore el queso, durante unos 15 minutos y se sirve en la misma fuente.

271.—TALLOS DE ACELGAS AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (6 personas)

2½ kg. de acelgas (sólo se utilizan los tallos),

4 cucharadas soperas de aceite fino,

2 cucharadas (de las de café) de perejil picado,

30 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de pan rallado,

sal.

Se pelan los costados de los tallos de acelga y se cortan en trozos de unos 4 cm. de

largo. Se ponen en una cacerola bien cubiertos de agua fría y sal y se cuecen durante 35

minutos más o menos (hasta que estén tiernos). Se escurren bien una vez cocidos y se

colocan en una fuente, que vaya al

horno, por capas; entre cada capa se pone un poco de

perejil y un poco de ajo, así como parte del aceite, y se vuelve a cubrir. Encima, una vez

puesto el ajo y perejil sobrantes, se espolvorea con el pan rallado y se pone a trocitos la

mantequilla. Se mete al horno unos 10 ó 15 minutos, y se sirve enseguida.

272.—ALCACHOFAS CON VINAGRETA (6 personas)

12 alcachofas medianas,

1 cucharada sopera de perejil muy picado,

3 cucharadas soperas de buen vinagre,

1 limón (½ entero y ½ en zumo),

9 cucharadas soperas de aceite fino,

agua y sal.

Se les quita a las alcachofas el tallo y las hojas duras externas. Se cortan en dos mitades

a lo largo, se frotran con ½ limón a medida que se van cortando y se echan en agua fría

con zumo de limón.

En una cacerola se pone agua abundante con sal y, cuando hierve, se van echando las

alcachofas. Cuando rompe de nuevo el hervor, se baja el fuego para que sigan cocinando

despacio y se tapa la cacerola con tapadera. Se dejan hasta que estén tiernas (de 30 a 45

minutos, según la clase de alcachofas; se probará arrancándoles una hoja para saber si

están en su punto). Se escurren una vez

cocidas, estrujándolas ligeramente. Se colocan

en una fuente con la parte cortada hacia arriba. Se hace en un tazón la vinagreta,

disolviendo primero la sal con el vinagre y añadiéndole luego el aceite. Se bate bien y

con una cuchara se rocían las alcachofas. Después se espolvorean con el perejil y se

sirven.

273.—ALCACHOFAS EN SALSA (6 personas)

½ a 2 kg. de alcachofas pequeñas y tiernas,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

2 cucharadas soperas colmadas de pan rallado,

2 dientes de ajo muy picados,

2 cucharadas soperas de aceite,

1 limón,

agua, sal.

Se quitan a las alcachofas sus hojas externas que son duras. Se les cortan las

puntas de

las hojas, se frotan bien con $\frac{1}{2}$ limón (para que no se pongan oscuras) y se cortan en dos

o en cuatro a lo largo. Se echan en agua fresca con unas gotas de zumo de limón, reservando una raja para el guiso.

Cuando están todas las alcachofas preparadas, se escurren y se ponen en un cazo, que

debe ser alto y más bien estrecho. Se les añade la rodaja de limón, el pan rallado espolvoreado, el aceite, el perejil y los

ajos muy picados. Se cubren de agua fría (la

justa) y se añade la sal, revolviendo todo bien con una cuchara de madera.

Se ponen a fuego más bien vivo hasta que rompe el hervor. Se tapa el cazo y se dejan a

fuego mediano durante unos 45 minutos, (este tiempo depende de la clase de las

alcachofas). Se prueba una hoja para asegurarse de que están cocidas. Se sirven en una

fuentes honda con su salsa.

Nota.-Este plato se puede preparar de antemano y recalentarse.

274.—ALCACHOFAS REBOZADAS Y EN SALSA (6 personas)

2 alcachofas medianas por persona (12 piezas), 2 cebollas medianas (150 gr.) muy picadas,

agua,

$\frac{3}{4}$ de litro de caldo de cocer las alcachofas,

100 gr. de jamón serrano muy picado,

harina para rebozar,

1 cucharada sopera de harina rasada,

**½ litro de aceite para freír las
alcachofas**

3 cucharadas soperas de aceite,

(sobrará),

1 limón,

sal.

Se preparan las alcachofas cortando los rabos, quitándoles las hojas exteriores, que

suelen ser duras, y cortando las puntas de las demás. Se frotran con ½ limón

rápidamente

y se lavan bien en agua fría con un chorro de zumo de limón. Se pone en una cacerola

agua suficiente para que cubra las alcachofas y sal. Cuando rompe a hervir, se sumergen

las alcachofas y se cuecen unos 45 minutos (depende de lo tiernas que estén),

tapándolas con una tapadera. Se verá si están tiernas arrancando una hoja y probándola.

Cuando están cocidas, se escurren,

poniéndolas boca abajo y apretando con mucho

cuidado. Una vez escurridas, se parten en dos a lo largo.

Se pasan rápidamente por harina y se sacuden para que caiga la sobrante; se fríen en una

sartén; una vez fritas se van colocando en una fuente de cristal o de porcelana resistente

al fuego.

Se prepara la salsa. En una sartén se ponen 3 cucharadas soperas de aceite; cuando está

caliente se añade la cebolla muy picada, hasta que tome un color un poco dorado (unos

8 minutos). Se agrega entonces la harina y se dan unas vueltas con las varillas y, por fin,

los $\frac{3}{4}$ de litro del agua de cocer las alcachofas, fría o templada. Se cuece esta bechamel

clarita por espacio de unos 5 minutos. Se incorpora el jamón serrano muy picado. Se

rectifica de sal si hace falta y se vierte por encima de las alcachofas. Se pone la fuente

en el fuego y, cuando rompe a hervir, se baja y se dejan cocer lentamente de 10 a 15

minutos. Se sirven en su misma fuente.

**275.—ALCACHOFAS AL HORNO
(6 personas)**

2 alcachofas medianas por persona,

4 cucharadas soperas de vino blanco,

pan rallado,

1 limón ($\frac{1}{2}$ entero y $\frac{1}{2}$ en zumo),

aceite fino,

agua,

**2 cucharadas (de las de café) de
perejil muy**

sal.

**picado, 30 gr. de manteca de cerdo
(facultativo)**

,

Se quita a las alcachofas el tallo y las
hojas duras externas, se parten en dos
mitades a lo

largo, se frotan con $\frac{1}{2}$ limón a medida
que se van cortando y se van echando en
agua

fría con el zumo del otro ½ limón.

En una cacerola se pone agua abundante con sal y, cuando empieza a hervir, se echan

las alcachofas dentro. Se cubre la cacerola con tapadera y cuando rompe el hervor se

baja el fuego y se dejan hervir hasta que estén tiernas. Para saber cuándo están se prueba

una hoja arrancándola, pues si son tiernas se cuecen enseguida (unos 30 minutos) y si

son más duras pueden tardar casi una

hora.

En la fuente de cristal o porcelana (resistente al fuego) se pone el vino blanco y la

manteca de cerdo en 3 trocitos. Una vez cocidas las alcachofas, se sacan del agua y se

van colocando en la fuente tal y como salen de caldosas. Se pone en cada alcachofa un

poco de aceite, un poco de perejil y se espolvorean ligeramente con pan rallado. Se

meten a horno mediano unos 30 minutos

y se sirven, enseguida en su misma fuente.

**276.—ALCACHOFAS RELLENAS
DE JAMÓN SERRANO (6 personas)**

12 alcachofas medianas,

**1 pastilla de caldo (Avecrem, Starlux,
etc., de**

150 gr. de jamón serrano,

pollo),

1 cucharada sopera de vino blanco,

1 cucharada sopera de perejil picado,

2½ cucharadas soperas de pan rallado,

1 limón,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 diente de ajo (facultativo),

agua, sal.

A las alcachofas se les quitan los tallos de manera que queden planas, para que no se

caigan al guisarlas y servir las. Se les quitan las hojas externas más duras, se cortan con

un cuchillo las hojas a media altura y

después se abren las hojas del centro
(del

corazón). Se vacían con la punta del
cuchillo. Se frotran las alcachofas con $\frac{1}{2}$
limón

(para que no se pongan negras) y se van
echando en un recipiente con agua fría y
el

zumo de $\frac{1}{2}$ limón. Una vez preparadas,
se pica muy menudo el jamón, se mezcla
con el

pan rallado ($1\frac{1}{2}$ cucharadas soperas), el
vino blanco, el perejil y el diente de ajo
pelado

y picado muy menudo. Se escurren las alcachofas y se van rellinando con la mezcla del

jamón y demás ingredientes.

Se ponen bien asentadas en una cacerola de forma que no se caigan. Se vierte agua fría

hasta que queden cubiertas. Se machaca la pastilla de caldo y se deshace con un poco de

agua, y también se echa por encima de las alcachofas. Se rocían con una cucharada

sopera de pan rallado y el aceite.

Se ponen al fuego tapadas y, cuando rompen a hervir, se baja éste para que se cuezan

despacio. Cuando llevan $\frac{1}{2}$ hora cociendo, se prueba la salsa de sal y, si hiciese falta, se

añadirá un poco (el jamón y la pastilla salan bastante). Cuando el líquido está

consumido (no quedando más que la salsa necesaria para servir las), están en su punto

(una hora más o menos). Se sirven en una fuente con un poco de salsa en el fondo de la

misma.

**277.—ALCACHOFAS AL HORNO
CON JAMÓN Y BECHAMEL (6
personas)**

12 alcachofas medianas,

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

150 gr. de jamón de York,

60 gr. de queso rallado,

½ litro de leche,

1 limón,

25 gr. de mantequilla,

agua y sal.

2 cucharadas soperas de aceite fino,

Se quitan las hojas externas mas duras y se cortan las puntas de las alcachofas; se parten

en dos a lo largo, se les quita el corazón estropajoso y se frotran con $\frac{1}{2}$ limón. A medida

que están preparadas se echan en una cacerola con agua fría abundante y el zumo de $\frac{1}{2}$

limón. Una vez preparadas todas las

alcachofas, se echan en una cacerola con agua

hirviendo, una corteza de limón y sal. Se tapa y se cuecen entre 30 minutos y una hora

(según sean de duras). Se prueba una hoja para saber cuándo están tiernas. Se escurren

bien. Se pica el jamón de York. Se colocan las alcachofas, en una fuente resistente al

horno, con la parte cortada hacia arriba. Se rellenan con el jamón de York picado. En

una sartén se pone la mantequilla y el aceite a calentar; cuando la mantequilla está

líquida se le añade la harina. Se revuelve y, poco a poco, se añade la leche fría sin dejar

de dar vueltas con una cuchara o unas varillas. Se cuece esta bechamel unos 6 minutos.

Se sala y se vierte encima de las alcachofas, cubriéndolas bien. Se espolvorean con el

queso rallado y se meten al horno a gratinar durante unos 15 a 20 minutos. Cuando

están bien doradas se sirven en la misma fuente.

**278.—FONDOS DE ALCACHOFAS
CON FOIE-GRAS Y BECHAMEL (6
personas)**

12 alcachofas muy grandes y tiernas,

$\frac{3}{4}$ de litro de leche fría,

**1 lata de foie-gras de 200 gr. de buena
clase,**

**2 cucharadas soperas colmadas de
harina,**

25 gr. de mantequilla,

60 gr. de gruyere rallado,

2 cucharadas soperas de aceite fino.

agua,

½ limón,

sal.

Se quitan las hojas duras de fuera y se cortan las demás muy a ras del fondo (éstos se

escogerán lo mayores posible). Se frotan con limón y se echan en agua fría.

En un cazo se pone agua abundante a cocer con sal; cuando hierve se echan

los fondos

de alcachofas y se cuecen durante unos 25 minutos (no deben de estar muy cocidas,

pues terminarán de hacerse en el horno). Se sacan del agua, se ponen boca abajo para

que escurran bien. Una vez escurridas, con cuidado, se arranca la parte estropajosa, si la

tuviesen, y se rellenan estos fondos con foie-gras abundante y se van colocando boca

arriba en una fuente de cristal o

porcelana resistente al horno. En una sartén se pone la

mantequilla y el aceite a derretir; se les añade la harina, se le da unas vueltas y poco a

poco la leche fría, moviendo constantemente con unas varillas. Se echa sal y se deja

cocer unos 10 minutos. Se vierte esta bechamel sobre las alcachofas. Se rocían con

queso rallado y se meten a gratinar al horno mediano. Cuando tienen un bonito color, se

sirven en la misma fuente.

279.—ALCACHOFAS REHOGADAS
(6 personas)

1½ a 2 kg. de alcachofas pequeñas y tiernas,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 limón,

1 cucharada sopera de perejil picado,

150 gr. de jamón serrano veteadado,

agua, sal.

30 gr. de manteca de cerdo

(facultativo) ,

Se lavan y preparan las alcachofas como va explicado para alcachofas a la vinagreta

(receta 272). Una vez cocidas, se escurren bien.

En una sartén se pone la manteca y el aceite a calentar (si no se quiere poner manteca,

se pondrá más cantidad de aceite). Cuando está derretida la manteca en el aceite, se echa

el jamón picado en cuadraditos pequeños. Se echan las alcachofas y se

saltean un ratito

hasta que todas estén bien envueltas en la grasa (unos 10 minutos); se espolvorean con

el perejil y se sirven en una fuente, recién rehogadas.

**280.—ALCACHOFAS REBOZADAS
(6 personas)**

12 alcachofas más bien pequeñas,

1 litro de aceite (sobrará),

2 ó 3 huevos,

1 limón ($\frac{1}{2}$ entero y $\frac{1}{2}$ en zumo),

harina en un plato,

agua y sal.

Se cuecen y preparan las alcachofas como en la receta 272, cortándolas en cuatro si son

grandes y en dos si son más pequeñas. Se escurren bien, estrujándolas un poco con la

mano, de una en una, al ir a pasarlas por la harina.

Se pasan por harina y luego por huevo batido, como para tortilla. Se fríen en aceite

abundante (probando éste con una rebanadita de pan para que esté en su punto). Se

escurren bien y se sirven enseguida solas o como adorno de carne.

281.—APIO CON BECHAMEL (6 personas)

6 matas de apio blanco pequeñas,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

3 grandes (que se partirán en dos),

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

agua,

60 gr. de queso rallado (gruyere o parmesano),

3 cucharadas soperas de harina,

sal.

40 gr. de mantequilla,

Se cortan los apios de una longitud aproximada de 15 cm. Se quitan los tallos exteriores

y verdosos, se pelan bien y se lavan, en agua fría abundante.

En una cacerola se pone agua abundante con sal y, cuando hierve a borbotones, se

meten los cogollos de apio. Se tapa la cacerola con tapadera y se dejan cocer unos 10

minutos. Se sacan entonces con cuidado con una espumadera y se dejan escurrir

muy

bien.

En una sartén se pone el aceite y la mantequilla a derretir, se le añade la harina y, poco a

poco, la leche fría dando vueltas con unas varillas. Se deja que dé un hervor (3 a 4

minutos) y se sala. Se colocan los apios en una fuente de cristal o porcelana resistente al

fuego y se cubren con la bechamel. Se espolvorea el queso rallado. Se meten a un horno

mediano hasta que se dore la bechamel (más o menos 20 minutos). Se sirven en su

misma fuente.

282.—APIO EN SU JUGO (6 personas)

6 matas de apio pequeñas o 3 grandes (que se

½ cucharadita (de las de moka) de extracto de

partirán en dos).

carne (Mandarín, Liebig, Maggi, etcétera) ,

3 lonchitas finas de tocino veteadado,

1 cucharada sopera de aceite,

1 cebolla pequeña (60 gr.),

1 cucharada sopera rasada de harina,

2 zanahorias medianas,

agua,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

sal.

1 vaso (de los de agua) de agua,

Se procede a preparar las matas de apio

como en la receta 281. Se escurren bien.
En una

cacerola amplia, para que después de
hacer la salsa y al poner los apios no
tropiecen

mucho, se ponen las lonchitas de tocino,
el aceite se calienta suavemente y se
añade la

cebolla pelada y cortada en rodajas, así
como las zanahorias y la harina. Se dan
unas

vuelatas con una cuchara de madera para
que la cebolla y la harina se tuesten un
poco, y

se pone encima el apio. Se rocía con el vino blanco y el agua, se tapan con tapadera y, a

fuego lento, se dejan de 1 a 1 ½ horas. Cuando están tiernos los apios, se sacan con una

espumadera cuidadosamente y se colocan en la fuente donde se vayan a servir (ésta

estará a la boca del homo para que no se enfríen). Se pasará la salsa por el pasapurés y

se agrega el concentrado de tomate y el extracto de carne, y, si hiciese falta, algo más de

agua. Se da un hervor a la salsa y con ella se cubren los cogollos de apio y se sirven

enseguida.

**283.—APIO CON MANTEQUILLA
Y QUESO RALLADO (6 personas)**

**6 matas de apio blanco pequeñas, o 3
grandes 150 gr. de mantequilla,**

(que se partirán en dos),

100 gr. de queso gruyere rallado,

agua.

sal.

Se cortan los apios de una longitud aproximada de 15 cm. Se quitan los tallos exteriores

y verdosos, se pelan bien y se lavan.

En una cacerola se pone agua abundante a hervir con sal; cuando hierve a borbotones se

sumergen los apios, se tapa con tapadera y, cuando rompe de nuevo el hervor, se baja el

fuego y se dejan cocer de 1 a 1½2 horas, según sean de duros. Cuando están tiernos se

escurren muy bien, con mucho cuidado y

se colocan en una fuente resistente al
horno

(cristal, porcelana, etc.), poniéndoles la
mantequilla en trozos y
espolvoreándolos con el

queso rallado. Se meten al horno para
que el queso se dore y cuando tiene un
bonito

color se sirven en su misma fuente.

**284.—PREPARACIÓN DEL APIO
CRUDO PARA MEZCLAR CON
ESCAROLA EN
ENSALADA**

Es buenísimo como sabor mezclar a la escarola y también a la lechuga, una vez

preparada la ensalada, unos tallos muy blancos y tiernos de apio, cortados de unos 3 cm.

de largo y partidos no hasta el final en unos 3 trozos; forman como una pequeña flor que

da un gusto riquísimo a la ensalada.

Claro está que se lavarán en agua fresca antes de

incorporarlos a la ensalada.

285.—BERENJENAS AL AJO (6 personas)

6 berenjenas medianas,

3 dientes de ajo muy picaditos,

12 cucharadas soperas de aceite,

pan rallado,

**2 cucharadas soperas de perejil
picado.**

sal.

Se lavan las berenjenas sin pelarlas y se les quita el rabo. Se parten por la mitad a lo

largo. Se salan ligeramente y se dejan boca abajo una hora más o menos en un

colador

grande para que suelten su agua.

En una sartén amplia se ponen 9 cucharadas soperas de aceite a calentar; se ponen las

berenjenas boca abajo (la carne tocando la sartén), sin que monten unas encima de otras

y se hacen a fuego mediano, más bien lento, durante una ½ hora. Cuando están tiernas

se colocan boca arriba en una besuguera, bien colocadas unas al lado de otras. Se

espolvorean con el ajo y el perejil mezclado y después con un poco de pan rallado. Se

rocían con el resto del aceite y se meten al horno para que gratinen, hasta que estén

doradas (unos 20 minutos). Se sirven en la misma fuente.

286.—BERENJENAS EN SALSA AL GRATEN (6 personas)

7 berenjenas más bien grandes,

2 cucharadas soperas de harina,

½ litro de aceite (sobrará),

25 gr. de mantequilla,

4 vasos (de los de agua) de agua caliente,

1 cucharada sopera de aceite fino,

2 pastillas de caldo de pollo (Avecrem),

50 gr. de queso gruyere rallado,

sal.

Se pelan las berenjenas y se cortan en rodajas a lo ancho, de $\frac{1}{2}$ cm. de grosor.

Se van

poniendo en una fuente honda o una

ensaladera (de cristal o loza),
echándoles un poco

de sal a cada capa. Se tiene así por
espacio de una hora, moviéndolas de
vez en cuando

para que vayan soltando su agua. Pasado
este tiempo, en una sartén grande se
pone el

aceite a calentar. Cuando está en su
punto (se prueba con una rebanadita de
pan), se van

friendo las berenjenas por tandas para
que queden cocidas por dentro y
doradas por

fuera. Se sacan y se escurren en un colador grande. En otra sartén se pone la mantequilla

y la cucharada sopera de aceite a calentar. Mientras tanto se disuelven las pastillas de

caldo en el agua. Se añade la harina a las grasas calientes de la sartén, se dan vueltas

rápidas con unas varillas o una cuchara de madera, y, poco a poco, se va echando el

caldo. Se cuece unos 8 minutos esta bechamel. No se sala, puesto que las pastillas

llevan su sal.

Se pone la mitad de las berenjenas en una fuente honda de porcelana, barro o cristal

resistente al fuego. Se cubre con un poco de bechamel, se ponen las berenjenas que han

quedado y se cubren bien con el resto de la salsa. Se espolvorea el queso rallado y se

mete la fuente en el horno previamente caliente para que gratinen, durante unos 15

minutos. Cuando se haya formado una

capa dorada, se sirven en su misma fuente.

**287.—BERENJENAS RELLENAS
CON CHAMPIÑÓN Y BECHAMEL
(6 personas)**

6 berenjenas medianas,

¼ litro de leche fría,

5 cucharadas soperas de aceite,

75 gr. de queso gruyere rallado,

30 gr. de mantequilla,

zumo de 1 limón,

200 gr. de champiñones,

1 yema de huevo,

1 cebolla mediana (80 gr.),

sal.

**1 cucharada sopera de harina
(colmadita},**

Se cortan a lo largo las berenjenas sin pelarlas. Se les quita la simiente y con cuidado se

les quita la carne del centro. Esta carne se pica en cuadraditos, se sala, así como las

berenjenas enteras.

Mientras sueltan su agua, se preparan los champiñones. Se lavan bien y se pican. Se

pone en un cazo la mitad o un poco más de la mantequilla, unas gotas de limón y sal. Se

cuecen a fuego lento durante unos 10 minutos.

Se ponen las medias berenjenas en una fuente con un chorrito de aceite en cada una y se

meten a horno mediano boca arriba. En una cacerola o en una sartén se pone el

resto del

aceite y la mantequilla a calentar. Se echa la cebolla pelada y picada menuda; cuando se

pone transparente, se le añaden los cuadraditos de berenjena. Se rehogan bien,

moviéndolos con una cuchara de madera. A los 10 minutos se les agrega el champiñón,

se espolvorea con la harina y se añade poco a poco la leche fría para formar una

bechamel. Se deja cocer a fuego lento

unos 10 minutos (si hace falta se puede añadir

algo más de leche). En un tazón se pone el resto del zumo del limón y la yema, se deslíe

con algo de bechamel para que no se cuaje y se añade a lo de la cacerola.

Se revuelve todo junto y se rellena con esto las medias berenjenas. Se espolvorean con

el queso rallado, se vuelven a meter una vez rellenas en el horno y, cuando están gratinadas, se sirven en su misma fuente.

**288.—BERENJENAS CON JAMÓN
Y BECHAMEL (6 personas)**

**6 berenjenas grandes (moradas con
preferencia),**

1 cucharada sopera de aceite fino,

100 gr. de jamón serrano veteado,

25 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de harina,

pan rallado,

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

50 gr. de mantequilla (más o menos),

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se cortan las berenjenas a lo largo y con un cuchillo se les quita la carne de dentro.

En una sartén se pone el litro de aceite a calentar y se fríen las cáscaras vacías de las

berenjenas. Aparte se pica el jamón y la carne de las berenjenas. Se mezclan y, en la

misma sartén casi vacía del aceite de freír, se le dan unas vueltas a este picadito. Aparte

se hace un poco de bechamel espesa. En un cazo se derrite la mantequilla (los 25 gr.)

con la cucharada de aceite; cuando está caliente se añade la harina, se revuelve y se

agrega poco a poco la leche fría; se mueve bien, se echa sal y se cuece la bechamel unos

8 ó 10 minutos. Se mezcla con el picadito y con esto se rellenan las cáscaras de las

berenjenas. Se ponen éstas en una fuente resistente al horno. Se espolvorean con un

poco de pan rallado y se ponen como unas avellanas de mantequilla; se meten al horno

hasta que estén doradas y se sirven en la misma fuente.

Nota.-La bechamel puede hacerse también con la mitad de leche y la mitad de caldo

(agua con una pastilla) y resulta así más ligera.

289.—BERENJENAS RELLENAS DE ARROZ (6 personas)

6 berenjenas medianas,

Salsa de tomate:

6 cucharadas soperas de aceite,

½ kg. de tomates muy maduros,

6 cucharadas soperas de arroz,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

agua,

2 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de pan rallado,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

50 gr. de mantequilla,

sal.

sal,

Se hace la salsa de tomate muy concentrada, como está explicada en la receta 63.

Se lavan las berenjenas sin pelarlas, se parten en dos a lo largo y se les da un par de

tajos profundos, se salan ligeramente y se ponen en una fuente resistente al horno

(cristal o porcelana, etcétera). Se rocían

con el aceite y se meten a horno mediano para

que se asen.

Mientras se asan las berenjenas, se hace el arroz blanco. En un cazo se pone agua

abundante a cocer. Cuando rompe el hervor, se echa el arroz y se deja cocer de 12 a 15

minutos (según la clase de arroz). Se escurre en un colador grande y se refresca al grifo

de agua fría. Una vez bien escurrido se sala salteándolo en el mismo colador.

Cuando la carne de las berenjenas está blanda se retiran del horno, y, una vez templadas,

con una cuchara se vacía la carne, quitándole las simientes, y se pica. Esta se mezcla

con el arroz blanco y la salsa de tomate. Se vuelven a rellenar las medias berenjenas. Se

espolvorean con un poco de pan rallado y se pone encima de cada una dos trocitos de

mantequilla. Se meten otra vez al horno a gratinar unos 25 minutos, más o menos. Se

sirven en la misma fuente.

290.—BERENJENAS RELLENAS DE CARNE (6 personas)

6 berenjenas medianas,

2 dientes de ajo picado,

**200 gr. de carne picada (o un resto de
carne, o**

1 ramita de perejil picado,

150 gr. de jamón serrano),

1 huevo,

4 cucharadas soperas rasadas de pan

rallado,

12 cucharadas soperas de aceite fino,

sal.

Se lavan las berenjenas y, sin pelarlas, se parten en dos a lo largo. Se ponen en una

besuguera al horno para gratinar, ligeramente saladas y dándoles un par de tajos

profundos y rociadas con $\frac{1}{2}$ cucharada soperas de aceite. Cuando se ve que están

blandas, se sacan. Con una cucharita se vacían con cuidado y se pica toda la

carne de las

berenjenas. Se pone en una ensaladera con la carne picada, el huevo batido como para

tortilla, 2 cucharadas de pan rallado, el ajo muy picado, el perejil y sal. Se mezcla todo

muy bien y se vuelven a rellenar las berenjenas. Se colocan así preparadas en una fuente

para horno, se espolvorean con un poco de pan rallado y se rocían con una cucharada de

aceite y se meten o horno mediano

durante 45 minutos, y, luego, a gratinar a fuego más

vivo durante otros 10 minutos. Se sirven en la misma fuente.

291.—TORTILLITAS DE BERENJENAS (6 personas)

6 huevos,

Salsa de tomate:

3 berenjenas medianas,

1 kg. de tomates maduros,

1 cebolla mediana (60 gr.),

3 cucharadas soperas de aceite,

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

**4 cucharadas soperas de aceite,
sal.**

½ litro de leche fría,

75 gr. de queso gruyere rallado,

1 vaso de aceite (sobraré),

sal.

Salsa de tomate:

Se hace la salsa de tomate (receta 63) y se reserva. Se pelan y pasan por la «moulinette»

o la máquina de picar carne las berenjenas.

En una sartén se ponen las 4 cucharadas soperas de aceite a calentar y se les añade la

cebolla muy picada y el picadito de berenjenas. Se refría todo muy bien; cuando está

bien frito (unos 10 minutos) se le añade la harina y, después de darle unas

vueltas, la

leche, dejándolo cocer unos 10 minutos. Se sala y se reserva.

En una sartén se pone un poco de aceite a calentar. En un plato se bate 1 huevo como

para tortilla, con un poco de sal. Se vierte la mitad del huevo en la sartén y, cuando se

ve que se está cuajando, se pone el relleno dentro y se forma una tortillita. Se coloca en

una fuente resistente al horno. Se van haciendo así todas las tortillitas. Se

cubren

entonces con salsa de tomate, se espolvorean con el queso rallado y se meten al horno a

gratinar. Cuando están gratinadas, se sirven en su fuente.

Nota.-Se pueden cubrir de bechamel, hecha con leche o con mitad leche y mitad caldo,

en vez de salsa de tomate, si se prefiere.

292.—BERENJENAS COCIDAS CON TOMATE (6 personas)

2 kg. de berenjenas (6 medianas ó 4

grandes),

aceite (12 cucharadas soperas),

1½ g. de tomates bien maduros,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

2 cebollas grandes {400 gr.},

agua fría,

1 vaso (de los de agua) de

sal.

En un cazo de agua fría con sal se van echando las berenjenas peladas y

cortadas en

trozos (cuadrados) grandecitos. Se cuecen unos 20 minutos y se ponen en un colador

grande a escurrir. En una sartén se pone el aceite a calentar y se echa la cebolla muy

picada. Cuando esté bien dorada (unos 15 minutos), se añaden los tomates cortados en

trozos y quitadas las simientes. Con el canto de una espumadera se machaca bien y se

deja cocer unos 10 minutos a fuego

mediano. Se pasa por el pasapurés esta salsa,

añadiéndole entonces el azúcar y moviendo bien. Se vuelve a poner en una cacerola y se

agregan las berenjenas bien escurridas. Se sala, se deja cocer a fuego lento unos 10

minutos y se sirve en fuente.

293.—BERENJENAS GRATINADAS CON TOMATE (6 personas)

2 kg. de berenjenas (6 medianas ó 4 grandes),

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

75 gr. de queso gruyere rallado,

1 cebolla grande (100 gr.),

½ litro de aceite,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

1 kg. de tomates bien maduros,

sal.

3 cucharadas soperas de aceite,

Se pelan las berenjenas y se cortan a lo largo en lonchas finas. Se ponen en un

colador

grande espolvoreándolas con sal, durante una hora más o menos, para que suelten su

agua. Mientras tanto, se hace la salsa de tomate clásica (receta 63), agregándole, una vez

pasada la salsa, el pellizco de hierbas aromáticas.

Se secan las berenjenas con un paño limpio y se van friendo por tandas con el $\frac{1}{2}$ litro de

aceite caliente hasta que estén bien doradas. A medida que están fritas se

van

escurriendo en un colador. Cuando todas las berenjenas están fritas, se ponen en una

fuelle resistente al horno (cristal, barro o porcelana) por capas y cada capa se recubre

con un poco de salsa de tomate. Se espolvorea por fin con el queso rallado, se mete a

gratinar a horno más bien caliente y, cuando están gratinadas, se sirven en su fuente.

294.—BERENJENAS ESTILO

SETAS Para adornar una fuente de carne.

$\frac{3}{4}$ kg. de berenjenas (jaspeadas, pues no suelen

1 cucharada sopera de perejil picado, tener simiente) ,

2 vasos (de los de agua) de aceite,

1 diente de ajo picado,

sal.

Si son para plato de verduras, se calculará $2\frac{1}{2}$ kg. de berenjenas para 6 personas.

Se pelan las berenjenas (hay quien no las pela y también resultan bien), se cortan en

rodajas de 1 dedo de gruesas (2 cm.), se espolvorean con sal y se dejan durante una hora

más o menos para que suelten su agua.

En una o dos sartenes se pone el aceite a calentar (no mucho) y se ponen las berenjenas

de manera que queden holgadas de sitio. Se cubre la sartén con una tapadera y se deja a

fuego lento durante 20 minutos, más o

menos. Cuando las berenjenas están hechas y

blandas, se escurre casi todo el aceite, no dejando más que muy poco para que no se

peguen.

Se espolvorean con el ajo, el perejil picado y un poco de sal, se ponen a fuego más vivo

y se saltean, moviendo la sartén por el mango. Se sirven enseguida adornando la carne.

295.—BERENJENAS FRITAS DE ADORNO (6 personas)

$\frac{3}{4}$ kg. de berenjenas Jaspeadas (son mejores

1 plato con harina,

porque no tienen pepitas),

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se pelan las berenjenas y se cortan muy finas a lo largo. Se espolvorean de sal y se

dejan una hora más o menos para que suelten su agua.

Pasado este tiempo, se secan con un

pañó limpio. Se pasan por harina,
sacudiendo cada

trozo para que sólo se quede la harina
necesaria, y se fríen en aceite bien
caliente, hasta

que estén doradas.

Esto se debe hacer por tandas y en el
último momento, para que las berenjenas
queden

muy curruscantes.

Sí hiciese falta, una vez fritas, se
espolvorearán las berenjenas con un
poco de sal fina.

296.—BERROS EN ENSALADA

Se les quitan los tallos largos, se lavan muy bien y se aliñan como una ensalada corriente.

297.—ENSALADA FANTASÍA

Se mezcla patata cocida (con su piel), pelada y cortada en rodajas, manzanas, peladas,

quitados los centros y cortadas en trocitos, y berros; todo esto mezclado con mayonesa.

298.—BERROS PARA ADORNO

Se quitan los tallos más largos, se atan por ramilletes, se lavan muy bien y se ponen así,

bien escurridos de agua, de adorno para carne o pescado.

299.—CALABACINES FRITOS (6 personas)

Para adorno

$\frac{3}{4}$ kg. de calabacines,

sal,

3 cucharadas soperas de harina,

aceite abundante para freír (1 litro

más o

**1 vaso (de los de agua) de cerveza,
menos).**

En una ensaladera se pone la harina y se vierte poco a poco la cerveza, dando vueltas

con una cuchara de madera. Debe quedar como unas natillas espesas. Se sala

ligeramente y se deja en reposo ½ hora.

Mientras tanto, se pelan y cortan en rodajas finas los calabacines. Se sumergen en la

masa, rodaja por rodaja, y se fríen en aceite abundante. Se sacan y se dejan escurrir en

un colador; se sirven enseguida.

300.—CALABACINES REBOZADOS Y FRITOS (6 personas)

**1½ kg. de calabacines más bien
grandes (esta**

harina en un plato,

**cantidad es para un plato de
verduras).**

1 litro de aceite (sobraré),

Para adorno sólo basta con ½ kg.

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

4 huevos,

sal.

Se pelan los calabacines y se cortan en rodajas finas. Se espolvorean con sal y se dejan

así por lo menos una hora. En una sartén se pone a calentar el aceite, cuando se vayan a

hacer. Se escurren bien rodaja por rodaja los calabacines y se pasan

primero de uno en

uno por harina, sacudiendo bien para que no quede más que la precisa, y después por un

plato donde se irán batiendo los huevos enteros como para tortilla, y se fríen por tandas.

Se espolvorean con un poco de perejil picado y se sirven enseguida.

301.—CALABACINES FRITOS Y BACON (6 personas)

1¼ kg. de calabacines (4 medianos) ,

1 cebolla grande (125 gr.) muy picada,

6 lonchas finas de bacon,

1 plato con harina,

5 cucharadas soperas de aceite frito,

2 dientes de ajo,

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se pelan los calabacines y se cortan en rodajas de $\frac{1}{2}$ cm. de grosor, se espolvorean con

sal, Se pone el aceite a calentar en una sartén. Cuando está en su punto (para saberlo se

fríe una rebanadita de pan) se pasan las rodajas de una en una por harina y se fríen. Se

van colocando en una fuente redonda resistente al horno, formando un caracol. Una vez

fritos todos los calabacines, en el mismo aceite se fríe el bacon. Se reserva todo al calor

(en el horno templado). Se cuela el aceite y se vuelven a poner en la sartén las 5

cucharadas soperas, se calientan y se echa la cebolla muy picada, así como los dientes

de ajo pelados y también muy picaditos. Se refrién de 5 a 6 minutos, hasta que, estando

la cebolla transparente, se empieza a dorar. Se echa esto por encima de los calabacines.

Se coloca el bacon por encima, se mete al horno bien caliente unos 4 minutos, y se sirve

en la misma fuente.

302.—CALABACINES AL HORNO (6 personas)

6 calabacines medianos,

2 dientes de ajo muy picados,

9 cucharadas soperas de aceite frito,

6 cucharadas soperas de pan rallado,

1 cucharada sopera de perejil muy picado,

sal.

Se les quita el rabo a los calabacines y se pelan. Se parten por la mitad a lo largo. Se

ponen 3 cucharadas soperas de aceite en una fuente resistente al horno (duraalex,

porcelana o barro). Se ponen los

calabacines con la parte curva tocando el fondo de la

fuelle, se salan y se rocían con las 6 cucharadas soperas de aceite. Se meten a horno

mediano, rociándolos de vez en cuando con el aceite y su propio jugo. Cuando están

blancos y empiezan a dorarse ligeramente, se saca la fuente a la puerta del horno y se

espolvorean los calabacines con pan rallado, ajo y perejil picado. Se les echa el juguito

que está en el fondo de la fuente y un poco más de aceite si se ve que hace falta. Se

vuelve a meter la fuente en el horno hasta que los calabacines estén bien gratinados y se

sirven en su misma fuente.

303.—PISTO DE CALABACÍN (6 personas)

2 kg. de calabacines,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

2 cebollas grandes (250 gr.),

**2 pimientos verdes medianos
(facultativo),**

1 kg. de tomates maduros,

sal.

5 cucharadas soperas de aceite.

En una sartén se ponen 3 cucharadas soperas de aceite a calentar, se añaden las cebollas

peladas y picadas, dándole unas vueltas con una cuchara de madera, hasta que la cebolla

se ponga transparente (5 minutos más o menos). Se pelan y cortan los

calabacines en

cuadraditos, quitándoles las simientes, y se agregan a la cebolla, dándoles unas vueltas

para que queden sofritos. Aparte se hace la salsa de tomate: en una sartén se ponen 2

cucharadas soperas de aceite a calentar, se les agregan los tomates pelados y cortados en

trozos. Se machacan mucho con el canto de una espumadera. Se dejan unos 10 minutos

y se pasa el tomate por el pasapurés. Se

le añade la sal y el azúcar y se echa sobre el

calabacín, moviendo todo muy bien, y se deja unos 25 minutos, más o menos, para que

se termine de cocer. Si hace falta se añade agua.

Si se quieren añadir pimientos verdes, se lavan, se les quita el rabo y la simiente y se

cortan en cuadraditos. En una sartén pequeña se ponen 2 cucharadas soperas de aceite a

calentar y se añaden los pimientos. Se

cubre la sartén con tapadera y, a fuego lento, se

van haciendo durante unos 25 minutos más o menos, moviendo de vez en cuando la

sartén para que no se agarren. Se añaden un poco antes de servir el pisto, para que den

un hervor con el resto de las verduras. Se sirve en una fuente honda.

Este plato se puede preparar con anticipación y se recalienta. Hay quien pasa el pisto

por el pasapurés una vez hecho y en el

momento de servir le añade 3 huevos batidos

como para tortilla, le dan unas vueltas y se sirve adornado con unos triángulos de pan de

molde fritos.

304.—PISTO DE CALABACÍN CON PATATAS (6 personas)

5 cucharadas soperas de aceite,

1 huevo,

2 cebollas grandes $\frac{1}{4}$ kg.),

$\frac{1}{4}$ litro de aceite (sobrará),

1 kg. de tomates bien maduros,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

1 kg. de calabacines,

sal,

2 pimientos verdes medianos,

agua.

2 patatas pequeñas (200 gr.),

En una sartén se ponen 3 cucharadas de
aceite a calentar y cuando está caliente
se

añaden las cebollas peladas y muy picadas. Se les da una vuelta, hasta que se pongan

transparentes, se le añaden entonces los tomates pelados, cortados y quitadas las

simientes. Se refrien a fuego mediano, machacando muy bien con el canto de una

espumadera, durante unos 15 minutos.

Mientras se refrien se preparan los pimientos. Se lavan, se les quita el rabo y las

simientes y se cortan en cuadraditos. Se ponen las 2 cucharadas soperas restantes

de

aceite a calentar en otra sartén pequeña. Se añaden los pimientos, se cubre con una

tapadera la sartén y se dejan a fuego lento que se hagan, moviendo de vez en cuando la

sartén para que no se agarren. En otra sartén se pone el $\frac{1}{4}$ litro de aceite a calentar y,

cuando está medianamente caliente, se refríen las patatas, peladas, lavadas y cortadas en

rebanaditas como para tortilla de

patatas. Deben de cocer primero en el aceite y luego

refreírse. Se sacan una vez hechas y se dejan en espera.

Aparte se pelan y cortan los rabos a los calabacines. Se parten en dos a lo largo y se les

quita la simiente. Se cortan como las patatas, en rebanaditas finas. Se ponen en un cazo

con agua fría que sólo los cubra lo justo. Se ponen a cocer unos 8 minutos, después de

lo cual se escurren bien.

En el refrito de tomate se añade el azúcar, se mueve y se agregan los pimientos

escurridos de su aceite, las patatas igualmente escurridas y los calabacines. Se añade sal,

se le da a todo unas vueltas durante unos 5 minutos.

Al momento de servir se bate un huevo como para tortilla y se añade al pisto, revolviéndolo todo.

Este pisto se puede hacer de antemano, dejando sin poner el huevo. Este se pondrá al

recalentar el pisto, para servirlo.

305.—PISTO DE CALABACÍN CON ARROZ (6 personas)

1½ kg. de calabacines,

4 cucharadas soperas de aceite,

4 tomates maduros (medianos),

4 cucharadas soperas de arroz,

1 cebolla grande (125 gr.),

agua y sal.

1 diente de ajo,

Se pone un cazo con agua a calentar. Cuando está hirviendo se echa el arroz y se deja

cocer unos 15 minutos (el tiempo depende de la clase de arroz). Pasado este tiempo, se

escurre en un colador grande y se refresca al chorro con agua fría. Se escurre bien y se

reserva.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; una vez caliente, se echan la cebolla y el

diente de ajo, pelados y picados (el ajo

muy menudo). Se rehogan unos 2 minutos y se

añaden los tomates pelados, cortados en trozos y quitadas las simientes. Se rehogan

otros 5 minutos y se agregan los calabacines lavados (sin pelar) y cortados los rabos con

un trocito de carne pegada al rabo. Se cortan en dados y se echan. Se sala y se deja

cocer a fuego lento y tapada la cacerola durante 45 minutos. Se tiene que mover

bastante a menudo con una cuchara de

madera, para que el pisto no se pegue al fondo.

Pasado este tiempo, se añade el arroz, se dan unas vueltas para mezclarlo con el pisto y

se sirve en una fuente. Nota.-Se puede preparar este plato con anticipación, pero

entonces se deja el pisto hecho y el arroz lavado y escurrido, y sólo se mezclan a última

hora las dos cosas, calentando bien el pisto con el arroz.

306.—PISTO ESTILO FRANCÉS (6

personas)

2 cebollas grandes (300 gr.),

**5 tomates bien maduros ($\frac{1}{2}$
kilogramo),**

4 calabacines medianos ($\frac{3}{4}$ kilogramo),

2 dientes de ajo,

3 berenjenas medianas ($\frac{3}{4}$ kilogramo),

10 cucharadas soperas de aceite,

2 pimientos verdes medianos,

sal.

En una sartén grande y profunda se pone el aceite a calentar. Se le añade la cebolla

pelada y muy picada. Se deja ésta unos 10 minutos hasta que se ponga transparente, se

agregan las berenjenas peladas y cortadas en cuadraditos de 2 cm. de costado, se pone el

fuego muy lento con el fin de que se cuezan sin freírse. Se deja 10 minutos y se añaden

los pimientos verdes cortados también en trozos cuadrados y vaciados de su simiente.

Se dejan otros 10 minutos. Finalmente se añaden los calabacines pelados y cortados en

cuadraditos como las berenjenas, los tomates (pelados y vaciados de su simiente, y

cortados en trozos), Se añaden los 2 dientes de ajo pelados y la sal. Se deja a fuego lento

una hora y cubierta la sartén con una tapadera durante una hora. Si resultase muy

caldoso, se deja durante los últimos 10 minutos destapada la sartén para que se consuma

un poco el caldo. Se puede preparar anticipadamente y recalentar, o bien servir

enseguida.

307.—PISTO DE CALABACÍN CON ATÚN (6 personas)

1½ kg. de calabacines medianos,

8 cucharadas soperas de aceite,

2 cebollas grandes (200 gr.),

3 cucharadas soperas de agua fría,

1 pimiento verde mediano,

1 lata de atún al natural de 200 gr.,

$\frac{3}{4}$ kg. de tomates (6 grandecitos),

sal.

En una sartén amplia se ponen 4 cucharadas soperas de aceite a calentar. Se rehoga el

calabacín pelado y cortado en trozos más bien grandes (quitando la simiente si la tienen)

y añadiéndole, una vez rehogado durante un par de minutos, unas 3 cucharadas soperas

de agua {un chorrito). Se deja durante $\frac{1}{4}$

de hora, más o menos, hasta que esté blando.

En otra sartén se ponen otras 3 cucharadas soperas de aceite y se rehoga muy bien el

pimiento lavado y cortado en cuadraditos, se fríe a fuego mediano durante unos 15

minutos, hasta que esté blando. Se saca y se reserva en un plato. Allí mismo se refríen

las cebollas peladas y picadas; cuando empiezan a dorar se les añaden los tomates

lavados, pelados y cortados en trozos, quitándoles las simientes. Se refrién bien,

machacándolos con el filo de una espumadera Hasta que esté espeso el tomate. Cuando

está en su punto, se vierte en la sartén grande con el calabacín y el pimiento y se

revuelve dejándolo todo junto unos 10 minutos, dando vueltas al pisto de vez en cuando.

Aparte se escurre bien el atún y se parte en trozos grandecitos. En el momento de

servir

se mezcla con el pisto para que se caliente, y se sirve enseguida.

El pisto se puede hacer con anticipación, añadiéndole el atún sólo en el momento de

servir.

308.—CALABACINES CON SALSA DE TOMATE AL GRATEN (6 personas)

2 kg. de calabacines grandecitos,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

40 gr. de mantequilla,

1 cebolla grande (100 gr.) facultativo,

1 kg. de tomates maduros,

150 gr. de queso rallado,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

sal.

Se hace la salsa de tomate (receta 63).

Cortar el rabo de los calabacines, pelarlos y cortarlos a lo largo, en rebanadas no muy

finas. Poner un cazo con agua abundante

y sal; cuando empieza a hervir, poner los

calabacines dentro unos 5 minutos, sacarlos y escurrirlos durante bastante tiempo para

que suelten bien su agua. Colocarlos en una fuente (de cristal o porcelana resistente al

horno) previamente untada con la mitad de la mantequilla, espolvoreando un poco de

queso rallado entre cada capa de calabacín. Cubrir todo con la salsa de tomate.

Espolvorear el tomate con el resto del queso rallado y poner trocitos de mantequilla por

encima. Meter la fuente al horno, previamente calentado, para que gratine, y cuando se

haya formado una capa dorada, servir en la misma fuente.

309.—CALABACINES CON BECHAMEL (6 personas)

2 kg. de calabacines,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

½ litro de leche fría,

75 gr. de gruyere rallado,

**2 cucharadas soperas colmaditas de
harina,**

agua y sal.

25 gr. de mantequilla,

Se pelan los calabacines y se cortan en rodajas de $\frac{1}{2}$ cm. de grueso (es decir, bastante

gruesas). Se ponen en un cazo con agua fría y sal y se ponen a cocer; cuando hierven, se

retiran para que no se deshagan. Se escurren bien.

Se colocan las rodajas en una fuente (cristal, porcelana, etc.) que sea resistente al horno.

Aparte, en una sartén o un cazo, se hace una bechamel. Se derrite el aceite con la

mantequilla, se le añade la harina, se dan unas vueltas y, poco a poco, se incorpora la

leche fría, dando vueltas con unas varillas. Se añade sal, teniendo en cuenta que se ha de

poner queso rallado, y se deja cocer durante unos 10 minutos. Se vierte sobre los

calabacines, se espolvorea con el queso rallado y se mete al horno hasta que esté bien

gratinado. Se sirve en la misma fuente.

**310.—CALABACINES
GRATINADOS CON QUESO (6
personas)**

2 kg. de calabacines medianos,

50 gr. de mantequilla,

100 gr. de queso gruyere rallado,

1 poco de nuez moscada (facultativo),

3 ó 4 cucharadas soperas de pan

rallado,

agua y sal.

Se pelan los calabacines, se cortan en rodajas más bien gorditas ($\frac{1}{2}$ cm. o más). Se

sumergen en agua abundante hirviendo con sal. Se cuecen 4 ó 5 minutos (más o menos),

depende de lo gruesas que se corten las rodajas; tienen que estar tiernas, pero enteras,

sin que se deshagan. Se ponen a escurrir en un colador grande. Una vez escurridas, se

colocan en una fuente honda resistente al horno (durablex, porcelana, etc.) Se coloca una

capa, se espolvorea con un poco de queso rallado y se pone un poco de nuez moscada

rayada (si este sabor gusta). Se alternan así los calabacines y el queso. Encima de la

última capa se espolvorea algo más de queso que en las otras. Se espolvorea el pan

rallado, se pone la mantequilla en trocitos y se mete al horno (previamente calentado)

para que gratine. Una vez gratinado, se sirve en la misma fuente.

311.—CALABACINES EN ENSALADA

Calabacines frescos y tiernos,

perejil muy picado,

**vinagre, sal y aceite (una cucharada
sopera de**

agua y sal.

vinagre por 3 de aceite),

Se escogen unos calabacines medianos, tiernos, frescos, sin pepitas y todos

iguales de

tamaño.

Se pone agua abundante con sal en un cazo y, cuando rompe a hervir, se ponen los

calabacines dentro durante unos 6 a 8 minutos, enteros y sin pelar.

Se sacan, se dejan escurrir y enfriar. Se cortan entonces en rodajitas más bien finas (si se

quiere se puede dejar la corteza) y se cubren de vinagreta y perejil picado. Se meten así

un ratito en la nevera y se sirven.

Se pueden servir así, combinados con tomates, judías verdes, remolacha, etc., como

primer plato en verano.

312.—CALABAZA REHOGADA (6 personas)

1½ kg. de calabaza,

3 dientes de ajo,

4 puerros medianos, unas rebanaditas de pan

¼ litro de aceite,

frito (2 puñados).

agua y sal.

Se limpian los puerros y se cortan en trocitos de 3 cm. de largo. En un cazo se pone

agua y sal y cuando empieza a hervir se le echa el puerro. Se deja cocer $\frac{1}{2}$ hora a fuego

mediano y se le añade entonces la calabaza, quitada la corteza, las pepitas y cortada en

trozos cuadrados más bien pequeños (un poco mayores que unos dados corrientes). Se

dejan cocer hasta que estén tiernos, unos 45 minutos, más o menos (para saber si están

tiernos se pincha uno con un tenedor). Pasado este tiempo se escurre el agua, tapando el

cazo con una tapadera y ladeándolo. En una sartén bastante grande se pone el aceite a

calentar. Cuando está en su punto se fríen las rebanaditas de pan hasta que estén bien

doradas. Se sacan y se quita parte del aceite, dejando sólo un poco para que cubra el

fondo. Se ponen los dientes de ajo pelados y dados un golpe (con el mango de un

cuchillo, para que se aplasten un poco). Se refríen bien hasta que estén bien doraditos.

Se sacan y en este mismo aceite se pone la calabaza con el puerro y las rebanaditas de

pan. Se rehoga todo con cuidado a fuego lento, para que no se agarre, durante unos 10

minutos, y se sirve en una fuente calentada previamente.

313.—PURÉ DE CALABAZA GRATINADO (6 personas)

1 trozo de calabaza de 1½ kg.,

½ litro de leche fría,

8 cucharadas soperas de aceite,

3 huevos,

25 gr. de mantequilla,

100 gr. de gruyere rallado,

**2 cucharadas soperas colmadas de
harina,**

sal,

nuez moscada.

Se pela, se quitan las pepitas de la calabaza y se cortan en cuadraditos. En un cazo se

ponen 6 cucharadas soperas de aceite a calentar; cuando está caliente se pone la

calabaza, y, a fuego lento, se rehoga, moviéndola de vez en cuando con una cuchara de

madera, hasta que los trozos estén bien tiernos y sin jugo (para saberlo se pinchan con

un tenedor). Se pasa entonces por el pasapurés.

En una sartén se pone la mantequilla y las 2 cucharadas soperas de aceite a calentar, se

les añade la harina, se dan unas vueltas con las varillas y, poco a poco, se echa la leche

fría, moviendo constantemente. Se echa sal y un poco de nuez moscada. Se cuece esta

bechamel durante unos 10 minutos y se incorpora al puré de calabaza.

Se baten en un plato sopero los 3 huevos, como para tortilla, y se incorporan al puré.

Se vierte esta mezcla en una fuente resistente al horno, se espolvorea con queso rallado

y se mete al horno caliente a gratinar. Cuando el queso forma una bonita costra dorada,

se retira y se sirve en la misma fuente.

314.—MANERA DE COCER LOS CARDOS

Se corta cada tallo y se pelan los costados y los lomos si hiciese falta. Se frotan con $\frac{1}{2}$

limón y se cortan en trozos de unos 4 cm. de largo. El tronco se corta en

trocitos,

quitándole la parte dura del centro.

Se van echando en agua fría abundante con un chorro de zumo de limón.

En un tazón se pone una cucharada sopera de harina y se deslíe con agua (esto para un

cardo de tamaño mediano). Se vierte en una olla y se añade agua abundante para que

esté holgado el cardo al ponerlo. Se echa sal y se pone al fuego, cubriéndolo con una

tapadera no del todo cerrado para que no se salga el agua.

Cuando empieza a hervir, se echa el cardo y se deja cocer a fuego mediano por espacio

de 1 a 2 horas (según sea de tierno el cardo). Cuando está a punto, se escurre para

guisarlo según se quiera.

315.—CARDON CON SALSAS DE PIMENTÓN

1 cardo blanco y mediano,

3 cucharadas soperas de aceite,

1 cebolla mediana (80 gr.),

agua de cocer el cardo,

1½ cucharada sopera de harina,

sal.

1 cucharada (de las de café) rasada de

pimentón,

Se prepara y cuece el cardo (receta 314).

En una sartén se pone el aceite a calentar, se le añade la cebolla muy picadita y, cuando

está dorada, se le echa la harina. Se dan unas vueltas con una cuchara de madera y se

añade el pimentón, revolviendo todo muy bien. Se le añade entonces el agua (con la

harina) donde ha cocido el cardo y se da un hervor a la salsa (1 ½ vaso de los de agua

suelen bastar de líquido, pero depende del tamaño del cardo). Se puede poner asimismo

en una cacerola o colada por un colador de agujeros grandes (para quitar la cebolla) y se

echa el cardo cocido y escurrido. Se le deja cocer unos 10 minutos a fuego lento en la

salsa y se sirve en fuente previamente templada, para que no se enfríe.

316.—CARDO EN SALSAS BLANCA (6 personas)

1 cardo blanco y mediano.

3 cucharadas de aceite,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 limón,

2 cucharadas soperas de harina,

½ cucharadita (de las de moka) de extracto de

3 dientes de ajo,

carne (Bovril, Liebig, etc.),

agua y sal.

Se prepara y cuece el cardo (receta 314). Una vez cocido, se escurre en un colador. Se

reserva el agua de cocerlo. En una sartén se pone el aceite a calentar, se pelan los ajos y

se echan para que se refrían bien dorados. Se mueve con una cuchara de

madera.

Una vez bien dorados los ajos, se retiran y se añade una cucharada sopera de harina, se

le da vueltas para que no se dore. Se agrega caldo del de cocer los cardos, para que

quede una salsa más bien clarita. Se ponen los cardos en una cacerola y se cubren con la

salsa. Se le deja dar un hervor. Se añade entonces $\frac{1}{2}$ cucharada del extracto de carne, se

revuelve bien, se espolvorean con el

perejil picado y se sirve en una fuente más bien

honda.

317.—CARDO AL GRATEN CON QUESO Y MANTEQUILLA (6 personas)

1 cardo blanco y mediano,

50 gr. de mantequilla,

1 limón,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 cucharada sopera de harina,

agua y sal.

100 gr. de queso gruyere rallado,

Se cuece el cardo (receta 314). Una vez cocido, se escurre bien. Se pone el aceite en una

fuelle resistente al horno (porcelana, cristal, etc.), se colocan los cardos y se

espolvorean con queso rallado. Se divide la mantequilla en trozos pequeños que se

ponen salpicados sobre el queso y se mete en el horno a gratinar. Cuando el queso está

bien dorado, se sirve en su misma fuente.

318.—CARDO EN SALSAS CON AJO Y VINAGRE (6 personas)

1 cardo mediano,

2 cucharadas soperas de harina,

1 cebolla mediana (100 gr.),

5 cucharadas soperas de aceite,

1 diente de ajo,

pimienta o cominos,

1 ramita de perejil,

½ limón,

1 rebanada de pan frito,

agua y sal.

1 cucharada sopera de vinagre,

Se pela, corta y cuece el cardo (receta 314). Una vez tierno el cardo, se escurre,

guardando parte del agua de cocerlo.

En una cacerola se pone el aceite a calentar, y cuando está caliente se refría la cebolla

muy picada y se deja dorar (unos 10

minutos), removiéndolo de vez en cuando. En el

mortero se pone el diente de ajo, el perejil, la rebanada de pan frito, la pimienta (un

poco molida o una bolita entera) (o cominos, a gusto) y un poco de sal. Se machaca bien

todo, se añade a la cebolla y se agrega una cucharada sopera de harina. Se mueve con

una cuchara de madera. Se añade el vinagre y parte del agua de cocer el cardo. Se echa

el cardo escurrido y se cubre con el resto del agua de cocerlo que lo cubra apenas. Se

rectifica de sal, se deja cocer unos 10 minutos y después se sirve en legumbrera o fuente

honda.

Se puede preparar con anticipación y recalentar en él momento de servir.

319.—CARDO EN VINAGRETA (6 personas)

1 cardo blanco mediano,

1 huevo duro picado (.facultativo),

aceite abundante,

sal.

vinagre,

**1 cucharada (de las de café) de perejil
muy**

picado.

Se cuece el cardo como está explicado en la receta 314. Caliente se escurre bien y se

pone en una fuente honda o una ensaladera. Se aliña con vinagreta (receta 89) y se

espolvorea con el perejil y el huevo duro picado.

Se suele servir caliente, pues es verdura de invierno y apetece más, pero también está

bueno frío.

320.—CARDILLOS

Es una verdura que se suele servir con el cocido. Se limpian muy bien de tierra y se

pelan los cantos, dejando los cardillos unidos por el tronco. Se cuecen en agua hirviendo

con sal. Cuando están cocidos (unos 30 minutos, según sean de frescos y tiernos), se

escurren bien y se rehogan en aceite frito. Se pueden, una vez cocidos y escurridos,

servir con una vinagreta hecha con aceite, vinagre, sal, una cucharada sopera de pan

rallado, una cucharadita (de las de café) de perejil picado y 1 diente de ajo muy picado.

321.—CEBOLLAS REBOZADAS Y FRITAS PARA ADORNO (6 personas)

1.^a receta:

150 gr. de harina,

1 botella de cerveza (sobrar ),

1 huevo,

1 litro de aceite (sobrar  mucho),

1 cucharada sopera de aceite fino,

sal.

En una ensaladera se pone la harina, la sal, la yema del huevo y la cucharada de aceite.

Se mezcla y se añade poco a poco la

**cerveza, dando vueltas hasta que
quede como unas
natillas espesas.**

Aparte se pelan las cebollas y se cortan a lo ancho para que al soltarse las rodajas

formen unas anillas grandes. Se monta la clara a punto de nieve firme (con un pellizco

de sal); se mezcla a la masa, moviendo lo justo para que quede incorporada ligeramente.

Se echa el aceite en una sartén honda y se pone a calentar. Cuando está en su

punto

(esto se prueba con una rebanadita de pan), se coge una anilla de cebolla, se sumerge en

la masa, se saca y se fríe. Se deben de freír pocas a la vez para que tengan sitio en la

sartén y se doren bien.

Se sacan, se escurren en un colador grande y se sirven calientes, como adorno de carnes

asadas o filetes.

2.^a receta:

**3 ó 4 cucharadas soperas de harina,
1 cucharada sopera de perejil picado,
sifón (más o menos 1 vaso bien lleno
de los de sal.
agua),**

Se pelan y cortan las cebollas en redondeles sueltos igual que en la receta anterior.

En una ensaladera de cristal se pone la harina con la sal y se va desliendo con sifón

hasta que queda una crema como unas natillas espesas.

Se sumerge cada redondel de cebolla en esta masa y se fríe en aceite abundante.

322.—CEBOLLAS EN PURÉ (6 personas)

2 kg. de cebollas,

4 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de harina,

sal.

En una cacerola, si puede ser de hierro (cocotte), si no de metal grueso, se pone el aceite

a calentar y se echan las cebollas

peladas y cortadas en rodajas de 1½ cm. de gruesas. Se

mueve bien con una cuchara de madera y, cuando ha disminuido su volumen, se

espolvorean con la harina, volviendo a mover bien. Se echa la sal, se revuelve todo, se

tapa la cacerola con tapadera y se deja cocer a fuego muy lento durante unas 3 horas. Se

puede hacer con anticipación y recalentar en el momento de servir las cebollas, pues

están mejor.

323.—CEBOLLAS RELLENAS DE CARNE (6 personas)

12 cebollas medianas (80 a 100 gramos cada

1 cucharada sopera de vino blanco, una),

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

¼ kg. de carne picada (cerdo y ternera

1 pastilla de caldo (Starlux, Maggi, etc.),

mezclado),

¼ litro de aceite,

1 migajón de pan,

2 cucharadas soperas de aceite,

**1 vaso (de los de vino) bien lleno de
leche**

1 plato con harina,

caliente,

agua y sal.

½ diente de ajo,

2 huevos,

Se pelan las cebollas, y con un cuchillo de punta fina se les da un tajo circular en la

parte de arriba y se corta una rebanadita en el lado opuesto para que asienten en la

cacerola. Se pone agua abundante y sal a hervir y se sumergen las cebollas 15 minutos.

Se sacan y se dejan escurrir, reservando el agua de cocerlas. Mientras, en una

ensaladera, se pone la carne picada, el migajón (del tamaño de un huevo

grande) de pan

ya mojado en leche caliente y escurrido ligeramente, si sobra; el perejil y el ajo muy

picado, el vino blanco y 1½ huevos batidos como para tortilla (se reserva un poco de

huevo batido) y sal. Se amasa todo bien junto.

Se recortan las cebollas por donde se había dado el tajo y se quita el centro. Se rellenan

con la carne preparada anteriormente. En una sartén se pone el aceite a

calentar. Se pasa

el relleno que asoma de cada cebolla por huevo batido, y después toda la cebolla por

harina. Se van friendo por tandas. En una fuente resistente al horno (besuguera, cristal o

porcelana) se ponen las 2 cucharadas de aceite a calentar. Se colocan las cebollas unas

al lado de las otras con el relleno para arriba. En un tazón se disuelve la pastilla de caldo

con el agua de cocer las cebollas y se

rocían éstas, dejándoles líquido como a media

altura. Se meten a horno mediano unos 30 minutos, más o menos, hasta que las cebollas

estén tiernas y doradas, rodándolas de vez en cuando con el caldo.

Se traspasan con un alambre fino para saber si están tiernas. Este tiene que entrar muy

fácilmente.

Se sirven en su misma fuente.

324.—MANERA DE COCER LAS

CEBOLLITAS FRANCESAS

Se pelan las cebollas y, una vez peladas, se ponen en un cazo las unas al lado de las

otras, sin que monten unas encima de otras. Se cubren bien con agua y se les añade un

trocito de mantequilla (la proporción es de $\frac{1}{4}$ kg. de cebollitas y 20 gr. de mantequilla),

un pellizco de sal y unas gotas de zumo de limón. Se cubre el cazo con una tapadera y, a

fuego mediano, se cuecen más o menos

½ hora (este tiempo depende de lo grandes que

sean). Para saber si están en su punto, se atraviesan con un alambre fino. Si éste pasa

fácilmente, están en su punto. Hay que tener cuidado, pues fácilmente se pasan y

entonces se deshacen.

325.—MANERA DE GLASEAR LAS CEBOLLITAS FRANCESAS

Después de peladas, se ponen en un cazo de forma que no monten unas encima de otras.

Se cubre de agua templada o fría, se añade un trocito de mantequilla, sal y una

cucharada (de las de café) de azúcar. Se cubren con un papel de estraza recortado, para

que entre en el cazo casi rozando las cebollas, y se meten a horno mediano. Cuando el

agua está consumida, las cebollitas deben de estar en su punto. Se comprueba

traspasando una con un alambre fino. Las cebollitas deben estar brillantes, y así están a

punto para adornar cualquier fuente.

**326.—CEBOLLITAS FRANCESAS
CON BECHAMEL (6 personas)**

12 ó 18 cebollitas francesas medianas,

50 gr. de queso rallado,

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

30 gr. de mantequilla,

½ litro de leche fría,

2 cucharadas soperas de aceite,

1½ cucharadas (de las de café) de

concentrado

unas gotas de zumo de limón,

de tomate.

agua y sal.

Se preparan y cuecen las cebollitas (receta 324). Una vez hechas, se escurren y se hace

la bechamel.

En una sartén o cazo se pone el resto de la mantequilla y el aceite a calentar. Se añade la

harina, se dan unas vueltas con las

varillas y, poco a poco, se le añade la leche fría. Una

vez echada la leche, se deja cocer unos 5 minutos la bechamel.

Se aparta del fuego y se le incorpora el concentrado de tomate. Se revuelve bien. Se

colocan las cebollitas unas al lado de las otras en una fuente o besuguera resistente al

horno (cristal o porcelana). Se les vierte la bechamel por encima, se espolvorea con el

queso rallado y se meten un ratito al

horno hasta que el queso esté gratinado.
Se sirven

en su misma fuente.

327.—CELERI-RAVE

Se pelan los celeri-rave. Se cortan en
dos, se ponen en un cazo con agua fría y
sal. Se

pone a cocer y, cuando rompe a hervir el
agua, se dejan 20 minutos. Se sacan del
agua y

se dejan enfriar. Cuando están fríos, se
cortan en tiritas como las patatas paja.
Se

mezclan con mayonesa, a la cual se añade un poco de mostaza y pimienta negra en

polvo. Se hace con $\frac{1}{2}$ hora de anticipación para que macere todo junto.

También hay quien toma los celeri-rave pelados y crudos, pero, por lo demás,

preparados como se explica anteriormente.

328.—MANERA DE COCER LAS COLES DE BRUSELAS

Las coles de Bruselas tienen que estar muy verdes, apretadas las hojas y del mismo

tamaño en lo posible. Se pelan de hojas
lacias y se corta un poco el tronco. Se
echan en

agua fría y, una vez preparadas todas, se
lavan bien con agua abundante con un
chorro

de vinagre o de zumo de limón para que
salgan todos los gusanitos y bichos que
puedan

estar dentro.

En una cacerola amplia se pone agua y
sal, a cocer. Cuando hierve, se cogen las
coles a

puñados, se escurren bien y se van

echando de puñado en puñado para que no se pare el

hervor, tapando cada vez la cacerola para que no pierda calor. Una vez echadas todas las

coles, se destapa la cacerola para que se conserven verdes. Hay quien les echa incluso

un pellizquito de bicarbonato para que estén bien verdes, pero no es muy recomendable,

pues ablanda las coles y hay que vigilar bien la cocción para que no se deshagan. Para el

tiempo, depende de lo grandes y lo frescas que sean, tardando entre 20 y 35 minutos.

Una vez cocidas, se echan en un colador y se refrescan al chorro del agua fría, con

cuidado de que no se deshagan. Están entonces preparadas para ser utilizadas.

329.—COLES DE BRUSELAS REHOGADAS (6 personas)

1¼ a 1½ kg. de coles de Bruselas,

100 gr. de mantequilla,

sal.

Se cuecen las coles como está indicado anteriormente. En una sartén amplia se pone la

mitad de la mantequilla y se saltean hasta que estén ligeramente doraditas. Se rectifican

de sal, si hiciese falta, y se vierte el resto de la mantequilla (derretida en un cazo

pequeño, pero sin que cueza) en el momento de servir. Para quien no las quiera con

mantequilla, se pueden hacer con aceite. Se calienta el aceite poniendo 2 dientes de ajo

pelados y aplastados con el mango de un cuchillo. Una vez dorados, se retiran y se

echan las coles, salteándolas bien. Se sazonan con pimienta molida y se les rocía con un

par de cucharadas soperas de vinagre o bien con una cucharada (de las de café) rasada

de mostaza (no poniendo entonces la pimienta).

330.—COLES DE BRUSELAS CON BECHAMEL (6 personas)

¼ a ½ kg. de coles de Bruselas,

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

25 gr. de mantequilla,

½ litro de leche fría,

2 cucharadas soperas de aceite,

**1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,**

sal.

Se cuecen las coles (receta 328). Una vez escurridas y refrescadas, se hace la bechamel.

En una sartén se derrite la mantequilla

con el aceite, se le añade la harina, se dan unas

vueltas con unas varillas y se añade poco a poco la leche fría. Se sala y se deja cocer

unos 8 minutos. Se agregan entonces con cuidado las coles, se mueve para que se

empapen bien, se vierten en una legumbrera y se espolvorean con el perejil picado.

Nota.-Se puede hacer la bechamel con mitad leche y mitad caldo (o agua y una pastilla).

331.—COLES DE BRUSELAS

GRATINADAS

Preparadas como en la receta anterior, se pueden poner en una fuente resistente al horno

(cristal o porcelana) y se espolvorean con 75 gr. de gruyere rallado; se meten al horno

hasta que el queso se gratine. Se sirve en su misma fuente.

332.—COLES DE BRUSELAS EN VOL-AU-VENT

También se pueden servir preparadas como en la receta 330, en un vol-au-vent,

metiéndolo unos minutos al horno una vez puestas las coles dentro, para que se caliente,

y sirviéndolo acto seguido.

333.—MANERA DE COCER LA COLIFLOR

Se separan los ramos de la coliflor cuando se quiere tener suelta; si no se ahueca el

centro cortando lo más posible el tronco del centro.

Para suelta, se pelan un poco los troncos, para que se pongan tiernos al cocer. Se echa

en agua fría con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón para remojarla y lavarla.

En una cacerola se pone agua abundante con sal; cuando hierve, se echa la coliflor, se

moja una rebanada de pan de un dedo de gruesa en leche y se echa con la coliflor, que

se cuece destapada. Una vez tierna (se prueba un tronco: para una coliflor de 1 kg., unos

30 minutos más o menos), se escurre en un colador grande y con cuidado para que no se

rompa y se refresca al chorro del agua fría; después se termina de secar sobre un paño

limpio.

Cuando se quiere entera se procede igual, pero con cuidado para que no se rompa o se

separen los ramilletes.

334.—COLIFLOR REBOZADA

Esto es más bien para acompañar la carne.

**1 coliflor pequeña (más o menos 1 kg.)
para 6**

1 plato con harina,

personas,

huevos,

el zumo de $\frac{1}{2}$ limón,

agua y sal.

1 litro de aceite (sobrará mucho),

Se cuece la coliflor (receta 333). Si los ramilletes son muy abultados, es mejor partirlos

en dos para que queden algo más planos.

Una vez bien escurrida la coliflor sobre

un paño, se pasa ligeramente por harina cada

pedazo y, después, por huevo batido. Se fríen y se escurren los trozos en un colador

grande. Se sirve bien caliente y recién fritos los trozos, con la carne.

335.—BUÑUELOS DE COLIFLOR (6 personas)

1 coliflor de 1½ kg. más o menos,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

agua y sal,

**t cucharada (de las de café) rasada de
levadura**

el zumo de ½ limón.

(Royal),

Masa de envolver:

1 pellizco de sal.

250 gr. de harina,

1 litro de aceite para freír (sobrará),

**2 decilitros de leche fría (1 vaso de los
de agua,**

1 limón en rodajas para adornar,

no lleno),

**unos ramilletes de perejil para
adornar.**

3 cucharadas soperas de aceite fino,

Se prepara y se cuece la coliflor en ramilletes (receta (333), pero cuidando de que no se

deshagan. Aparte se hace la masa de envolver.

En una ensaladera se pone la harina y la sal mezcladas, en el centro se pone el vino y el

aceite, se mezcla un poco todo esto y se

añade poco a poco la leche fría. Una vez
mezclado todo, se deja reposar por lo
menos ½ hora. Al momento de ir a hacer
los

buñuelos, se añade la levadura.

Se pone el aceite a calentar y, cuando
está en su punto [se prueba friendo una
rebanadita

de pan), se cogen los ramilletes y uno a
uno se sumergen en la masa y se echan
en el

aceite. Cuando están bien dorados, se
sacan, se escurren en un colador grande
y se

guardan al calor (a la boca del horno templado).

Una vez frita toda la coliflor, se coloca en una fuente redonda en montón, se adorna con

rodajas de limón y perejil y se sirve enseguida.

Nota.-También se puede servir acompañado con salsa de tomate. servida aparte en

salsera.

336.—COLIFLOR CON SALSA DE VINAGRETA (6 personas)

1 coliflor mediana (más o menos 1½ kg.),

**6 cucharadas soperas de aceite fino,
agua y sal,**

**1 cucharada sobera rasada de perejil
muy**

el zumo de ½ limón.

picado,

Vinagreta:

**1 cucharada sobera rasada de cebolla
muy**

**2 cucharadas soperas de buen vinagre,
picada (facultativo),
sal.**

Se cuece la coliflor en ramilletes (receta 333). Una vez cocida y bien escurrida, se

coloca en la fuente donde se vaya a servir y se rocía con la vinagreta (sal, vinagre y

aceite, ya mezclados previamente).

Después se espolvorea con la cebolla y el perejil, y

se sirve templada o fría.

**337.—COLIFLOR FRÍA CON
MAYONESA (6 personas)**

1 coliflor mediana (1½ kg.),

1 zumo de limón,

el zumo de ½ limón, agua y sal,

1 poco de mostaza (facultativo),

Salsa mayonesa:

**2 huevos duros para adornar (cocidos
13**

**2 huevos. ½ litro de aceite fino,
minutos).**

Se cuece la coliflor entera (receta 333).
Se deja escurrir muy bien y enfriar.

Se hace la salsa mayonesa clásica o bien en la batidora (ésta resulta muy bien para esta

receta, pues es algo más ligera. (receta 94).

Se coloca la coliflor en una fuente redonda y se cubre con la mayonesa (ésta tiene que

ser abundante para que toda la coliflor esté bien cubierta).

Se pica 1 huevo duro y se espolvorea la parte de arriba de la coliflor. Se corta

en rodajas

el otro huevo duro y se coloca en la fuente alrededor de la coliflor.

338.—BUDÍN DE COLIFLOR (6 personas)

1 coliflor pequeña, ya cocida (700 gr.),

50 gr. de mantequilla o margarina,

4 huevos,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

100 gr. de queso rallado,

**3 cucharadas soperas colmadas de
harina,**

un poco de nuez moscada,

sal.

Salsa de tomate:

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

1 kg. de tomates bien maduros,

sal.

3 cucharadas soperas de aceite frito,

Se hará salsa de tomate (receta 63} y se

reserva al calor. Se cuece la coliflor dejando

sólo los ramos, sin troncos, o pelando éstos para que una vez cocidos estén tiernos

(receta 333). Una vez bien escurrida la coliflor, se hace puré con un tenedor. En una

sartén se pone el aceite y un poco más de la mitad de la mantequilla a derretir, se le

añade la harina, se revuelve con unas varillas y se añade poco a poco y sin dejar de

mover la leche fría. Se sala y se añade un poco de nuez moscada rallada. Se cuece

durante unos 8 minutos esta bechamel. Se aparta del fuego. En un plato se baten los

huevos de dos en dos y se añaden a la bechamel. Se añade a ésta el queso rallado y

cuando está bien incorporado se le agrega la coliflor deshecha con un tenedor. Se unta

con bastante mantequilla una flanera de unos 19 cm. de diámetro. Se vierte la masa y se

mete al baño maría (el agua hirviendo de antemano y el horno encendido unos 5

minutos antes). Se tiene a horno mediano más bien caliente una hora. Al ir a servir, se

pasa un cuchillo de punta redonda todo alrededor de la flanera y se vuelca en una fuente

redonda, cubriendo el budín con la salsa de tomate caliente, y se sirve enseguida.

339.—COLIFLOR CON BECHAMEL (6 personas)

1 coliflor mediana (1½ kg.), zumo de

2 cucharadas soperas de harina,

1½ limón,

½ litro de leche fría,

30 gr. de mantequilla,

75 gr. de gruyere rallado, agua,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

sal.

Se cuece la coliflor en ramilletes (receta 333). Una vez bien escurrida, se coloca en una

fuelle o besuguera de cristal o porcelana

resistente al horno.

En una sartén se pone el aceite a derretir con la mantequilla, se añade la harina y

moviendo con unas varillas se dan unas vueltas. Se agrega entonces la leche fría, poco a

poco, dando vueltas constantemente. Se sala y se deja cocer unos 10 minutos. Se vierte

esta bechamel por encima de la coliflor. Se espolvorea con el queso rallado y se mete al

horno para gratinar. Una vez bien dorada la bechamel, se saca y se sirve en su

misma

fuelle.

340.—COLIFLOR CON BECHAMEL Y ALMENDRAS O PIÑONES (6 personas)

Es una variante de la receta anterior. Se le añade sólo 60 gr. De almendras crudas sin

cáscara y se cuece la coliflor entera.

Se pone en una fuente redonda, se cubre con la bechamel más espesa y algo menos de

queso rallado (50 gr. bastan). Se mete al

horno a gratinar; cuando empieza a gratinar, se

pinchan las almendras o los piñones en la coliflor de manera que sobresalga la mitad de

la almendra, y se vuelve a meter al horno un ratito, teniendo cuidado de que no se doren

demasiado las almendras o los piñones. Se sirve en su misma fuente.

341.—COLIFLOR AL HORNO CON MANTEQUILLA, LIMÓN, PEREJIL Y HUEVO DURO

(6 personas)

1 coliflor mediana (1½ kg. más o menos),

1 cucharada sopera de perejil picado,

el zumo de 1½ limón,

1 huevo duro muy picadito,

150 gr. de mantequilla.

agua,

sal.

Se cuece la coliflor entera (receta (333)).

Una vez en su punto, se escurre un poco y se coloca en una fuente honda de

porcelana o

cristal (resistente al horno). Se pone la mantequilla en trozos por toda la coliflor, se

rocía con el zumo de limón y se mete al horno a gratinar un poco, rociándola de vez en

cuando con el jugo. Una vez que esté ligeramente dorada (unos 15 a 20 minutos), se

saca y se espolvorea con el perejil y el huevo duro, y se sirve enseguida.

También se puede espolvorear con queso gruyere rallado, no poniendo

entonces más

que el limón y algo menos de mantequilla y nada de perejil y huevo duro. Se tendrá que

dorar el queso antes de servir la coliflor.

342.—COLIFLOR COCIDA, CON SALSA DE MANTEQUILLA TOSTADA Y PAN

RALLADO (6 personas)

1 coliflor mediana {1½ kg. más o menos),

Salsa:

el zumo de ½ limón,

Zumo de ½ limón,

agua y sal,

200 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de pan rallado.

Se cuece la coliflor en trozos más bien grandes (receta 333). Se escurre y se reserva al

calor.

En un cazo se derrite la mantequilla y se deja cocer hasta que se ponga dorada.

En este

punto, se separa un poco del fuego y se le echa el zumo del $\frac{1}{2}$ limón. Se vuelve a poner

al fuego y se le añade el pan rallado. Se revuelve bien, sin que tome más color, y se

vierte por encima de la coliflor; se sirve enseguida.

343.—ENDIVIAS AL GRATEN (6 personas)

12 endivias medianas,

60 gr. de queso gruyere rallado,

100 gr. de mantequilla.

agua y sal.

Se lavan las endivias al chorro (si se dejan en agua amargan más) y se ponen a cocer en

una cacerola con agua fría y sal que las cubra bien. Se pone al mismo tiempo otra

cacerola con agua y sal igualmente. Cuando el agua de las endivias empieza a cocer a

borbotones, con una espumadera se las va sacando y se colocan en la segunda cacerola,

cuya agua debe estar hirviendo también.

Este traslado de aguas es para que no amarguen

(hay quien no las cuece más que en una sola agua y también están buenas).

Cuando

empieza a hervir de nuevo, se cuecen durante unos 25 minutos hasta que estén tiernas.

Se sacan del agua y, una vez bien escurridas, se colocan en una fuente de porcelana o de

crystal que sea resistente al horno. Se les pone la mantequilla encima, en trocitos, y se

espolvorean muy bien con el queso rallado. Se meten al horno hasta que el queso esté

bien gratinado y se sirven en la misma fuente.

344.—ENDIVIAS CON BECHAMEL (6 personas)

12 endivias medianas,

Bechamel:

100 gr. de gruyere rallado,

2 cucharadas soperas de harina,

agua y sal.

30 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

½ litro de leche fría,

sal.

Se preparan y cuecen las endivias como en la receta 343. Cuando están cocidas, se

escurren bien y se colocan en una fuente de cristal o porcelana resistente al horno y se

procede a hacer la bechamel como está explicado en la receta 67. Se cubren las endivias

con la salsa. Se espolvorean con el queso rallado y se meten al horno a gratinar. Cuando

están bien doradas, se sirven en su misma fuente.

345.—ENDIVIAS CON JAMÓN DE YORK Y BECHAMEL (6 personas)

Se procede igual que en la receta anterior, pero, al disponer las endivias en la fuente de

horno, se envuelve cada una en una loncha fina de jamón de York. Se cubren de

bechamel y queso rallado, y se gratina.

**346.—ENDIVIAS AL JUGO (6
personas)**

12 endivias medianas,

**do (o agua con una pastilla de
Avecrem,**

25 gr. de mantequilla,

**Starlux, etc., o un resto de salsa de
carne),**

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 hueso de codillo,

1 cucharada sopera de harina,

1 poco de nuez moscada,

**1 vaso (de los de agua) de cal-
agua y sal.**

Se lavan y cuecen las endivias igual que en la receta 343, pero al cocerlas la segunda

vez se dejan sólo 15 minutos. Una vez bien escurridas, se hace la salsa. En una sartén o

cacerola amplia se pone la mantequilla y el aceite a calentar. Una vez disueltos se añade

la harina, se dan unas vueltas con una

cuchara de madera y, poco a poco, se añade el

vaso de agua. Se agrega el hueso de codillo y se colocan las endivias en esta salsa,

espolvoreándolas con un poquito de nuez moscada.

Se dejan cocer unos 10 ó 12 minutos en la salsa, Se trasladan a la fuente de servir.

Nota.-Se puede preparar este plato de antemano, cociendo las endivias sólo 5 minutos

en la salsa y al calentarlas cociéndolas

otros 5 minutos.

347.—ENDIVIAS EN ENSALADA

Se les quita el tronco de abajo que sujeta las hojas, éstas se cortan por la mitad de la

parte más larga y se lavan bien al chorro del agua fría, sin dejarlas permanecer en el

agua, pues amargan mucho. Se secan y se aliñan con vinagreta (sal disuelta en una

cucharada sopera de vinagre y 3 cucharadas soperas de aceite), sirviéndolas bastante

rápídamente después de aliñadas para que no pierdan su tiesura, que es su gracia.

Se pueden servir mezcladas con tomate e incluso revueltas con escarola.

348.—ENSALADA DE ESCAROLA

Se limpia y lava muy bien la escarola, soltándole las hojas y no guardando más que las

blancas. Si éstas son largas, se cortan en dos o tres trozos. Se aliñan con vinagreta (sal

disuelta en una cucharada sopera de vinagre y 3 cucharadas soperas de aceite

fino). No

se debe aliñar con mucha anticipación, pues esta clase de ensalada está buena si la

hortaliza está bien tiesa. Para variar, se puede frotar la ensaladera donde se vaya a servir

con un diente de ajo pelado. Le va muy bien a la escarola. Se puede mezclar con trocitos

de tomate pelados. Se puede también mezclar con los tallos blancos del apio. Son dos

sabores que van muy bien juntos.

349.—MANERA DE PREPARAR Y COCER LOS ESPÁRRAGOS

Se calcula normalmente 1½ a 2 kg. para 4 personas.

Se procura comprar los espárragos del mismo grosor; se pelan desde la yema hasta

abajo, enteros, y se cortan todos del mismo largo (unos 25 cm. más o menos). A medida

que se van limpiando se echan en agua fresca.

Para cocerlos se pone una cacerola con agua abundante y sal a calentar; cuando

hierve a

borbotones, se sumergen los espárragos dentro, dejando todas las yemas del mismo

lado, con el fin de que al sacarlas no se rompan. Se tapa la cacerola y, cuando vuelve a

hervir el agua, se cuentan 30 minutos para espárragos corrientes y 40 minutos para los

gruesos. De tocias maneras, se prueba si están tiernos pinchando uno con un alambre,

pues depende mucho de que los

espárragos sean frescos. Los espárragos bien frescos

están brillantes y se les clava una uña fácilmente.

Si hubiese que demorar el servirlos, se conservan en el agua, si es poco tiempo (una

hora); si no se escurren, se pone una servilleta doblada en la fuente de servir, se colocan

los espárragos y se cubre con papel de plata toda la fuente.

Los espárragos se sirven calientes o fríos (no helados, pues pierden su sabor)

y con

salsas variadas:

Mantequilla derretida con una cucharada (de las de café) de perejil picado.

Mayonesa de todos los estilos.

Vinagreta con huevo duro picado, etc.

350.—JAMÓN CON ESPÁRRAGOS (6 personas)

2 kg. de espárragos verdes,

1 cucharada sopera de aceite fino,

6 lonchas de jamón de York,

1½ vasos (de los de agua) de leche fría,

50 gr. de gruyere rallado,

sal.

1 cucharada sopera de harina,

20 gr. de mantequilla,

Cortar la parte dura de los espárragos, lavarlos y ponerlos a cocer en agua hirviendo con

sal (más o menos 30 minutos). Se comprobará si están tiernos pinchando uno con un

alambre. Una vez cocidos, se sacan del agua y se escurren muy bien sobre un paño

doblado.

Se reparten en 6 partes los espárragos. Se envuelve cada parte en una loncha de jamón

de York, dejando que asomen de un lado todas las yemas. Se colocan en una fuente

resistente al horno (cristal o porcelana).

Se hace la bechamel. En una sartén o cazo se pone a derretir la mantequilla con el

aceite; una vez caliente, se agrega la harina. Se le dan unas vueltas y, poco a poco, se le

añade la leche, dando vueltas con unas varillas, y se le añade la sal. Se deja cocer unos 5

minutos. Se retira y se vierte sobre las lonchas de jamón, pero dejando las yemas de los

espárragos sin cubrir para que se vean. Se espolvorea con el queso rallado y se mete al

horno a gratinar. Una vez dorada la bechamel, se sirve en la misma fuente.

351.—PUNTAS DE ESPÁRRAGOS CON GUISANTES (6 personas)

1½ kg. de guisantes frescos,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

**1 manojo (2 kg.) de espárragos
delgados,**

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

100 gr. de Jamón serrano veteadado,

1 huevo duro,

1 cebolleta fresca, mediana.

agua y sal.

Se preparan los guisantes {receta 363}.

Aparte se pelan y cortan los espárragos en trozos de unos 3 cm. De largo hasta donde

están tiernos. Se lavan bien. Se pone una cace rola con agua abundante y sal, y se dejan

cocer unos 25 minutos más o menos, hasta que estén tiernos pero sin deshacerse. Se

escurren muy bien y se añaden, al ir a servir, a los guisantes, revolviendo todo muy

bien. Se ponen en una fuente honda y se adorna con el huevo duro en rodajas o picado,

como más guste.

352.—PUNTAS DE ESPÁRRAGOS REVUELTAS CON PATATAS Y HUEVOS (6

personas)

2 kg. de espárragos cortos,

½ litro de aceite (sobrará),

1 kg. de patatas,

agua y sal.

6 huevos,

Se pela y se corta la parte tierna de los espárragos como de 3 cm. de largo, y se cuecen

(receta 349). Una vez cocidos, se ponen en un colador para que escurran toda su agua.

Se pelan y lavan las patatas y se cortan en cuadraditos pequeños. En una sartén se pone

el aceite a calentar y se fríen muy doradas las patatas. Se sacan, se escurren, se salan

ligeramente y se reservan.

Se quita casi todo el aceite de las patatas, dejando sólo un poco en el fondo de la sartén,

donde se vuelven a poner los espárragos.

En un plato hondo se baten los huevos como para tortilla. Se salan ligeramente y se

vierten en la sartén, revolviéndolos con un tenedor con los espárragos. Cuando el

revuelto está cremoso se aparta del fuego para que cuaje algo más, y, a última hora, se

echan las patatas fritas, que tienen que estar bien fritas para que no se ablanden. Se

revuelve bien todo junto y se vierte el revuelto en la fuente de servir; se sirve enseguida.

353.—ESPÁRRAGOS VERDES EN SALSA (4 personas)

2 manojos de espárragos verdes (2 kg.),

1 cucharadita (de las de moka) de pimentón,

2 rebanaditas de pan frito,

1 cucharada sopera de vinagre,

1 diente de ajo,

1 ramita de perejil,

4 cucharadas soperas de aceite,

2 huevos,

sal y agua.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente se fríe el diente de ajo.

Se separa y se machaca en el mortero.
Se ponen en la cacerola los espárragos cortados

en trozos de 3 cm. de largo (la parte tierna) y el vinagre. Se rehogan unos 5 minutos más

o menos. Se agrega entonces el pimentón, se da una vuelta y se cubren los espárragos

con agua (la justa para cubrirlos). Se añade entonces lo del mortero, se echa sal y se deja

cocer todo esto (40 minutos más o menos) hasta que los espárragos estén tiernos. Al ir a

servirlos se baten 2 huevos como para tortilla y se revuelven con los espárragos. Se

sirven enseguida.

**354.—ESPÁRRAGOS VERDES
REHOGADOS CON AJO,
VINAGRE Y PIMENTÓN (6**

personas)

**2 manojos de espárragos (2
kilogramos),**

**1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,**

3 rebanadas de pan frito,

**½ cucharada (de las de café) de
pimentón,**

3 cucharadas soperas de vinagre,

2 dientes de ajo,

6 cucharadas soperas de aceite,

½ vaso (de los de agua) de agua caliente,

sal.

Se cortan los espárragos en trozos de unos 4 cm. de largo (hasta donde estén tiernos). Se

lavan. En una sartén se pone el aceite a calentar. Se fríen las rebanadas de pan, se retiran

y se reservan; luego se doran los 2
dientes de ajo, pelados, hasta que estén
dorados. Se

separan y se ponen en un mortero,
machacándolos con el pan. Se reserva.

En una cacerola se pone el aceite de
freír el pan y se rehogan los espárragos
durante un

par de minutos. Se separa la cacerola
del fuego y se añade el pimentón; se
revuelve. Se

rocían los espárragos con el agua, se
ponen de nuevo al fuego, se tapa la
cacerola con

tapadera y se cuecen a fuego mediano durante una hora, sacudiéndolos de vez en

cuando para que no se agarren. Con el vinagre y un poco de caldo, de los espárragos se

deslíe lo del mortero y se vierte en los espárragos. Se sazona con sal, se revuelve todo

en el fuego durante 5 minutos y se espolvorea con el perejil picado. Se sirve en una

fuelle honda.

355.—ESPÁRRAGOS TRIGUEROS

PARA TORTILLA (2 personas)

1 manojo de espárragos trigueros o silvestres,

3 cucharadas soperas de aceite,

4 huevos.

agua y sal.

Se cortan los espárragos trigueros de unos 3 cm. de largo, tirando la parte que se note

dura. Se lavan y se ponen a cocer primero en agua fría sin sal y a los tres minutos en

otra agua ya salada durante unos 10 minutos, hasta que están tiernos. Se baten los

huevos en un plato hondo con tenedor. Se les añade sal y se ponen los espárragos bien

escurridos. En una sartén mediana se ponen 3 cucharadas soperas de aceite a calentar;

cuando está a punto se vierte el contenido del plato hondo. Se procede como para una

tortilla de patata corriente, es decir, se deja cuajar la tortilla y se vuelve poniendo una

tapadera o un plato en la sartén, y volcando ésta se queda la tortilla en la tapadera. Con

precaución se va escurriendo otra vez la tortilla en la sartén para que se cuaje y dore por

la otra cara. Se sirve enseguida en fuente redonda.

356.—MANERA DE PREPARAR Y COCER LAS ESPINACAS

Para casi todas las recetas a base de espinacas se cuecen éstas antes y después se

preparan.

Se les quitan los tallos y raíces y se lavan en varias aguas, con agua fría abundante. Una

vez bien lavadas, se escurren y se ponen en una cacerola con sal más bien gorda, sin

nada más. De vez en cuando se vuelven con una cuchara de madera. Para 6 personas se

cuenta de 2½ a 3 kg. de espinacas y de 20 a 25 minutos para que se cuezan con su

propia agua.

357.—ESPINACAS CON

BECHAMEL (CREMA DE ESPINACAS) (6 personas)

**3 kg. de espinacas bien frescas y
sanas,**

**1 vaso (de los de agua) de leche fría,
agua,**

sal,

25 gr. de mantequilla,

**3 rebanadas de pan de molde cortadas
en**

2 cucharadas soperas de aceite fino,

triángulo y fritas,

1 cucharada sopera de harina,

2 huevos duros.

Se cuecen las espinacas [receta 356).
Una vez escurridas, se pican menudas
sobre la

tabla de la carne con un machete o
sencillamente se pasan por la máquina
de picar la

carne, y se prepara la bechamel.

En una sartén se pone a derretir la
mantequilla con el aceite, se añade la
harina, se le da

unas vueltas con unas varillas y se añade poco a poco la leche fría.

Cuando está sin grumos la bechamel, sin dejar de dar vueltas se cuece unos 8 minutos y

se sala ligeramente. Se añaden en 3 ó 4 veces las espinacas. Se mueve todo muy bien

con cuidado de que no se agarren, y se pone en una fuente, para servir con los triángulos

de pan frito alrededor y los huevos duros cortados en rodajas encima. Se sirve

enseguida.

Nota.-Se puede poner algo menos de leche si gusta el puré de espinacas espeso, o más si

gusta más claro.

358.—REVUELTO DE ESPINACAS, GAMBAS Y HUEVOS (6 personas)

**1 kg. de espinacas frescas (o 1
paquete**

**charadas soperas de aceite fino,
congeladas),**

agua y sal,

300 gr. de gambas,

un pellizco de bicarbonato.

8 huevos,

50 gr. de mantequilla o 5 cu-

Se limpian, lavan y cuecen las espinacas (receta 356), poniendo en el agua de cocerlas

un pellizco pequeño de bicarbonato para que estén bien verdes. Una vez cocidas (para

este plato bastan 10 minutos de cocción), se escurren muy bien en un colador grande,

apretándolas para que no quede nada de líquido. Se preparan mientras las gambas,

pelando las colas. En una sartén se pone la mantequilla o el aceite a calentar. Se ponen

entonces las gambas, salteándolas un poco (un par de minutos bastan). Se añaden

enseguida las espinacas, que se revuelven con las gambas, durante unos 3 minutos, con

una cuchara de madera. En un plato sopero se baten los huevos como para tortilla. Se

salan y se echan en la sartén,
revolviendo todo junto hasta que
empiezan a cuajarse los
huevos.

Se vierte este revuelto en una fuente
para servirlo. Se podrá adornar, si se
quiere, con

unos triángulos de pan de molde fritos.

359.—BUDÍN DE ESPINACAS (6 personas)

2½ kg. de espinacas frescas,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

3 huevos enteros,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

50 gr. de mantequilla,

**1 cucharada sopera colmada de
cebolla picada**

**3 cucharadas soperas de leche fría,
(una de 50 gr.),**

agua y sal.

sal.

Salsa de tomate:

1 kg. de tomates maduros.

Se tendrá la salsa de tomate preparada según la receta 63. Se preparan y cuecen

espinacas (receta 356), pero se pican menos finas, con el machete.

Se unta una flanera con parte de la mantequilla que se tiene y se pone en el fondo de la

flanera un papel redondo untado de mantequilla, o bien un poco de pan rallado (poco).

El resto de la mantequilla se pone en una sartén, se rehogan las espinacas bien. En un

plato sopero se baten como para tortilla los 3 huevos, se les incorporan las 3 cucharadas

soperas de leche y un poco de sal. Esto se agrega a las verduras, con la sartén separada

de la lumbre. Se mezcla bien y se vierte en la flanera presionando un poco para que no

quede ningún hueco.

Se mete al horno (previamente calentado unos 10 minutos), al baño maría, con el agua

ya hirviendo. Se cuece durante una hora,

más o menos, a fuego vivo primero y luego

mediano. Al ir a servir el budín, se pasa un cuchillo de punta redonda todo alrededor de

la flanera y se vuelca en una fuente redonda. Se quita el papel y se cubre con salsa de

tomate. Se sirve enseguida.

**360.—VOL-AU-VENT DE
ESPINACAS A LA CREMA Y
PUNTAS DE ESPÁRRAGOS (6
personas)**

2 kg. de espinacas frescas,

1 vaso (de los de vino) de crema líquida,

**1 lata grande de puntas de espárragos,
agua y sal,**

40 gr. de mantequilla (como el volumen de 1

1 vol-au-vent de tamaño adecuado.

huevo).

Se cuecen las espinacas (receta 356), se pican con el machete y se escurren muy bien.

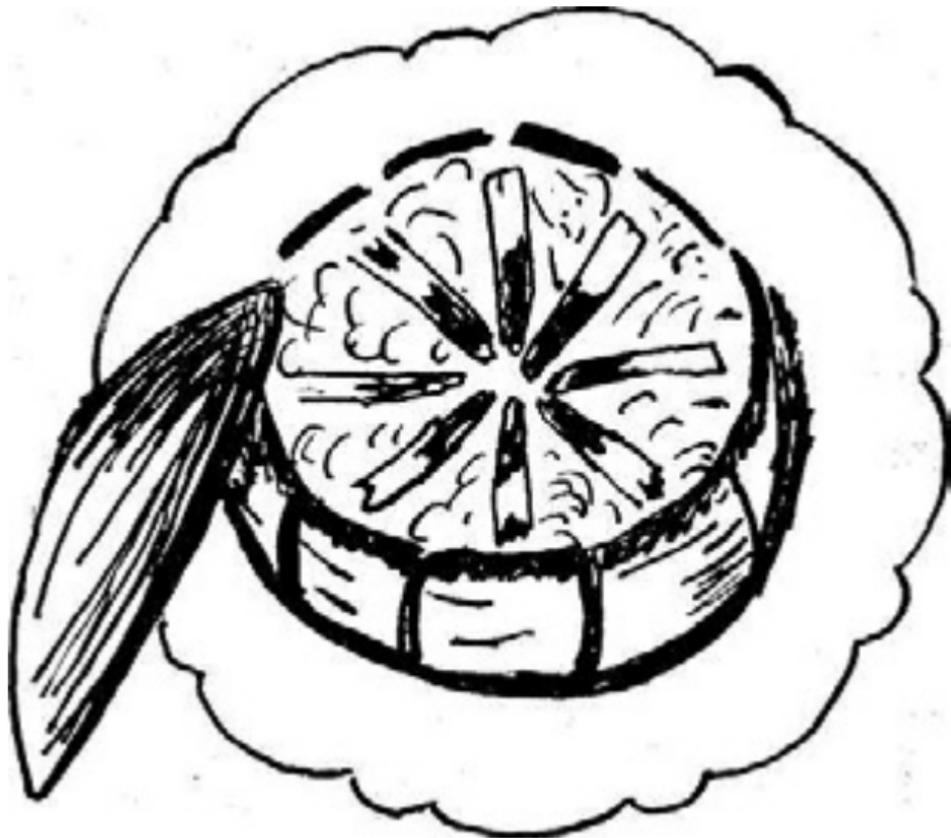
En una sartén se pone la mantequilla y las espinacas. Se les da unas vueltas y se añade

la crema líquida. Se revuelve bien y se vierte la mezcla en el vol-au-vent. Se escurren

muy bien los espárragos y se ponen en redondo encima de la crema de espinacas,

ahondándolos un poco. Se tapa el vol-au-vent con su tapa de hojaldre y se mete éste a

horno flojo durante unos 15 a 20 minutos, hasta que esté bien caliente. Se sirve.



**361.—ESPINACAS Y PATATAS
GUISADAS (6 personas)**

1½ kg. de espinacas frescas,

2 rebanadas de pan frito,

5 patatas medianas,

unas hebras de azafrán,

1 cebolla mediana (50 gr.),

4 cucharadas soperas de aceite,

2 dientes de ajo.

agua, sal.

Se lavan, preparan y cuecen las espinacas (receta 356), cuidando únicamente de cocerlas

sólo 5 minutos.

En una cacerola (si puede ser de barro,

mejor) se ponen las 4 cucharadas de aceite a

calentar. Se rehogan los 2 dientes de ajo; una vez doraditos pero no mucho, se sacan y

reservan. Se rehoga la cebolla pelada y picada hasta que esté transparente, pero sin

dorar, unos 5 minutos. Se añaden las espinacas. Se pelan y cortan en trozos no muy

grandes las patatas (que deberán ser de una clase que no se deshagan). Se cubre todo

con agua. En el mortero se machaca el azafrán, con los dientes de ajo y las rebanadas de

pan frito. Se deshace con un poco de caldo de cocer las espinacas y patatas. Se añade

esto a la cacerola y se rectifica de sal; se tapa la cacerola. Se deja cocer a fuego mediano

unos 30 minutos, más o menos, hasta que están cocidas las patatas. Se sirven en la

misma cacerola si ésta es de barro, y si no, en fuente honda. Se sirve en plato sopero y

con cuchara.

362.—ESPINACAS DE ADORNO

Se preparan y cuecen las espinacas (receta 356). Se pican con machete en la tabla de la

carne y se rehogan con un buen trozo de mantequilla (por 1½ kg. de espinacas, unos 50

gr. de mantequilla).

Las espinacas así rehogadas pueden acompañar la carne. También se ponen así en el

fondo de una fuente de cristal o

porcelana resistente al horno, con
pescado (filetes de

lenguado o gallo, mariscos, etc.), o
como fondo de unos macarrones (véase
receta 247).

Todos estos platos se cubren con
bechamel y queso rallado y se sirven
gratinados.

363.—GUISANTES SENCILLOS (6 personas)

2½ a 3 kg. de guisantes,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

2 cebolletas frescas,

1 vaso (de los de agua) de agua fría,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

sal.

100 gr. de jamón serrano veteado,

Se desvainan los guisantes. En una cacerola se pone el aceite a calentar; una vez

caliente, se ponen las cebolletas enteras a rehogar unos 3 ó 4 minutos (sin que tomen

color); después se añaden los guisantes,

que se rehogan un poco moviéndolos con una

cuchara de madera. Se agrega entonces el agua y el azúcar. Se mueve bien; se tapa la

cacerola con tapadera y se dejan cocer a fuego lento. A los 25 minutos se agrega el

jamón muy picado. Se cuecen de 35 minutos a una hora, según lo tiernos que sean,

vigilando para que no se deshagan. Se rectifican de sal, pues el jamón los sala, y se

sirven calientes, tal como salen de la cacerola.

364.—GUISANTES Y ZANAHORIAS (6 personas)

1½ kg. de guisantes,

½ litro de agua,

¼ kg. de zanahorias tiernas,

6 lonchitas finas de bacon.

**1 cebolleta fresca, 25 gr. de
mantequilla, 3**

**¼ litro de aceite para freír el bacon
(sobrará),**

cucharadas de aceite fino,

sal,

Se raspan con el filo del cuchillo las zanahorias, se lavan y se cortan en cuadraditos

pequeños. Se desvainan los guisantes y se guardan en las vainas. Se atan un par de

puñados (o mejor, se meten en una red de garbanzos).

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Se le añade entonces la cebolleta picada

muy fina y se le da unas vueltas con una cuchara de madera. Antes de que empiece a

tomar color (unos 3 minutos), se añaden las zanahorias y el agua. Se dejan cocer unos

15 minutos; se añaden entonces los guisantes y las vainas en la red. Se salan y se dejan

cocer unos 35 minutos, más o menos, según sean de tiernas las verduras (no se deben

deshacer). Cuando se vayan a servir se retiran las vainas y, volcando la cacerola tapada

con la tapadera, es le quita casi toda el agua. Se agrega entonces el trozo de mantequilla

y se revuelve hasta que esté derretida.

En una sartén se pone a calentar el J4 litro de aceite y se fríen las lonchas de bacon. Se

sirven las verduras en una legumbreira con el bacon alrededor, adornando.

365.—HABAS CON HUEVOS (6 personas)

2 kg. de habas muy tiernas y pequeñas,

un pellizco pequeño de bicarbonato,

6 cucharadas soperas de aceite,

100 gr. de jamón serrano veteado,

1 cebolla mediana (100 gr.),

3 huevos,

agua y sal.

Se pelan las habas (siendo éstas pequeñas y tiernas se comen con las vainas) como las

judías verdes, es decir, cortando las dos puntas y tirando con ellas de las hebras que

puedan tener en los costados. Se cortan a cuadraditos por cada grano. Se van echando en

agua fría abundante para lavarlas bien. En una cacerola se pone agua abundante a cocer;

cuando hierve a borbotones se echan las habas escurridas de su agua, se las rocía de sal

y se echa el pellizco de bicarbonato; se mueven y aplastan un poco con el dorso de una

cuchara de madera, para que estén todas cubiertas de agua desde el principio. Se dejan

cocer por espacio de una hora o 1¼ horas, destapadas (esto es importante, pues si no se ponen negras).

Mientras se cuecen, se va haciendo un refrito. En una sartén se pone a calentar el aceite

y, cuando está, se le añade la cebolla muy picada; se deja unos 5 minutos (que esté frita

sin tomar color). Se agrega el jamón, se le da también unas vueltas durante otros 3

minutos. Se escurren muy bien las habas

en un colador grande, se echan en la sartén y

se les da unas vueltas para que se refrían un poco.

Se baten los huevos en un plato con un tenedor, con una pizca de sal (muy poquito por

el jamón) y se vierten sobre las habas, dándoles rápidamente unas vueltas.

Cuando el

huevo empieza a estar cuajado entre las habas, se ponen en una fuente y se sirven

enseguida.

366.—HABAS SALTEADAS CON JAMÓN (6 personas)

4 kg. de habas muy tiernas,

1 cucharada sopera de perejil picado,

6 cucharadas soperas de aceite,

½ vaso (de los de vino) de agua,

100 gr. de jamón serrano muy picado,

sal.

2 dientes de ajo picados.

Se pelan las habas. En una cacerola se pone el aceite a calentar (poco). Cuando

está

templado se añaden las habas, se espolvorean con el ajo y el perejil picados, se salan y

se ponen a fuego muy lento, destapadas. De vez en cuando se saltean en la cacerola,

pero agarrando ésta por (as asas, para no tocar las habas. Después de unos 15 minutos

(más o menos) se les agrega el jamón muy picado y se terminan de hacer. Para que estén

tiernas se calcula entre $\frac{1}{2}$ hora y $\frac{3}{4}$..

Se sirven en una fuente.

367.—HABAS CON JAMÓN (6 personas)

4 kg. de habas,

100 gr. de jamón serrano veteadado,

3 cucharadas soperas de aceite,

el zumo de $\frac{1}{2}$ limón,

1 cebolla mediana (50 gr.).

agua y sal.

Se pelan de sus vainas y se quita el pellejo de cada grano. Se pone agua

abundante en un

cazo, el zumo de $\frac{1}{2}$ limón y la sal.

Cuando hierve se echan las habas y se cuecen a fuego

mediano unos 20 minutos (más o menos), destapadas. En una sartén se pone el aceite a

calentar, se le añade la cebolla muy picada, dándole vueltas unos 6 minutos para que no

dore pero se ponga transparente.

Después se añade el jamón picado y las habas bien

escurridas. Se da unas vueltas y se

sirven.

**368.—HABAS CON LECHE Y
YEMAS (6 personas)**

4 kg. de habas,

2 yemas,

25 gr. de mantequilla,

**1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,**

2 cucharadas soperas de aceite,

un pellizco pequeño de bicarbonato,

1 cucharada sopera colmada de

harina,

agua y sal.

1½ vaso (de los de agua) de leche,

Se les quitan las vainas y la piel de cada grano a las habas; se echan en agua hirviendo

abundante con sal. Se les añade el pellizquito de bicarbonato y se cuecen durante 20

minutos, destapadas. Pasado este tiempo, en una cacerola se pone la mantequilla con el

aceite a calentar; se echan las habas

escurridas pero no mucho, como salen con la

espumadera, se espolvorean con el perejil picado y la harina, se revuelven y se rocían

poco a poco con la leche. Se dejan cocer a fuego lento hasta que estén tiernas (unos 10

minutos), y, en el momento de servir, se les añaden las 2 yemas desleídas en un tazón

con un poco de la salsa de las habas, para que no se cuajen las yemas. Se incorporan a

las habas, se revuelve bien y se sirven enseguida bien calientes, pero sin que cuezan ya

más.

369.—HABAS EN SALSA (6 personas)

2 kg. de habas muy tiernas y pequeñas,

2 cucharadas soperas de harina,

6 cucharadas soperas de aceite,

**1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
(o ½ de**

1 cebolla mediana (100 gr.).

buen vinagre),

100 gr. de jamón serrano veteado,

**un pellizco muy pequeño de
bicarbonato,**

agua y sal.

Se preparan las habas (siendo éstas muy pequeñas y tiernas, se comen con las vainas)

como las judías verdes, es decir, cortando las dos puntas y tirando con ellas de las

hebras que puedan tener en los costados. Se cortan en cuadraditos por cada grano y se

van echando en agua fría abundante para lavarlas bien.

En una cacerola se pone agua abundante a cocer; cuando hierve a borbotones se echan

las habas escurridas de su agua, se rocían de sal y se pone el pellizco de bicarbonato; se

las mueve y aplasta un poco con el dorso de una cuchara de madera, para que estén

todas cubiertas de agua desde el principio. Se dejan cocer por espacio de 45 minutos a

una hora, destapadas (si no las habas se ponen negras).

Cuando vayan a estar cocidas, se va haciendo la salsa. En una sartén se pone el aceite a

calentar, se añade la cebolla picada y ésta se deja unos 6 minutos para que se refría sin

tomar color; se agrega la harina, se le da unas vueltas durante otros 5 minutos sin que

tome casi color. Se le añade el jamón picado no muy menudo (del tamaño de unos

guisantes), se rehoga un poco y se añade el vino.

Cuando están las habas cocidas se escurren en un colador grande, guardando algo de su

agua. Se echa la salsa en la cacerola y seguidamente las habas. Se les da unas vueltas

con la cuchara de madera y se les añade un poco del agua donde han cocido, lo justo

para que las medio cubra.

Se dejan cocer a fuego lento (y siempre destapadas) unos 10 minutos, y se sirven en una

fuelle.

370.—HABAS GUIADAS (6 personas)

4 kg. de habas,

1 cucharada sopera de vinagre,

1 lechuga pequeña (o unas hojas verdes

1 cucharada (de las de café) rasada de

tiernas),

pimentón,

1 cebolla pequeña picada (40 gramos),

4 cucharadas soperas de aceite,

1 diente de ajo,

un pellizco muy pequeño de bicarbonato,

2 rebanadas de pan frito,

agua caliente y sal.

Se desgranar las habas quitándoles también la piel que recubre cada haba.

Se pone un

cazo con agua y sal, y, cuando hierve, se echan las habas con el pellizco de bicarbonato;

se dejan cocer Va de hora, destapadas. Pasado este tiempo, se preparan como sigue:

En una sartén se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente, se fríen las 2 rebanadas

de pan y el diente de ajo. Se sacan y se machacan en el mortero. En este mismo aceite se

fríe !a cebolla unos 6 minutos para que

no tome color, y, después, retirando la sartén del

fuego para que no se quemé, se echa el pimentón y se añade enseguida la lechuga

picada muy fina y las habas. Se les da unas vueltas con una cuchara de madera y se

agrega lo del mortero desleído con el vinagre. Se rectifica de sal y se añade, si hace

falta, 3 ó 4 cucharadas soperas de agua. Se cuecen a fuego lento más o menos 25 minutos.

Si hiciese falta se puede añadir algo más de agua caliente. Una vez tiernas las habas, se

sirven en una fuente.

371.—HABAS FRITAS DE ADORNO

Como adorno de la carne se cuecen unas habas muy tiernas y pequeñas con su vaina,

pelándoles sólo los dos finales. Se cuecen en agua abundante y sal. Se les echa un

pellizquito de bicarbonato y se cuecen destapadas. Una vez bien tiernas se escurren

bien, se pasan por harina y se fríen. Se sirve asimismo con la carne.

**372.—JUDIAS VERDES
SALTEADAS CON
MANTEQUILLA, PEREJIL Y
LIMÓN (6**

personas)

1 kg. de judías verdes,

el zumo de 1 limón,

100 gr. de mantequilla,

agua y sal.

1 cucharada sopera colmada de perejil

picado,

Se preparan las judías verdes quitándoles las dos puntas y los hilos de los costados. Si

son de clase española, es decir, anchas y largas, también se cortan a lo largo y a lo

ancho. Se lavan en agua fresca y se ponen a cocer en agua abundante con sal. Cuando

hierve a borbotones el agua se sumergen las judías, y cuando el agua vuelve a hervir se

dejan $\frac{1}{2}$ hora, más o menos, con la

cacerola destapada. Este tiempo depende de lo

tiernas que sean. Una vez cocidas, se escurren en un colador grande y se refrescan al

chorro del agua fría para que no pierdan su bonito color verde. En una cacerola o sartén

se pone la mantequilla a calentar; antes de que esté totalmente derretida se añaden las

judías verdes bien escurridas. Se saltean bien y se les añade Justo antes de servir las el

perejil, espolvoreándolo por las judías, y el zumo de limón. Se sirven enseguida en una

fuelle.

Nota.-Para cocer las judías con anticipación, una vez tiernas, se les cambia el agua

caliente por agua fría (poniendo la cacerola debajo del grifo) y se dejan así en agua

hasta el momento de rehogarlas o prepararlas.

373.—JUDIAS VERDES REHOGADAS SOLO CON ACEITE

Y AJOS (6 personas)

½ kg. de judías verdes,

2 dientes de ajo,

5 cucharadas soperas de aceite frito,

agua y sal.

Se preparan, cuecen y refrescan las judías como en la receta anterior.

En una sartén se pone el aceite a calentar; una vez caliente, se refrién hasta que estén

bien dorados los dientes de ajo, pelados y dados un golpe con el mango de un

cuchillo.

Cuando están dorados se retiran y se rehogan en este aceite las judías, con cuidado de

no deshacerlas o requemarlas. Se sirven enseguida.

**374.—JUDIAS VERDES
REHOGADAS CON TOCINO (6
personas)**

1½ kg. de judías verdes,

1 cebolla mediana (70 gr.),

3 cucharadas soperas de aceite frito,

**1 cucharada sopera de perejil picado,
150 gr. de tocino veteado,
sal y agua.**

**jamón serrano o incluso bacon (como
más
guste),**

Se preparan y cuecen las judías como en la receta 372. Se escurren bien.

En una sartén se pone a calentar el aceite; una vez caliente, se pone la cebolla pelada y

partida en tiras finas, se rehoga unos 5

minutos y se añade el tocino o jamón, picado. Se

rehoga otros 5 a 10 minutos, moviéndolo para que no se requeme o agarre la cebolla. Se

echan entonces las judías bien escurridas y se saltean muy bien para que queden todas

ellas bien rehogadas. Se rectifica de sal si hiciese falta y se espolvorean con el perejil

picado. Se sirven enseguida.

375.—JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE

Salsa de tomate:

1 cebolla mediana (50 gr.),

$\frac{3}{4}$ kg. de tomates muy maduros,

$1\frac{1}{2}$ kg. de judías verdes,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

1 cucharada sopera de perejil picado,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

agua y sal.

Se arreglan las judías como para la receta 372, pero sólo se cuecen durante

15 minutos.

No se deben refrescar para esta receta, con el fin de no interrumpir demasiado su

cocción. Se tendrá hecha la salsa de tomate (receta 63). Una vez pasada la salsa por el

pasapurés, se vuelve a poner en la sartén y se echan las judías, escurriendo éstas lo más

que se pueda de su agua caliente. Se dejan cocer destapadas y a fuego más bien lento

durante unos 20 minutos, más o menos,

según sean de tiernas las judías.

Al ir a servir las, en la misma fuente se espolvorean con perejil picado.

**376.—JUDIAS VERDES CON
SALSA DE VINAGRE Y YEMAS (6
personas)**

1½ kg. de judías verdes,

agua fría que las cubra,

6 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada soperas de vinagre,

**1 cucharada soperas colmada de
harina,**

2 yemas de huevo,

sal.

Se arreglan las judías verdes quitándoles las puntas y los hilos. Si son anchas y largas,

se cortan por la mitad a lo largo y a lo ancho.

En una cacerola se pone el aceite. Cuando está caliente se ponen las judías crudas y se

rehogan bien (5 minutos). Se espolvorean después con la harina, se mueven bien con

una cuchara de madera y después se cubren con agua fría y se les echa la sal. Se dejan

cocer destapadas a fuego lento durante una hora, más o menos.

Al momento de servir, se ponen en un tazón las yemas de huevo y el vinagre, y se añade

muy poco a poco unas cucharadas de salsa de judías.

Después esto se revuelve con las judías del cazo, bien mezclado y moviendo bien, pero

sin ponerlo al fuego para que no cuezan

más.

**377.—JUDIAS VERDES CON
VINAGRETA (6 personas)**

1½ kg. de judías verdes,

**1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,**

2 cucharadas soperas de vinagre,

2 tomates grandes y duros en rodajas,

6 cucharadas soperas de aceite fino,

agua y sal.

1 cucharada sopera de cebolleta picada

(facultativo),

Se pelan, preparan, cuecen y refrescan las judías como en la receta 372.

Una vez hechas y frías, se hace la vinagreta en un tazón. Se espolvorean las judías con

la cebolleta picada y el perejil; se vierte la vinagreta bien batida y se mueve todo bien.

Se coloca en una fuente, ensaladera o

legumbrera y se adorna con rodajas de tomate

ligeramente espolvoreadas de sal.

**378.—JUDIAS VERDES CON
MAYONESA (6 personas)**

1½ kg. de judías verdes,

zumo de 1 limón pequeño,

agua y sal.

sal y pimienta,

unos tomates para adornar la fuente.

Mayonesa:

2 huevos,

2 vasos (de los de agua) de aceite fino,

Hágase la mayonesa en batidora (receta 94).

Preparar y cocer las judías verdes (receta 372).

Una vez escurridas, templadas o frías (según guste), se ponen en una fuente. Se cubren

con la mayonesa y se adorna la fuente con rodajas de tomate.

379.—LECHUGAS AL JUGO (6 personas)

**6 lechugas más bien pequeñas, agua,
la carne. (El caldo puede estar hecho
con una**

25 gr. de mantequilla,

**pastilla de Starlux, Maggi, Gallina
Blanca, etc.),**

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 hueso de codillo,

1 cucharada sopera de harina,

un poco de nuez moscada rallada.

1 vaso (de los de agua) de caldo o

resto de

salsa de

Se lavan bien las lechugas. Se les quitan las hojas exteriores que no sean buenas y se les

cortan los troncos, hasta donde se vea que no se desarman las lechugas. Se atan con un

hilo las hojas para que no se abran.

En un cazo amplio se pone agua abundante a cocer (no se pone sal, pues con el caldo y

el codillo se salarán). Cuando hierve a

borbotones se sumergen las lechugas y se dejan

cocer unos 10 minutos. Pasado este tiempo, se tira el agua caliente y se sumergen en

agua fría hasta que las lechugas estén frías. Se escurren entonces muy bien, apretando

un poco con las dos manos y colocándolas en un trapo limpio para que acaben de

escurrir. Aparte, en una sartén amplia (o cacerola), se pone la mantequilla y el aceite a

calentar. Una vez derretidos, se añade la harina. Se dan unas vueltas con una cuchara de

madera, y, poco a poco, se añade el vaso de caldo. Se añade entonces el hueso de

codillo y se colocan las lechugas en esta salsa, doblándolas en dos para que formen un

abanico. Se espolvorean con un poco de nuez moscada. Se tapa la sartén o cacerola con

una tapadera y se deja cocer a fuego lento durante 20 minutos. Pasado este tiempo se

pincha un tronco, y si está tierno, las lechugas están a punto de servir.

Se retira el hueso de codillo; con una espumadera se colocan con cuidado las lechugas

en la fuente donde se van a servir y se rocían con su salsa. Se sirven enseguida o se

puede preparar de antemano y calentar.

380.—LECHUGAS AL JUGO SIMPLES (6 personas)

6 lechugas pequeñas,

1½ vaso (de los de vino) de agua,

5 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de extracto de carne

**1 cucharada sopera rasada de harina,
(Liebig, Bovril, etcétera),**

**1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
sal.**

Se quitan sólo las hojas exteriores que no estén sanas, dejando las hojas verdes, que son

muy buenas. Se lavan bien, se escurren y se ata cada lechuga con un hilo para que

no se

abran al cocer. En una cacerola se pone el aceite a calentar y se ponen las lechugas a

rehogar unos 5 minutos [que tengan bastante sitio, para que no se monten unas encima

de otras). Una vez rehogadas, se espolvorea la harina y se añade el vino, el agua y algo

de sal (poca, pues el extracto de carne suele estar bastante salado). Se cubre la cacerola

con tapadera y, a fuego lento, se deja

cocer más o menos una hora. Al ir a servir las

lechugas, se colocan en una fuente quitándoles el hilo que tenían. En la salsa que queda

en la cacerola se añade el extracto de carne, se revuelve bien y se echa por encima de las

lechugas.

381.—LECHUGAS GUIADAS (6 personas)

6 lechugas más bien pequeñas,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

3 tomates medianos,

**1 cucharadita (de las de moka) de
concentrado**

1 cebolla grande (150 gr.),

**de carne (Mandarín, Liebig, Brovril,
etc.),**

4 cucharadas soperas de aceite,

sal.

**1 vaso (de los de agua) no muy lleno
de agua,**

Se cortan las hojas exteriores malas de
las lechugas. Se dejan enteras, pero

quitándoles

el tronco que pueda sobrar sin que se desarmen las lechugas, y se lavan bien.

Una vez

lavadas se escurren y se atan con un hilo grueso, cerca del final de las hojas; esto es con

el fin de que tío se abran y queden feas las lechugas al servir.

En una cacerola amplia se pone el aceite a calentar, se coloca la cebolla pelada y cortada

en dos y luego en gajos finísimos, cubriendo todo el fondo. Sobre éste se

colocan las

lechugas, que no estén montadas. Se pelan los tomates y se parten en cuatro, quitándoles

la simiente, y se reparten los trozos entre las lechugas. Se sala (más bien poco, pues

luego con el concentrado de carne quedará en su punto de sal). Se añade el vino blanco,

y, bien tapada la cacerola, se pone a fuego lento unos 5 minutos. Después de este tiempo

se agrega poco a poco el agua a medida

que va haciendo falta, y después de una hora se

ve si están tiernas pinchando el tronco con un alambre. Si están, se retira la cacerola y se

sirven las lechugas en una fuente alargada. En el caldo con la cebolla y el tomate se

añade el concentrado de carne. Se revuelve bien y se vierte sobre las lechugas puestas

en la fuente.

Este plato se puede hacer de antemano y recalentar añadiendo únicamente el

concentrado de carne al ir a servir las.

382.—LOMBARDA CON CEBOLLA Y VINO TINTO (6 personas)

1½ kg. de lombarda,

2 cucharadas soperas de vinagre,

5 cucharadas soperas de aceite,

**½ vaso (de los de agua) de agua
hirviendo,**

¼ kg. de cebollas,

2 dientes de ajo,

2 manzanas reineta medianas,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

2 vasos (de los de agua) de vino tinto,

sal.

Se separan las hojas de la lombarda, se les quita el tronco y la parte dura del centro de la

hoja, así como las hojas exteriores que se vean más duras. En una tabla de madera se

cortan a tiras finas todas las hojas y se lavan en agua fría abundante. En una cacerola

gruesa (porcelana o barro resistente al

fuego) y honda se pone el aceite a calentar. Una

vez caliente, se pone la lombarda escurrida y se mueve con una cuchara de madera para

que se empape con el aceite. Se tapa la cacerola y se pone a fuego mediano durante 10

minutos. Pasado este tiempo se saca en un plato casi toda la lombarda, dejando sólo una

capa en el fondo de la cacerola; se pone una capa de cebollas peladas y cortadas en

tiritas, sal, una pizca de hierbas aromáticas, 1 diente de ajo pelado y muy picado, una

manzana pelada partida en trozos, sacado el centro, y en láminas finas; otra vez

lombarda, y así, en capas, todos los ingredientes. Se rocía con el vinagre, el vino y el

agua caliente. Se tapa bien y se pone a horno lento durante 2 horas más o menos.

Pasadas 2 horas se mira cómo está el guiso, pues si la lombarda es tierna y fresca es

probable que esté en su punto. Si no, se deja algo más. Se sirve en la misma cacerola

que se ha hecho.

383.—ENSALADA DE LOMBARDA (6 personas)

2 lombardas de ½ kg. cada una,

6 cucharadas soperas de aceite,

agua y sal.

pimienta molida y sal.

Vinagreta:

2 cucharadas soperas de vinagre.

Se separan las hojas de la lombarda, se les quita el tronco y la parte dura del centro de

las hojas. Se cortan en tiritas finas poniendo varias hojas juntas en una tabla de la carne

y cortándolas con un cuchillo grande. Se lavan bien en agua fría abundante. En una

cacerola amplia se pone agua y sal a hervir; cuando cuece a borbotones se sumerge la

lombarda, apoyando con una

espumadera para que entre toda bien en el agua. Se cuece

durante 5 minutos. Se vuelca en un colador grande y se escurre muy bien. Cuando la

lombarda está templada, se pone en una legumbrera y se aliña con la vinagreta, pudiéndola tomar templada o fría.

384.—PREPARACIÓN DE LOS NABOS

Los mejores meses para comer los nabos son de mayo a febrero. Están entonces tiernos

y con la carne apretada. Para casi todas las formas de prepararlos hay que lavarlos,

pelarlos y, aunque sean pequeños (que son mejores y más tiernos), se cortan en dos a lo

largo, o en rodajas no muy finas. Se sumergen en agua abundante hirviendo y sal. Se

cuecen durante 10 minutos, después de los cuales se escurren en un colador grande. Así

están listos para varias recetas.

385.—NABOS SALTEADOS CON

MANTEQUILLA (PARA ADORNO)

(6 personas)

1 kg. de nabos pequeños,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar, sal.**

75 gr. de manteca de cerdo,

Se tornean (es decir, con un cuchillo se les da bonita forma) los nabos para que queden

todos iguales. Se preparan como va explicado anteriormente. Una vez cocidos y

escurridos, se pone la manteca a derretir

en una sartén; cuando está derretida se ponen

los nabos, y, a fuego lento, se les deja terminar de cocer salteando de vez en cuando la

sartén; esto durante unas $\frac{1}{2}$ hora más o menos. Pasado este tiempo se salan y se

espolvorean con el azúcar para que tomen un poco de color dorado.

386.—NABOS CON BECHAMEL Y YEMAS (6 personas)

2 kg. de nabos tiernos,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

agua y sal.

1½ vaso (de los de agua) de leche fría,

Bechamel:

2 yemas,

2 cucharadas soperas de harina,

un poco de nuez moscada rallada y sal.

30 gr. de mantequilla,

Preparar y cocer los nabos (receta 384), cortándolos en rodajas. Después de cocidos

unos 10 minutos se escurren. En una

cacerola se pone la mantequilla a derretir con el

aceite; una vez derretida se añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchara de

madera y se añade la leche fría poco a poco (si hiciese falta algo más de leche para

cubrir los nabos, no importa). Se cuece durante unos 5 minutos y se sala. Se agregan los

nabos bien escurridos, se pone un poco de nuez moscada rallada y se mueve bien todo.

Se deja cocer despacio hasta que estén los nabos tiernos (para saberlo se pincha un nabo

con un alambre), unos 35 minutos.

Se mueven de vez en cuando para que no se agarren. Al ir a servirlos se ponen las

yemas en un tazón, se deslíen con un poco de salsa para que no se cuajen y se

incorporan después a los nabos, moviendo bien todo antes de servir sin que vuelva a

cocer la salsa.

387.—NABOS CON BECHAMEL Y

QUESO RALLADO, GRATINADOS

(6 personas)

2 kg. de nabos tiernos, agua y sal.

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

Bechamel:

1 cucharadita (de las de moka de extracto de

3 cucharadas soperas de harina,

carne (Liebig, Mandarín, Bovril, etc.),

40 gr. de mantequilla,

75 gr. de gruyere rallado,

**2 cucharadas soperas de aceite fino,
sal.**

Preparar y cocer los nabos (receta 384), cortándolos en rodajas de mediano grosor y

cociéndolos unos 30 minutos. Después escurrirlos muy bien.

Hacer la bechamel como está explicado en la receta anterior, añadiéndole al final el

extracto de carne y cuidando de poner la sal después del extracto de carne, pues éste

sala bastante. Colocar los nabos en una fuente de cristal o porcelana resistente al fuego;

cubrirlos con la bechamel y espolvorear ésta con el queso rallado. Meter al horno para

gratinar, hasta que esté bien dorada la bechamel.

388.—NABOS CON ZANAHORIAS (6 personas)

$\frac{3}{4}$ kg. de zanahorias,

6 cucharadas soperas de aceite,

$\frac{3}{4}$ kg. de nabos,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

1 cebolla grande (125 gr.),

agua y sal.

1 cucharada sopera de harina,

Se lavan y pelan las zanahorias y los nabos. Se cortan en 2 ó en 4 (según lo gruesos que

sean) a lo largo.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; una vez caliente, se echa la cebolla pelada y

picada menuda. Se rehoga hasta que esté transparente (unos 6 minutos) y entonces se

ponen las zanahorias y los nabos. Se espolvorean con la harina, se salan y se añade el

azúcar. Se mueve todo bien y se agrega agua, la justa para que los cubra. Se deja cocer

lentamente, es decir, a fuego mediano durante más o menos $\frac{1}{2}$ hora. Esto depende de lo

frescos y tiernos que estén las zanahorias y los nabos. Se sirven en fuente honda con su

salsa.

389.—PEPINOS PARA ENSALADA

Se escogen unos pepinos bien verdes y duros. Se pelan y cortan en rodajas finas, se

espolvorean de sal y se tienen así por lo menos un par de horas.

Pasado este tiempo, se ponen en un colador grande o pasapurés y se lavan un poco al

chorro de agua fría. Se secan con un paño de cocina limpio y se ponen en un plato con

vinagreta y perejil picado (esto es facultativo). Se meten en la nevera un ratito para que

estén bien frescos.

Se pueden servir solos o mezclados con tomates y pimientos verdes.

390.—BARCAS DE PEPINOS CON ENSALADILLA (6 personas)

6 pepinos medianos,

Mayonesa:

¼ kg. de gambas cocidas,

1 huevo,

2 dientes de ajo,

¼ litro de aceite fino,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

zum de 1 limón,

3 tomates duros,

sal.

1 cogollo de lechuga,

**1 pimiento verde pequeño o un poco
de**

pimiento rojo de lata,

2 huevos duros,

sal.

Se lavan por fuera los pepinos, se secan y se parten por la mitad a lo largo. Se rocían

con un poco de sal y se ponen boca abajo $\frac{1}{2}$ hora antes de ir a prepararlos. Mientras

sueltan su agua, se hace la mayonesa (receta 94).

Con la punta de un cuchillo se quitan los centros de los pepinos para que queden como

unas barcas y se reserva, picada, esta carne. Se pican los dientes de ajo y la cebolla y se

espolvorean en los pepinos. Se ponen en una fuente y se cubren los pepinos con papel

de plata. Se meten en la nevera durante una hora. Mientras tanto se cuecen las gambas.

Se ponen en un cazo con agua fría que las cubra y sal. Cuando el agua empieza a hervir,

se retiran, se escurren y se pelan de su cáscara.

En una ensaladera se pone la ensalada muy picada. El pimiento cortado a cuadraditos, el

pepino que se ha retirado al dar forma de barca, también picado, el tomate en trocitos,

las gambas y la mayonesa. Se revuelve todo muy bien y se rellenan los pepinos con esta

ensaladilla. Se pica muy fino el huevo duro y se espolvorea por encima. Se vuelve a

cubrir con el papel de plata y se mete en la nevera otra hora. Se sirve así muy frío. Se

come con cuchara.

391.—MANERA DE PREPARAR LOS PIMIENTOS ROJOS

Se limpian frotándolos con un paño, sin mojarlos. Se ponen así en la parrilla del horno y

a fuego mediano se asan. El tiempo depende mucho del gusto de cada cual, si gustan los

pimientos más o menos blandos. Pero se puede calcular unos 25 minutos. Pasado este

tiempo se sacan. Se ponen en la tabla de la carne y se cubren con un paño o se

envuelven en un papel, o se ponen entre dos platos. Cuando ya están fríos, se pelan y se

cortan en dos a lo largo, vaciando las simientes. Se cortan entonces en tiras de un dedo

de ancho. Se prepara una vinagreta bastante cargada de vinagre y se cubren con ella los

pimientos un rato antes de ir a comerlos.

392.—PIMIENTOS ROJOS CON HUEVOS DUROS

Se procede como en la receta anterior. Una vez macerados los pimientos una $\frac{1}{2}$

hora en

la vinagreta, se escurren un poco y se sirven con rodajas de huevo duro.

**393.—PIMIENTOS VERDES
FRITOS, PARA ADORNAR LA
CARNE (6 personas)**

1 kg. de pimientos verdes,

sal.

2 vasos (de los de vino) de aceite,

Si hace falta se lavan los pimientos y luego con un paño limpio se secan muy bien. Si

no, se frotan solamente en seco. Se les corta el rabo con un trozo de carne alrededor

(pues esta pulpa suele estar dura). Se vacían de simientes y, si son grandes, se cortan en

tiras o en aros. Si son pequeños, se cortan en dos a lo largo e incluso se dejan enteros,

salándolos entonces en el interior, una vez quitadas las simientes.

En una sartén se pone el aceite a calentar y cuando está templado se ponen los

pimientos, se salan y se tapan con una tapadera. Se hacen a fuego lento más o menos 20

minutos. Se escurren bien de su aceite y se sirven.

**394.—PIMIENTOS VERDES
RELLENOS DE CARNE (6 personas)**

12 pimientos verdes medianos,

1 cucharada sopera de vino blanco,

½ litro de aceite (sobrará).

sal.

Relleno:

Salsa:

**300 gr. de carne picada (mitad
ternera, mitad**

**5 cucharadas soperas de aceite frito,
cerdo),**

2 zanahorias medianas,

**100 gr. de jamón serrano veteado
(picado con la 1 cebolla grandecita
(100 gr.),**

carne),

1 tomate maduro grande,

1 migajón de pan mojado en leche caliente,

1 cucharada sopera de harina,

1 diente de ajo,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

1 litro de agua,

1 huevo,

sal.

Se limpian los pimientos frotándolos

con un paño limpio. Se les quita el rabo y la parte

alrededor del rabo. Se vacían de simientes. En una ensaladera se prepara el relleno

mezclando todos los ingredientes. Si el migajón de pan estuviese muy empapado al ir a

ponerlo en la ensaladera, se estruja un poco. Una vez mezclado todo se rellenan los

pimientos y se cierran con un palillo, cogiendo los bordes abiertos de los pimientos.

En una sartén se pone a calentar el $\frac{1}{2}$ litro de aceite y se dan unas vueltas a los

pimientos de 3 en 3, retirándolos a medida que se van friendo y poniéndolos en una

cacerola limpia. En la misma sartén se dejan sólo las 5 cucharadas de aceite, se calienta

y se fríe la cebolla pelada y picada hasta que esté bien doradita; se añade el tomate

cortado en cuatro trozos y vaciadas las simientes, las zanahorias peladas, lavadas y

cortadas en rodajas finas. Después de esto se agrega la harina, el vino y el agua fría. Se

deja cocer unos 25 minutos. Se pasa la salsa por el pasapurés, echándola por encima de

los pimientos que están en la cacerola. Se pone sal y se deja cocer a fuego lento unos 45

minutos, moviendo de vez en cuando la cacerola para que no se agarren ni los pimientos

ni la salsa (si ésta se espesara demasiado, se le puede añadir un poco de agua caliente).

Se sirven en una fuente más bien honda.
Este plato se puede preparar de
antemano, pues

está bueno recalentado.

**395.—PIMIENTOS RELLENOS DE
CARNE PICADA Y ARROZ CRUDO
(6 personas)**

**6 pimientos verdes
medianos redondos y**

1 huevo,

carnosos,

1 plato con harina,

6 cucharadas soperas rasadas de arroz

1 cebolla mediana (50 gr.),

(corriente),

1 cucharada soperas de harina,

375 gr. de carne picada,

1 pastilla de caldo (Starlux, AVecrem),

½ diente de ajo y perejil picados,

1 pellizco de azafrán en polvo,

**1 vaso (de los de agua) bien lleno de
aceite**

agua y sal.

(sobrar ),

Se escogen unos pimientos verdes que no sean muy alargados, sino redondos de forma.

Se les quita el rabo y la tapa alrededor del rabo con un cuchillo. Se vacían de las

simientes. Se salan ligeramente por dentro. Se rellena cada pimiento con una cucharada

sopera rasada de arroz crudo. En un plato se mezcla la carne picada con el $\frac{1}{2}$ diente de

ajo, un poco de perejil muy picados y sal. Con esto se terminan de rellenar los

pimientos. En una sartén se pone el aceite a calentar mientras que en otro plato se bate

el huevo como para tortilla y se remoja cada hueco donde está el relleno en harina

primero y después en huevo. Así mismo, o sea, boca abajo, se ponen en la sartén para

que se refrían un poco. Una vez cuajado el huevo, se tumban los pimientos y se refríen

todos ellos durante 5 minutos. Esta operación se hace por tandas para que queden

holgados los pimientos al freírlos. Se van colocando en una cacerola.

Se quita casi todo el aceite de la sartén, dejando sólo unas 4 cucharadas soperas. Se

refrío la cebolla pelada y picada hasta que empieza a dorar (unos 7 minutos); se le añade

la harina (una cucharada), se dan unas vueltas con una cuchara de madera y después se

agrega sal (poca), el azafrán y 2 vasos (de los de agua] de agua. Se deja cocer unos 3

minutos y se cuela por el pasapurés, colocando éste encima de la cacerola donde están

los pimientos. Se deslíe la pastilla de caldo con un poco de agua y se añade a los

pimientos. Se agrega entonces más agua, hasta dejarlos medio cubiertos Se cubre la

cacerola y se pone a cocer. Cuando están tiernos (más o menos $\frac{3}{4}$ de hora, pero esto

depende de la clase y el tamaño de los pimientos), se sirven con su salsa, o se pueden

reservar, volviéndolos a calentar al ir a servirlos.

396.—PUERROS CON VINAGRETA O CON MAYONESA (6 personas)

**2 ó 3 puerros medianos por persona,
agua y sal.**

Se cortan las raicitas de los puerros, así

como la parte verde. Se lavan muy bien y se

pone agua abundante con sal a cocer. Cuando rompe el hervor se sumergen en el agua y

se dejan cocer más o menos 30 minutos. Pasado este tiempo, se escurren muy bien y se

sirven templados, puestos como los espárragos, en una fuente recubierta con servilleta

doblada, para que absorba lo que les pudiese quedar de agua. Aparte se sirve una

vinagreta con vinagre, sal, aceite y una punta de cuchillo de mostaza. O también con

una mayonesa clásica, receta 94.

397.—PUERROS GRATINADOS (6 personas)

2 ó 3 puerros por persona (según gusto),

75 gr. de queso gruyere rallado,

2 lonchas gruesas de bacon (tocino ahumado), 30 gr. de mantequilla,

200 gr.,

**3 cucharadas soperas de aceite,
agua y sal.**

Lavar, preparar y cocer los puerros como en la receta 396. Sacarlos del agua y

escurrirlos muy bien. Colocarlos en una fuente resistente al horno (inox, cristal o

porcelana); cortar en tiritas el bacon, quitándole la piel dura del borde. Poner el aceite a

calentar en una sartén y freír el bacon. Esparcirlo por los puerros y entre ellos.

Espolvorear con el queso rallado. Poner

la mantequilla en trocitos como avellanas y

meter al horno hasta, que estén gratinados. Servir en la misma fuente.

**398.—PUERROS CON BECHAMEL
(6 personas)**

12 puerros grandes, agua,

**1 cucharada sopera rasada de
concentrado de**

25 gr. de mantequilla,

tomate (o salsa de tomate espesa),

2 cucharadas soperas de aceite fino,

75 gr. de gruyere rallado,

**1 cucharada sopera colmada de
harina,**

**2 cucharadas soperas de perejil picado
(para**

½ litro de leche fría,

adorno),

sal.

Se cortan las raicitas y la parte verde de los puerros, se lavan muy bien y se sumergen

en agua hirviendo abundante con sal. Se

dejan cocer durante unos 15 minutos y, pasado

este tiempo, se escurren bien.

En una sartén se pone a derretir la mantequilla con el aceite; cuando está caliente se

añade la harina, se mueve con unas varillas y, poco a poco, se agrega la leche fría. Se

dan vueltas y se cuece durante unos 10 minutos. Se pone un poco de sal y el

concentrado de tomate, que le dará a la bechamel un ligero color rosa. Se colocan los

puerros en una fuente de cristal o porcelana resistente al horno y se cubren con la

bechamel. Se espolvorea con el queso rallado y se mete al horno a gratinar hasta que el

queso esté dorado. Se espolvorea el perejil en dos rayas y se sirve.

399.—PUERROS AL CURRY (6 personas)

Se prepara exactamente igual que la anterior, sustituyendo el concentrado de tomate por

una cucharadita (de las de moka) de

curry, que da un sabor más exótico al plato.

400.—MANERA DE COCER LAS REMOLACHAS

Se lavan bien las remolachas enteras con piel y hojas, sin cortar éstas, pues la remolacha

pierde su bonito color rojo. Se ponen en un cazo con abundante agua fría y sal y se

dejan cocer, desde que rompe el hervor, a fuego mediano unas 2 horas. Para saber si

están blandas se pinchan con un

alambre.

Se dejan enfriar fuera del agua, se pelan y se cortan en rodajas o en cuadraditos,

aliñándolas después con aceite, vinagre y sal.

401.—MANERA DE PREPARAR EL REPOLLO

Para quitar bien los gusanitos y bichos, que pueden estar entre las hojas, se debe lavar el

repollo, a ser posible con las hojas ya sueltas, con agua abundante y un chorro de

vinagre o de zumo de limón.

Nota.-Véase en consejos y trucos de cocina cómo se pone un casco de cebolla cruda y

pelada encima de la tapadera, mientras cuece el repollo, para que absorba el mal olor.

402.—REPOLLO CON MAYONESA (6 personas)

2 kg. de repollo tierno,

agua y sal.

Para adorno:

Cuatro patatas nuevas cocidas con la piel, peladas después de cocidas y cortadas en 2 ó

en 4 trozos, según sean de grandes, o tomates en rodajas.

Mayonesa:

el zumo de 1 limón o vinagre,

2 huevos,

sal.

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite fino.

Se corta el tronco y se separan las hojas, quitándoles a las más exteriores las

partes

duras del centro de las hojas. Después se corta todo el repollo en tiras de un dedo de

ancho.

Se lava muy bien. En una olla se pone agua abundante con sal a cocer. Cuando hierve,

se sumerge el repollo y se empuja con una espumadera para que se sumerja bien todo.

Se tapa la olla y se deja cocer hasta que esté tierno (más o menos 30 minutos). Se hace

la mayonesa mientras cuece (receta 94).
Una vez cocido el repollo se escurre
muy bien

y, si se quiere caliente, se coloca en una
fuente redonda u ovalada con los trozos
de

patata alrededor. Se cubre todo con la
mayonesa y se sirve enseguida.

Si se quiere frío o por lo menos
templado, se adorna con las rodajas de
tomate y se

cubre igualmente con mayonesa. Esta
salsa debe ser abundante, pues es la
primera

condición para que este plato sea bueno.

**403.—REPOLLO AL JUGO (6
personas)**

**2 kg. de repollo tierno (francés si es
posible),**

**2 vasos (de los de agua) de caldo (o
agua con**

70 gr. de manteca de cerdo,

**una pastilla de Gallina Blanca, Maggi,
etc.),**

150 gr. de tocino veteado,

2 hojas de laurel,

2 zanahorias medianas (100 gramos),
agua y sal.

1 cebolla mediana (80 gr.),

Se quitan las primeras hojas, que suelen estar marchitas. Se corta el tronco y se separan

las hojas primeras; se les quita el centro de la hoja, que está duro, y se pica en tiras de

un dedo de grueso, así como el resto del repollo. Se lava y en una cacerola se pone agua

abundante con sal. Cuando rompe a

hervir se sumerge el repollo, ayudándole con una

espumadera para que quede todo él cubierto de agua. Cuando vuelve a romper el hervor

se suele dejar unos 20 minutos (este tiempo depende de lo tierno que sea el repollo).

En una cacerola se pone la manteca a calentar; cuando está caliente se rehoga el tocino,

cortado en lonchas finas. Se separa el tocino en un plato.

Se rehoga la cebolla, pelada y cortada

en redondeles. Se rehoga unos 5 minutos hasta

que se pone transparente. Se añade entonces el repollo, bien escurrido, las zanahorias

peladas, lavadas y cortadas en rodajas finas y la mitad del tocino, y se mueve bien todo

junto. Se rocía con el caldo caliente y se cubre el repollo con el resto del tocino. Se

ponen las dos hojas de laurel, se tapa la cacerola y se deja a fuego lento unas 2 horas.

De vez en cuando se mueve la cacerola para que no se agarre el repollo. Se sirve en una

fuelle honda.

404.—BUDÍN DE REPOLLO CON SALSA DE TOMATE (6 personas)

1½ kg. de repollo (francés con preferencia),

(Liebig, Bovril, Mandarín, etcétera) ,

50 gr. de mantequilla,

sal.

100 gr. de jamón serrano,

Salsa de tomate:

**3 huevos, 3 cucharadas soperas de
leche,**

1 kg. de tomates maduros,

**1 cucharadita (de las de moka) de
concentrado**

3 cucharadas de aceite frito,

de carne

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

sal.

Lo primero se hace la salsa de tomate (receta 63). Se reserva una vez pasada.

Se corta el tronco del repollo, se quitan las hojas malas exteriores y se separan las que se

vayan a preparar, quitando a las más exteriores la parte central de la hoja, que está dura.

Se corta todo en tiras finas y se lava.

En una cacerola o en una olla se pone agua fría abundante con sal. Cuando hierve a

borbotones se sumerge el repollo, apoyando con una espumadera para que

entre todo, y

se deja cocer $\frac{1}{2}$ hora (más o menos, hasta que esté bien tierno). En un colador grande se

escurre muy bien.

En una sartén honda se pone a calentar parte de la mantequilla (con parte de ella —unos

15 gr. más o menos— se unta bien el molde del budín) y se echa el repollo y el jamón

muy picado. Se rehoga bien y se separa del fuego.

En una ensaladera se baten los huevos como para tortilla con la leche y se añaden al

repollo. Se revuelve todo bien y se vierte en la flanera untada con mantequilla. Se mete

al horno al baño maría una hora más o menos. El agua del baño maría estará hirviendo

al poner el budín y el horno se habrá calentado unos 10 minutos antes. Cuando está el

budín, se apaga el horno y se abre durante 8 minutos, con el fin de que no se abra el

budín al volcarlo.

Se desmolda en una fuente redonda y se cubre con la salsa de tomate. Se sirve enseguida.

**405.—HOJAS DE REPOLLO
FRITAS (PARA ADORNO DE LA
CARNE) (6 personas)**

1 repollo de 1 kg. más o menos,

1 plato con harina.

agua y sal,

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite (sobrará mucho),

Se corta el tronco y se separan con cuidado las hojas para que no se rompan. Se lavan

bien y se sumergen en agua hirviendo con sal, empujándolas con una espumadera para

que todas queden bien metidas en el agua. Se cubre con tapadera y cuando rompe el

hervor se deja unos 30 minutos. Una vez cocidas las hojas se sacan con cuidado, se

escurren y se ponen sobre un trapo limpio para que absorba el agua que les quedaba. Se

doblan los dos costados laterales de las hojas y se enrollan para que se queden del

tamaño de una croqueta grande, con los finales rectos. Se pasan por harina y se fríen de

4 en 4. Cuando están doradas se sacan, se dejan escurrir y se guardan al calor hasta el

momento de ponerlas de adorno alrededor de la carne. Estos rollitos van muy bien con

carnes con salsa: redondo guisado, guisos, etc.

**406.—HOJAS DE REPOLLO
RELLENAS DE JAMÓN CON
BECHAMEL (6 personas)**

1 repollo de 1 kg.,

2 vasos (de los de agua) de leche fría,

**150 gr. de carne ya hecha y picada
(unas**

25 gr. de mantequilla,

sobras) o 150 gr. de jamón de York,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

80 gr. de queso gruyere rallado.

agua, sal.

**2 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

Se preparan y cuecen las hojas de repollo como en la receta anterior. Una vez

preparadas las hojas y muy escurridas sobre un paño, se rellenan con la carne o el

jamón, muy picado. Se forman unos rollitos y se ponen en una Fuente resistente al

horno, como si fuesen canalones.

En una sartén se pone a calentar el aceite con la mantequilla; una vez derretidos se

añade la harina, se da unas vueltas con una cuchara de madera o con las varillas. Se

agrega poco a poco la leche fría. Se deja cocer esta bechamel unos 10 minutos, se echa

un poco de sal y se vierte por encima de los rollitos. Se espolvorean con el queso rallado

y se mete al horno a gratinar. Cuando está bien dorada la bechamel, se sirve en la misma

fuentes.

Nota.-Se puede hacer la bechamel con mitad leche y mitad caldo (o agua con una

pastilla de AVECREM, Starlux, etc.)

407.—TIRABEQUES (6 personas)

1½ a 2 kg. de tirabeques,

2 cucharadas soperas de harina,

100 gr. de tocino veteado,

1 litro de caldo (o agua con una pastilla),

5 cucharadas soperas de aceite,

2 yemas de huevo,

1 cebolla mediana (100 gr.),

sal.

Se arreglan los tirabeques como las judías verdes, es decir, cortándoles las dos puntas y

tirando de ellas para quitar los hilos si los tuviesen. Se dejan enteros. Se lavan bien en

agua fresca. En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente se le

agrega la cebolla, que se refríe durante unos 5 minutos, después de los cuales se pone el

tocino cortado en cuadraditos. Pasados otros 5 minutos, se ponen los tirabeques bien

escurridos de agua. Se tapa la cacerola y, a fuego vivo, y salteándolos de vez en cuando

para que se rehoguen todos, se dejan 10 minutos. Se destapa la cacerola y se

espolvorean los tirabeques con las 2 cucharadas soperas de harina y se salan. Se mueven

bien con una cuchara de madera y se les vierte el litro de caldo encima. Se tapa de

nuevo la cacerola y, cuando rompe el hervor, se deja a fuego lento (sin que dejen de

cocer) durante una hora. Cuando se vayan a servir, se ponen las 2 yemas en un tazón y

con un poco de salsa de los tirabeques se deslíen para que no se corten. Se incorporan a

los tirabeques, moviendo bien para que se repartan por igual las yemas en toda la salsa.

Si se viese que los tirabeques tienen un exceso de salsa, antes de agregar las yemas se

les quita un poco, dejándolos sólo con la necesaria.

408.—MANERA DE PELAR LOS TOMATES

Cuando se quieran pelar los tomates, se procede de dos maneras: 1.^a Se pone agua a

hervir y cuando hierve a borbotones se sumergen los tomates durante unos 3 segundos.

Se sacan acto seguido, se pelan y se

echan en agua fría para que se endurezcan otra vez.

2.^a Con un cuchillo se pasa el canto opuesto al filo del mismo apoyando bastante sobre

el tomate. Después con el filo se pelan, desprendiéndose la piel así mucho más fácilmente.

409.—TOMATES RELLENOS DE CARNE (6 personas)

12 tomates (bien colorados) medianos,

1 diente de ajo muy picado,

300 gr. de carne picada (mitad ternera y mitad

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

magro de cerdo),

2 cucharadas soperas de aceite,

1 huevo entero,

sal.

2 cucharadas soperas colmadas de pan rallado,

Con la punta de un cuchillo se cortan los rabos y la parte dura de los tomates. Se

les

hace un agujero en el centro. Se les pone un poco de sal y así preparados se tienen boca

abajo durante una hora, más o menos, para que suelten el agua. En una ensaladera se

mezcla la carne picada, el huevo batido como para tortilla, el ajo, el perejil, el pan

rallado y un poco de sal. Se mezcla bien, pero dejando la masa suelta. Con una cucharita

se rellenan los tomates, dejando que

sobresalga la carne de los tomates.

En una fuente de metal, porcelana o cristal resistente al horno se pone el aceite de

manera que quede untado todo el fondo. Se colocan los tomates unos al lado de los otros

y se meten a horno mediano durante una hora más o menos, hasta que se vea que los

tomates están blandos. Se sirven en la misma fuente.

410.—TOMATES RELLENOS DE BECHAMEL Y QUESO RALLADO

(6 personas)

12 tomates maduros medianos,

2 cucharadas soperas de harina,

5 cucharadas soperas de aceite,

½ litro de leche fría,

25 gr. de mantequilla,

100 gr. de gruyere rallado,

2 cucharadas soperas de aceite.

2 huevos,

sal.

Con la punta de un cuchillo se quita la tapa alrededor del rabo y las simientes para que

queden como unas cazoletitas. Se pone sal en el interior y se dejan boca abajo durante

una hora para que suelten su agua.

Pasado este tiempo se colocan en una fuente resistente al horno. Se pone en cada tomate

un poco de aceite (repartiendo las 5 cucharadas para los 12 tomates). Se meten a horno

mediano durante 35 minutos, más o

menos.

Mientras tanto se hace la bechamel. En una sartén se pone la mantequilla y el aceite a

calentar. Cuando están derretidos se añade la harina, se da unas vueltas y se añade poco

a poco la leche sin dejar de dar vueltas con unas varillas o con una cuchara. Se cuece

durante unos 10 minutos. Se echa un poco de sal, pues el queso también está salado.

Fuera del fuego, se agrega la mitad del

queso y las yemas (teniendo cuidado de que la

bechamel no esté muy caliente y las cuaje). Se montan a punto de nieve las 2 claras con

un pellizco de sal, se incorporan a la bechamel y con esto se rellenan los tomates. Se

espolvorean con el resto del queso y se meten a horno más bien fuerte hasta que esté la

bechamel bien dorada. Se sirve enseguida en su misma fuente.

411.—TOMATES AL HORNO CON

PEREJIL Y AJO PICADO (6 personas)

6 tomates graneles maduros,

1½ cucharadas (de las de café) de ajo picado,

6 cucharadas soperas de aceite,

pan rallado,

1 cucharada sopera de perejil picado,

sal.

Se lavan y cortan unos tomates grandes, maduros y carnosos en dos a lo ancho.

Se les

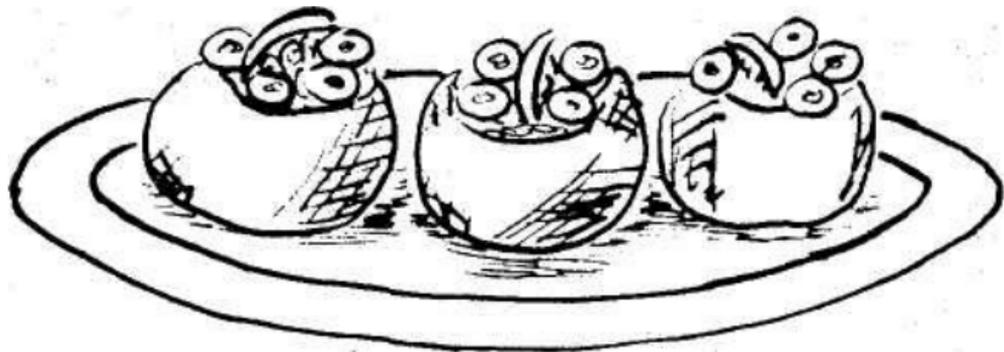
quita la simiente y se les echa sal. Se ponen boca abajo una hora antes de prepararlos

para que suelten su agua.

Pasado este tiempo se colocan boca arriba en una fuente de barro, cristal o porcelana

resistente al horno. Se pone en cada medio tomate un poco de perejil picado, un poco de

ajo y se espolvorea un poco de pan rallado. Se vierte por encima $\frac{1}{2}$ cucharada de



aceite. Se mete en el horno mediano durante una hora más o menos, hasta que la carne

esté bien asada y blanda. Se sirven en su misma fuente.

Estos tomates, escogiéndolos más pequeños, se sirven también para adornar la carne.

412.—TOMATES RELLENOS DE ENSALADILLA RUSA

Este plato sirve como entremés en verano.

6 tomates grandes,

300 gr. de ensaladilla rusa con mayonesa.

unas hojas de lechuga,

Con la punta de un cuchillo se les quita a los tomates el redondel alrededor del rabo para

quitarles toda esa parte dura. Con una cuchara de las de café se les quita la simiente y

algo de carne, con el fin de que queden

un poco huecos. Se espolvorea el interior con un

poco de sal y se colocan boca abajo durante una hora. Mientras tanto se prepara la

ensaladilla rusa o se compra ésta hecha. También se venden latas de verduras ya preparadas y no hay más que mezclarlas con una mayonesa. Se rellenan los tomates con

la ensaladilla y se ponen en la nevera por lo menos una hora a enfriar; al ir a servir, se

adornan con unas hojas de lechuga.

413.—TOMATES RELLENOS DE SARDINAS EN ACEITE, PIMIENTO VERDE Y

ACEITUNAS (6 personas)

12 tomates redondos medianos,

Vinagreta:

9 sardinas en aceite grandes,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

2 pimientos verdes medianos,

1 cucharada sopera de vinagre,

3 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharadita (de las de moka) de mostaza,

100 gr. de aceitunas rellenas de pimiento rojo,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

unas hojas de lechuga,

sal.

sal.

Se preparan los tomates como en la receta anterior. Aparte se lavan y cortan los

pimientos, quitándoles el rabo y las simientes. Se cortan en cuadraditos. En una sartén

se pone el aceite a calentar y se ponen los pimientos a freír a fuego lento, tapando la

sartén con una tapadera. Se dejan más o menos 20 minutos, sacudiendo la sartén para

que no se agarren. Un poco antes de terminar de freírlos se les echa un poco de sal. En

una ensaladera se aplastan con un tenedor las sardinas, escurridas de su aceite y quitada

la piel; se añaden los pimientos y se sazona con la vinagreta. Se rellenan con esto los

tomates, se adornan poniendo en el centro una hoja de lechuga y unas aceitunas cortadas

en dos.

Se meten en la nevera un par de horas. Al ir a servir, la fuente se adorna con unas hojas

de lechuga.

414.—RODAJAS DE TOMATE EMPANADAS Y FRITAS

Esto se sirve de adorno de la carne o incluso de ciertos pescados.

Se deben coger unos tomates muy carnosos. Se cortan en rodajas gruesas y se sazonan

con sal por las dos caras. Se dejan así una $\frac{1}{2}$ hora para que suelten el agua.

Se secan con un paño limpio. Se pasan por pan rallado, después por huevo batido como

para tortilla y por último por pan rallado otra vez, y se fríen en aceite abundante y caliente. Se sirven enseguida.

415.—ZANAHORIAS EN SALSA (6 personas)

1½ kg. de zanahorias tiernas,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cebolla mediana (125 gr.),

1 cucharada (de las de café) de perejil

6 cucharadas soperas de aceite,

picado,

1 cucharada sopera de harina,

agua fría,

sal.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente, se echa la cebolla

pelada y picada muy menuda. Se deja freír a fuego mediano unos 6 minutos, hasta que

se ponga transparente. Después se añaden las zanahorias, raspadas la piel, lavadas y

cortadas en rodajas de $\frac{1}{2}$ cm. de grosor. Se rehogan bien dándoles vueltas con una

cuchara de madera, luego se

espolvorean con la harina y se vuelven a rehogar unos 5

minutos moviendo bien. Se añade entonces el vino blanco, la sal y finalmente se cubren

con agua fría.

Se hacen a fuego mediano, moviéndolas de vez en cuando. Se cuecen entre $\frac{1}{2}$ y una

hora (este tiempo depende de la clase y del frescor de las zanahorias). Se sirve en fuente

honda, espolvoreándolas con el perejil picado.

416.—ZANAHORIAS EN ENSALADA PARA ENTREMESSES

Se raspan las zanahorias con un cuchillo para quitarles la piel. Se lavan bien y luego se

secan. Se cortan en gusanillos con el mismo aparato de hacer las patatas paja. Se aliñan

con vinagreta y se sirven como entremés con tomates, lechuga, remolachas, etc. En

ensalada, mezcladas con escarola, están muy buenas y es sanísimo.

Como es natural, se deberán emplear

zanahorias muy tiernas y frescas.

417.—ZANAHORIAS GLASEADAS

Se hacen para adornar los platos de carne.

½ kg. de zanahorias pequeñas y tiernas,

1 cucharada (de las de café) colmada de

½ litro de agua,

azúcar,

50 gr. de mantequilla,

1 buen pellizco de sal.

Se escogen las zanahorias muy tiernas y se les raspa la piel con el filo de un cuchillo. Se

les quita la rodaja más verde que tienen en la parte de los tallos y se lavan bien. Si son

pequeñas, se dejan enteras, si no se cortan en dos a lo largo. Se meten en un cazo con el

agua fría, la mantequilla, el azúcar y la sal. Se recorta un papel más bien grueso

(estruza), un poco mayor que el cazo y se mete dentro de la cacerola hasta tocar

casi las

zanahorias y esto sirve de tapadera. Se cuecen a fuego vivo hasta que se haya

consumido todo el agua. Cuando llega este momento, las zanahorias están en su punto

para servir las.

418.—ZANAHORIAS CON NABOS

(Véase receta 388)

PLATOS DE VARIAS VERDURAS JUNTAS

419.—MENESTRA DE VERDURAS

VERDES (6 personas)

½ kg. de judías verdes.

4 cucharadas soperas de aceite,

¾ de kg. de alcachofas pequeñas y tiernas,

2 cucharadas soperas de vino blanco,

1 kg. de guisantes,

1 vaso (de los de agua) de agua fría,

3 cebolletas medianas,

1 limón,

1 lechuga pequeña,

**2 huevos duros para adornar
(facultativo),**

**150 gr. de jamón serrano veteadado
picado,**

sal.

1 cucharada sopera de harina,

Se pelan y preparan todas las verduras,
lavándolas bien (salvo los guisantes).

Las

alcachofas se cortan en 2 ó 4 trozos,
según su tamaño, y se les quitan las
hojas de fuera,

que son duras, y se cortan a media altura las hojas. Se frotran bien con limón, para que

no se pongan oscuras. La lechuga se pica en tiritas, dejándole las hojas verdes sanas,

que para la menestra son las mejores. En una cacerola se pone el aceite a calentar; se

rehogan las cebolletas picadas hasta que empiecen a dorarse ligeramente. Se les añade el

jamón picado y se rehoga unos 3 minutos; después se incorpora la harina, la lechuga, las

alcachofas y las demás verduras. Se rehoga todo bien durante 5 minutos, y a

continuación se echa el vino y la sal, se mueve y se añade el agua, de manera que cubra

justo las verduras. Se tapa la cacerola y, a fuego lento, se hace la menestra durante una

hora más o menos, salteando de vez en cuando la verdura para que no se agarre. (Si es

necesario, se puede añadir algo más de agua.)

Se sirve en fuente honda, adornando la

verdura con rodajas de huevo duro.

Nota.-Se pueden agregar habas, bien peladas o, si son muy tiernas, cortadas con sus

vainas por donde termina cada grano.

420.—MENESTRA DE VERDURAS CORRIENTE (6 personas)

½ kg. de zanahorias,

½ limón,

½ kg. de Judías verdes,

100 gr. de jamón serrano veteado,

$\frac{3}{4}$ de kg. de alcachofas pequeñas y tiernas,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 kg. de guisantes (o una lata),

1 cucharada sopera de harina,

2 nabos,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

unas hojas verdes de lechuga.

agua y sal.

Las verduras se ponen según la época del año. O sea, que se pueden suprimir

las judías

verdes y poner más guisantes, etc.,
haciendo toda clase de combinaciones.

Esta

menestra es un ejemplo que se puede
variar. En una cacerola se pone el aceite
a

calentar; cuando está en su punto, se
echa la cebolla muy picada y se deja
unos 5

minutos, hasta que se ponga transparente
y dándole vueltas con una cuchara de
madera.

Se pica luego el jamón en cuadraditos y

se echa, así como las hojas verdes de lechuga

(las exteriores que estén tiernas y sanas) cortadas en tiritas finas. Se deja rehogar un

poco y se espolvorea la harina, moviéndola con una cuchara de madera. Se agregan

entonces las zanahorias peladas y cortadas en cuadraditos, se añade agua que cubra todo

y se deja cocer un rato. Cuando están medio tiernas las verduras, se van añadiendo las

demás (los nabos picados, también en cuadraditos). Después las judías, quitados los

hilos y picadas en trocitos que resulten cuadrados, los guisantes, etc., y se echa la sal. Se

revuelve de vez en cuando y se deja cocer a fuego lento, vigilando las verduras para que

queden tiernas pero enteras.

Las alcachofas se preparan quitándoles las hojas duras, cortando las hojas por la mitad

de su altura y frotándolas con limón; se

lavan en agua fría con unas gotas de zumo de

limón. Si son pequeñas se parten en dos, y si no en cuatro. Si son muy tiernas se cuecen

con la menestra, pero si no se tiene seguridad, se cuecen aparte y se añaden después a la

menestra. Si se ve que la menestra está demasiado caldosa, al ir a servirla se quita algo

de salsa y se sirve en fuente honda. Si se quiere, se adorna con un huevo duro cortado en

rodajas.

421.—BUDÍN DE VERDURAS (6 personas)

1½ kg. de espinacas (o 1 kg. de acelgas),

Salsa:

300 gr. de zanahorias,

2 cucharadas soperas de aceite,

¾ de kg. de guisantes frescos o una lata de 150

20 gr. de mantequilla,

gr.,

1½ cucharadas soperas de harina,

60 gr. de mantequilla (se reserva para untar el

½ litro de leche fría,

papel y el molde),

1 cucharada sobera rasada de concentrado de

2 huevos enteros,

tomate,

3 cucharadas soperas de leche.

sal.

Una vez lavadas y preparadas las verduras, se ponen a cocer cada una por separado en

agua fría o caliente con sal. Las zanahorias se cortan después de peladas, en rodajas más

bien finas y, cuando están tiernas, se reservan unas pocas rodajas para adornar el fondo

del molde. Las demás se pican. Se prepara una flanera, untándola de mantequilla. Se

corta un papel fino, que se unta también

con mantequilla, y se coloca en el fondo de la

flanera. Después se hace un dibujo con las zanahorias y algún guisante.

Una vez bien escurridas todas las verduras, se pone en una sartén la mantequilla y se

rehogan todas las verduras juntas muy bien. Se baten en un plato los 2 huevos como

para tortilla y se les agrega las 3 cucharadas de leche; se añade esta mezcla a las

verduras. Se pone todo en la flanera,

apoyando un poco para que no quede ningún

hueco. Se mete el molde en horno con calor mediano y al baño maría con el agua

hirviendo. El horno estará previamente calentado unos 10 minutos. Se deja una hora

más o menos.

Se apaga entonces el horno y se abre durante unos 5 a 8 minutos antes de servirlo (para

que no se abra el budín). Se vuelca sobre la fuente donde se vaya a servir,

pasando antes

un cuchillo todo alrededor de la flanera. Se retira el papel con cuidado y se cubre con la

salsa.

Mientras está en el horno el budín, se hace la salsa: en una sartén se pone el aceite y la

mantequilla a calentar; se añade la harina, se dan unas vueltas con las varillas, se agrega

poco a poco la leche fría para que no haga grumos. Se le echa sal y se da un hervor

durante unos 10 ó 15 minutos sin dejar de mover. Se incorpora entonces el tomate,

moviendo mucho para que se deshaga muy bien. Se vierte sobre el budín.

Nota.-Se pueden variar las verduras según el tiempo (judías verdes, repollo, etc.)

422.—RELLENOS DE VERDURAS VARIADAS (6 a 8 personas)

2 calabacines medianos (partidos en dos),

Relleno:

4 tomates medianos,

**¼ kg. de carne picada (mitad ternera
y mitad**

4 patatas medianas,

cerdo),

4 cebollas pequeñas,

**miga de pan mojada en leche caliente
(si está muy**

4 pimientos pequeños (rojos o verdes),

**mojada se escurre un poco al
mezclarla con la**

2 zanahorias medianas (100 gramos)
para la
carne),
salsa,
1 diente de ajo,
1 cebolla grande (125 gr.) picada.
1 ramita de perejil,
½ litro de aceite (sobrará),
2 huevos,
1 cucharada sopera colmada de
harina,

1 cucharada sopera de vino blanco,

1½ litros de agua,

sal.

**1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
harina**

en un plato,

sal.

Se prepara el relleno con la carne picada cruda (también puede ser un resto de ternera

mezclado con la carne de 3 ó 4 salchichas frescas en crudo), los huevos,

el pan mojado

en leche caliente, el vino y, picado en el mortero con la sal (para que no resbale), el

diente de ajo y el perejil. Se amasa como si fuera para albóndigas.

Se preparan las verduras, pelándolas y haciéndoles un agujero del tamaño de una nuez;

a los pimientos se les quita el rabo y se vacían de simientes. Se rellenan con la carne. En

una sartén se pone el aceite a calentar; se pasa pieza por pieza por harina y se

fríen. Se

colocan en una cacerola amplia, salvo los tomates, que después de fritos se reservan en

un plato para ponerlos a cocer sólo unos 15 minutos para que no se deshagan.

Se hace la salsa aparte. En una sartén se ponen 6 cucharadas soperas de aceite frito a

calentar; se fríe la cebolla picada hasta que esté bien doradita, se añade la cucharada de

harina y se deja dorar. Se cortan las zanahorias, después de peladas y

lavadas, en

rebanaditas muy finas, se agrega el vino y el agua y se deja cocer unos 25 minutos. Se

pasa la salsa por el pasapurés, se sala y se echa por encima de los rellenos para que los

cubra bien. Se deja cocer a fuego muy lento unos 45 minutos. Se añaden entonces los

tomates y se dejan cocer otros 15 minutos. Se deja reposar un poco y se sirve en fuente

honda.

Nota.-Estos rellenos se pueden preparar con anticipación y recalentarlos al momento de

servir.

**423.—REVUELTO DE
BERENJENAS, CALABACINES,
TOMATES Y PIMIENTOS (6**

personas)

6 cucharadas soperas de aceite,

½ vaso (de los de vino) de agua,

1 cebolla mediana (100 gr.),

2 ó 3 cucharadas soperas de salsa de

carne (un

**$\frac{3}{4}$ de kg. de tomates maduros (5
piezas**

**resto) o una pastilla de pollo (Gallina
Blanca,**

medianas),

Knorr, AVECrem, etc.),

3 calabacines grandes,

sal.

3 berenjenas grandes,

1 pimiento verde mediano,

1 cucharada sopera rasada de harina,

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Cuando está, se le echa la cebolla pelada y

picada. Se deja dorar. Se añaden entonces los tomates, pelados y quitadas las simientes.

Se rehogan durante unos 8 minutos. Se añaden los calabacines y las berenjenas, pelados

y cortados en trozos más bien grandes, así como el pimiento verde, lavado, partido en

dos a lo largo, quitado el rabo y las

simientes y cortado en tiras más bien finas a lo

ancho. Se echa sal. Se rehoga todo bien durante unos 10 minutos, se echa entonces la

cucharada de harina espolvoreándola y la salsa de carne si se tiene, o el cubito de pollo

o carne y el agua. Se mueve todo bien con una cuchara de madera y se deja destapado a

fuego mediano de 30 a 40 minutos, moviendo de vez en cuando la cacerola para que no

se pegue el pisto. Se sirve en fuente honda.

Este plato se puede hacer de antemano y calentarlo en el momento de servir.

CHAMPIÑONES, SETAS Y CRIADILLAS (DE TIERRA)

424.—PREPARACIÓN DE LOS CHAMPIÑONES FRESCOS PARA SALSAS

Escoger los champiñones que sean muy frescos (se reconocen porque son muy blancos

y al partirlos poco correosos). Si son grandecitos, se separan los pedúnculos o

rabos, de

la cabeza. Se quita al pedúnculo la parte con tierra y se corta en dos o tres trozos a lo

ancho. La cabeza se lava y cepilla si tiene tierra con un cepillo fino, se cortan en dos o

en cuatro pedazos y se echan en agua fresca con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón. Se lavan bien y se

escurren enseguida.

En un cazo se ponen con un trozo de mantequilla (unos 20 gr. por $\frac{1}{4}$ kg. de

champiñones más o menos), sal y el zumo de ½ limón para esta misma cantidad. Se

tapan y, a fuego mediano-lento, se dejan unos 10 minutos, sacudiendo de vez en cuando

el cazo por el mango para que se cuezan por igual.

Así están listos para cualquier preparación con salsa.

También se pueden cortar en rebanadas finas para las salsas que acompañan a las carnes

o para tortillas.

425.—CHAMPIÑONES AL AJILLO
(6 personas)

1½ kg. de champiñones pequeños,

**2 cucharadas soperas de perejil
picado,**

**9 cucharadas soperas de aceite crudo
y fino,**

½ limón para zumo,

3 dientes de ajo pelados y picados,

agua y sal.

Se cepillan bien los champiñones al chorro y se van echando en agua fresca

con el zumo

de limón. Se lavan bien y se sacan enseguida, secándolos mucho con un paño de cocina

limpio. Se preparan 6 platitos de barro, poniéndoles el aceite, los champiñones, sal y ajo

picado. Se ponen a fuego mediano, primero durante unos 10 minutos y más vivo otros 5

minutos, sacudiendo de vez en cuando los platitos para que los champiñones se hagan

por igual. Al ir a servir se espolvorean

con perejil. Se sirven enseguida y muy calientes.

426.—CHAMPIÑONES CON BECHAMEL (6 personas)

1¼ kg. de champiñones frescos,

1 limón,

50 gr. de mantequilla,

**2 cucharadas soperas de perejil
picado,**

2 cucharadas soperas de aceite fino.

6 triángulos de pan frito (facultativo),

$\frac{3}{4}$ de litro de leche fría,

pimienta molida,

**3 cucharadas soperas rasadas de
harina,**

sal.

2 yemas de huevo,

Se preparan y lavan los champiñones (receta 424); únicamente si son pequeños, se dejan

enteras las cabezas, y si son grandes se cortan en dos o cuatro partes, dejando los trozos

grandes. Se ponen con 25 gr. de mantequilla y el zumo de ½ limón para que se hagan

durante unos 8 minutos, salteándolos de vez en cuando. Se reservan.

En un cazo se pone el resto de la mantequilla y el aceite a calentar. Cuando la

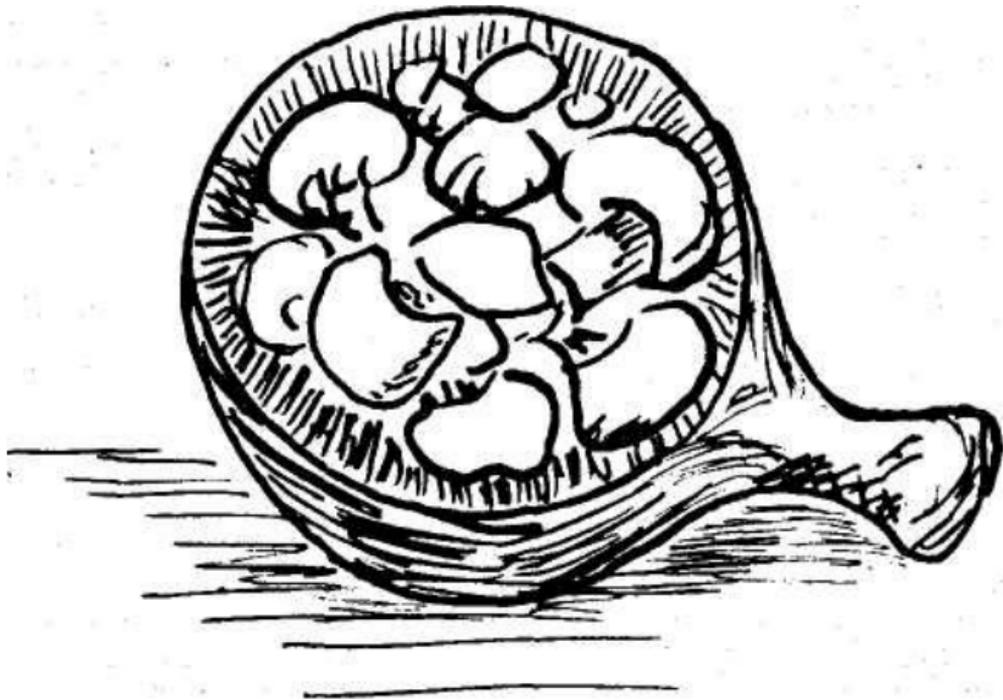
mantequilla está derretida se le agrega la harina. Se dan unas vueltas con las varillas o

con cuchara de madera y se añade la leche fría, poco a poco. Se hace una bechamel que

quede espesa. Para ello se cuece durante unos 10 ó 12 minutos, revolviendo siempre.

Aparte, en un tazón, se ponen las 2 yemas. Se deslíen, con cuidado de que no se cuajen,

con un poco de bechamel. Se vierte lo del tazón en la bechamel; se echa sal y pimienta



para que quede fuerte la bechamel, sin que cueza más con las yemas. Se revuelven los

champiñones con la bechamel; si ésta está espesa, se vierte con ellos el jugo que han

soltado al hacerse,

de lo contrario se escurren antes de incorporarlos a la bechamel. Se reparten en platitos

individuales, que estén calientes. Se espolvorean con el perejil picado y se sirven

enseguida, adornados, si se quiere, con un triángulo de pan de molde frito.

Nota.-Con estos mismos champiñones se pueden rellenar vol-au-vent individuales o uno

grande.

**427.—CHAMPIÑONES CON
ARROZ BLANCO EN SALSA (6
personas)**

(Véase receta 166)

**428.—CHAMPIÑONES PARA
ENTREMESES (6 personas)**

$\frac{3}{4}$ de kg. de champiñones,

1 hoja de laurel,

5 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de perejil picado,

**2 zanahorias pequeñas (o una
grandecita),**

2 tomates medianos maduros,

1 cebolla mediana (80 gr.),

1½ vasos (de los de vino) de vino blanco,

2 dientes de ajo enteros,

½ limón, sal y pimienta molida.

2 ramitas de perejil,

Se escogen los champiñones de tamaño más bien pequeños; si no, una vez cortados los

rabos a ras de la cabeza, se cortan éstas en dos. Se lavan bien con un cepillo y se

echan

en agua fresca con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón.

En un cazo se ponen 3 cucharadas de aceite a calentar. Se agrega la cebolla pelada y

picada, las zanahorias raspadas, lavadas y picadas en cuadraditos, los dientes de ajo

pelados pero enteros. Se rehoga todo esto durante unos 5 minutos y se añade el vino

blanco, el perejil en rama, la hoja de laurel, la sal y la pimienta. Se rehoga todo junto

durante unos 10 minutos más. Se agregan entonces los champiñones escurridos y los

tomates pelados, cortados en trozos y quitadas las simientes. Se cuece esto destapado

durante unos 10 minutos (más o menos). Se retira la ramita de perejil, el laurel y los

dientes de ajo.

Se vierte en una fuente, se rocía con 2 cucharadas soperas de aceite fino y se espolvorea

de perejil picado. Se revuelve y se deja

enfriar antes de servir.

**429.—ENSALADA DE
CHAMPIÑONES CRUDOS (6
personas)**

$\frac{3}{4}$ de kg. de champiñones,

1 cucharada sopera de perejil picado,

6 cucharadas soperas de aceite fino,

sal y pimienta.

$1\frac{1}{2}$ limones para zumo,

Lavar los champiñones frotándolos con un cepillo. Cortar la parte de los pedúnculos o

rabos que tengan tierra y cortar el resto en rodajitas. Cortar los champiñones en láminas

y echarlas a medida que se cortan en agua fresca con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón. Sacarlos una

vez bien lavados y secarlos con un paño limpio. Ponerlos en una ensaladera, rociarlos

con el aceite, el zumo de 1 limón, la sal y la pimienta. Mezclar todo bien, espolvorear

con el perejil picado. Meter la ensalada un par de horas en la nevera y servir tal cual

después.

430.—NÍSCALOS

Se ponen más bien de adorno para la carne, pero poniéndolos solos de primer plato, se

calcula J4 kg. por persona. Se cortan los pedúnculos o rabos, pues suelen estar vacíos o

picados de gusanos. Se lavan muy bien las cabezas al chorro del grifo de agua fría,

frotándolos muy bien de uno en uno con los dedos en la parte de encima y por debajo si

tuviesen arena, ayudándose con la punta de un cuchillo. Una vez bien lavados, se cortan

en trozos grandecitos y se ponen sin nada en una sartén y se tapan con tapadera. Se

ponen a fuego mediano y se mueve la sartén de vez en cuando por el mango; se dejan

así unos 15 minutos. Pasado este tiempo, se vuelca la sartén de lado y sujetando con una

tapadera los níscales se les escurre todo el jugo que han soltado. Se salan, se rocían de

aceite (más o menos 1½ cucharadas
soperas para cada ½ kg.), se
espolvorean con ajo

muy picado y perejil. Se revuelven bien
y se dejan unos 10 minutos más a fuego
lento,

revolviéndolos de vez en cuando.
Tienen que quedar envueltos en grasa,
pero sin que les

sobre aceite en la sartén, y bien hechos
por dentro pero sin estar fritos. Se
sirven

enseguida.

431.—SETAS SALTEADAS

Se sirven como adorno de carnes, o en tortillas, o revueltos con huevos, pues son algo

melosas para comer solas. Se les separan los pedúnculos, se cortan las setas en trozos

medianos, así como los rabos que estén sanos. Se lavan y secan seguidamente. Se pone

un poco de aceite en una sartén, sólo para cubrir el fondo, se calienta un poco y se

añaden las setas, se saltean hasta que tomen color por todos lados. Se pican una o dos

chalotes pequeñas que se añaden a las setas, así como sal y pimienta. Se saltean unos

minutos hasta que las chalotes se pongan transparentes, pero sin dorar. Se añade el

zumo de 1 limón y un poco de perejil picado. Se saltea todo junto y se sirve enseguida.

Nota.-Al no tener chalotes se pueden sustituir por cebollitas francesas.

432.—SETAS GRATINADAS (6 personas)

24 setas grandes,

1 vaso (de los de vino) de caldo (o agua con una

8 cucharadas soperas de aceite,

pastilla de Gallina Blanca, Maggi, etcétera),

2 cucharadas soperas de perejil picado,

6 cucharadas soperas de pan rallado,

2 chalotes grandes,

sal.

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

Se cortan los pedúnculos o rabos de las setas. Estas se limpian de arena cepillándolas y

lavándolas rápidamente al chorro de agua fría.

En una sartén se ponen 4 cucharadas soperas de aceite a calentar y se ponen las setas y

los rabos a saltear. Se retiran y se colocan las setas boca arriba en un plato resistente al

horno, untado con un poco de aceite. Se salan. Se pican los rabos y las migas de las

setas, así como las chalotes y se revuelve con el perejil. Se rellenan las setas con esto, se

rocían con el caldo y el vino blanco, se echa en cada seta un pellizco de pan rallado. Se

mete al horno caliente durante 10 minutos y se sirven en la misma fuente.

433.—CRIADILLAS DE TIERRA (3 personas)

½ kg. de criadillas de tierra,

4 vasos (de los de vino) de agua,

2 cucharadas soperas de harina

(rasadas),

4 cucharadas de aceite,

1 cebolla mediana (80 gr.),

agua y sal.

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

Se lavan muy bien las criadillas de una en una, si puede ser, frotándolas con un cepillo.

Se quitan con un cuchillo las partes malas que tengan y se cortan como si fueran patatas

para tortilla (es decir, en láminas más

bien finas). Se ponen en un cazo con agua que las

cubra y se les da un hervor de 10 minutos, tapando el cazo con tapadera.

Durante este tiempo se hace la salsa. En una sartén se pone el aceite a calentar, se

agrega la cebolla; cuando está dorada se le añade la harina, y, dando vueltas con una

cuchara de madera, se le deja tomar color.

Después se añade el vino y el agua, se echa sal (un poco) y se deja cocer la

salsa un par

de minutos.

Se escurren las criadillas en un colador, se vuelven a poner en el cazo, y pasando la

salsa por el chino se les vierte encima. Se tapan y se dejan cocer a fuego lento por

espacio de unos 45 minutos.

Se prueba la salsa y se rectifica de sal si ha lugar. Se sirven en un plato.

Huevos, flanes, soufflés

HUEVOS

434.—HUEVOS PASADOS POR AGUA

1.^a manera:

Poner un cazo con agua, la suficiente para que cubra bien todos los huevos que se vayan

a hacer (nunca más de 6 a la vez, es mejor); añadirle sal (una cucharada sopera para 4 ó

6 huevos) y poner al fuego. Cuando rompe a hervir el agua, zambullir los huevos y

dejarlos 3 minutos exactamente.

Para medir bien este tiempo, lo mejor es comprar un reloj de arena de 3 minutos.

2.^a manera:

Poner los huevos en un cazo, cubrirlos de agua fría y echarles una cucharada sopera de

sal. Ponerlos al fuego vivo y, cuando el agua rompa a hervir, retirarlos rápidamente del

agua y servirlos enseguida.

Se suelen servir en huevera o sencillamente en una taza de té, para

poderlos cascar cada

cual y comer con más comodidad. Se suelen acompañar de unos picatostes de pan frito.

435.—MANERA DE HACER LOS HUEVOS DUROS

Poner en un cazo agua suficiente para que pueda cubrir los huevos que se van a hacer;

dejar que rompa a hervir y entonces echar una cucharada sopera de sal (por ejemplo,

para 4 huevos; si son más añadir más sal, pero si son menos, dejar una

cucharada sopera

de sal). Cuando rompe a hervir el agua, meter los huevos con precaución y moverlos

con una cuchara de madera para que al cuajarse se quede la yema bien en el centro.

Dejar pasar 12 minutos (para huevos de tamaño mediano, minuto más o minuto menos

si son más grandes o más pequeños de lo normal); después de este tiempo, tirar el agua

caliente y poner fría, al chorro, para que

se enfríe el cazo. Dejarlos en agua hasta el

momento de usarlos.

**436.—HUEVOS DUROS CON
BECHAMEL Y MEJILLONES (6
personas)**

9 huevos,

2 cucharadas soperas de harina,

1½ kg. de mejillones,

1 litro de leche,

½ vaso de vino blanco,

**50 gr. de queso gruyere o parmesano
rallado,**

1 cebolla pequeña picada,

sal.

1 hoja de laurel,

1 cucharada de aceite fino,

25 gr. de mantequilla,

Se cuecen los huevos duros como va
explicado anteriormente. Se preparan
los

mejillones. Con un cuchillo se raspan
bien las barbas que tienen en las

conchas y se

tiran los mejillones que estén
entreabiertos. Se lavan bien en una
cacerola con agua,

moviéndolos bien con las manos para
que choquen y queden así cerrados (de
lo

contrario se les va el jugo). Una vez
bien lavados, se ponen en una sartén
grande con el

½ vaso de vino, la cebolla picada y la
hoja de laurel. Se tapan con tapadera y
se ponen al

fuego.

Se mueven todo el rato, haciéndolos saltar agarrando para ello la sartén por el mango.

Cuando están bien abiertos se retiran del fuego; se quitan los bichos de su concha con

precaución y se reservan en un plato cubierto con un paño húmedo para que no se

sequen. Se tiran las conchas. Se cuela por un colador muy fino (o mejor poniendo en un

colador un pañuelo o trapo fino, bien limpio) el jugo de los mejillones que ha quedado

en la sartén.

Se hace la bechamel con la cucharada de aceite y la mantequilla; cuando ésta está

derretida se añade la harina y luego la leche fría, poco a poco, así como la sal. Se deja

cocer revolviendo con unas varillas por espacio de 10 minutos, y entonces se añade el

caldo de los mejillones y se deja cocer otros 4 minutos. En una fuente que vaya al horno

se ponen los huevos duros descascarillados y partidos en dos, con

la yema hacia arriba;

para que no se vuelvan, se corta un poco la parte blanca para que quede sentado el $\frac{1}{2}$

huevo en la fuente. Se ponen algunos mejillones y la bechamel. Se coloca el resto de los

mejillones sobre la bechamel, pero que se hundan un poco. Se espolvorea con el queso

rallado y se mete al horno para que gratine unos 10 minutos, hasta que la bechamel esté

dorada. Se sirve enseguida.

437.—CROQUETAS DE HUEVOS DUROS (6 personas)

6 huevos duros,

1 litro de aceite para freír (sobrará),

4 cucharadas soperas de harina,

2 huevos para envolver,

$\frac{3}{4}$ litro de leche,

4 ramitas de perejil,

25 gr. de mantequilla,

pan rallado,

2 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Se hacen los huevos duros (receta 435).

Se quitan las cáscaras, se cortan en dos a lo largo y cada mitad se corta en tres.

Aparte se hace la bechamel. En una sartén se pone la mantequilla y el aceite; cuando la

primera está derretida y mezclada con el aceite, se añade la harina. Se revuelve con unas

varillas y se va añadiendo la leche fría, poco a poco. Se echa la sal y se deja

cocer sin

dejar de mover durante unos 10 minutos.
En la misma sartén y con dos cucharas
soperas

se envuelven las partes de huevo con
bechamel. Se sacan y se ponen en un
mármol

untado con un poco de aceite, hasta que
se enfríen (una hora antes de
envolverlas).

Después se rebozan pasando la croqueta
por los huevos bien batidos como para
tortilla y

después por pan rallado fino.

Se fríen en aceite abundante y se sirven con ramilletes de perejil frito.

**438.—HUEVOS DUROS MIMOSAS
(6 personas)**

9 huevos duros,

Mayonesa:

1/3 lata de anchoas en aceite,

2 huevos,

unas ramitas de perejil o berros,

½ litro de aceite fino (2 vasos de los de agua),

sal.

zumo de limón o vinagre,

sal y pimienta molida.

Se hace la mayonesa (receta 94) y se reserva en sitio fresco. Se cuecen los huevos

(receta 435).

Una vez cocidos los huevos y ya fríos, se descascarillan, se cortan en dos a lo largo, se

quitan las yemas y se reserva todo. Se mezcla en una ensaladera algo menos de la mitad

de la mayonesa con 5 yemas y las anchoas escurridas de su aceite y picadas. Se rellenan

con esta mezcla las medias claras. Se corta un trocito de clara en el fondo para que los

huevos sienten y no se vuelquen. Se colocan en la fuente donde se vayan a servir. Se

cubren con el resto de la mayonesa y se espolvorean con las yemas reservadas,

pasándolas por un colador (que no sea de tela metálica, sino de agujeros) o por una

moulinette o pasapurés. Se adorna la fuente con ramitos de perejil o berros y se mete en

la nevera durante una o dos horas; no más tiempo, pues se secaría la mayonesa y se

cuartea, lo que resulta muy feo.

439.—BUÑUELOS DE HUEVOS DUROS (6 personas)

9 huevos duros,

25 gr. de mantequilla,

2 huevos para envolver.

2 cucharadas soperas de aceite fino,

$\frac{3}{4}$ litro de aceite.

sal,

Bechamel:

pan rallado,

3 cucharadas soperas de harina,

salsa de tomate para servir en salsera

$\frac{3}{4}$ litro de leche fría,

(facultativo).

Hacer los huevos duros (receta 435),

quitarles la cáscara y cortarlos por la mitad a lo ancho.

Aparte, preparar en una sartén la bechamel. Se derrite la mantequilla y el aceite, se

añade la harina y con unas varillas se dan vueltas agregando poco a poco la leche fría.

Se echa sal y se deja cocer unos 8 a 10 minutos. Después de lo cual se añaden las yemas

de los huevos duros y se dan vueltas, hasta que estén bien deshechas e

incorporadas a la

bechamel. Entonces, con una cuchara pequeña, se rellenan los huevos con esta pasta,

dejando que se unte un poco todo el huevo por fuera. Se dejan reposar por lo menos $\frac{1}{2}$

hora, después de lo cual se rebozan en huevo bien batido como para tortilla y en pan

rallado, y se fríen en aceite en su punto.

Se sirven las bolas enseguida, acompañadas de salsa de tomate servida en salsera.

**440.—HUEVOS DUROS CON
GAMBAS (6 personas)**

9 huevos duros,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

350 gr. de gambas,

**1½ vaso (de los de agua) de agua de
cocer las**

1 cebolla mediana (125 gr.),

gambas,

3 cucharadas soperas de harina,

sal.

3 cucharadas soperas de aceite fino.

Se pone un cazo con agua abundante y sal. Cuando hierve a borbotones se echan las

gambas y se cuecen de 3 a 5 minutos, según sean de grandes. Una vez cocidas, se

escurren en un colador y se reserva el agua donde han cocido. Se pelan dejando las

colas. Estas se cortan en dos o tres partes y se reservan.

Se cuecen los huevos según la receta 435. Se descascarían, se cortan por la

mitad a lo

largo y se les sacan las yemas, que se reservan.

En una sartén se hace la salsa: Se calienta el aceite; cuando está caliente se refría la

cebolla pelada y picada hasta que empieza a dorarse (unos 8 minutos). Se añade la

harina y se dan unas vueltas con una cuchara de madera. Se va agregando poco a poco

el vino y después el agua de las gambas. Se cuece la salsa durante unos 5 minutos

sin

dejar de dar vueltas. Se pasa por el pasapurés, se sala y se reserva al calor.

Se mezclan 7 yemas con las gambas y 2 ó 3 cucharadas soperas de salsa. Con esta

mezcla se rellenan los huevos. Se les quita a éstos un trocito debajo para que sienten en

la fuente. Se colocan en una fuente resistente al horno; se cubren con el resto de la salsa

y se meten en el horno previamente calentado, durante unos 10 minutos. Al

ir a servir,

se espolvorean las yemas reservadas, picadas con un cuchillo o pasadas por un colador

de agujeros (no de tela metálica). Se sirve enseguida.

441.—HUEVOS DUROS CON ENSALADILLA RUSA (6 personas)

9 huevos duros,

Mayonesa:

macedonia hecha con ½ kg. de guisantes,

2 huevos,

¼ kg. de zanahorias y 2 patatas medianas

2 vasos (de los de agua) de aceite fino,

cocidas con su piel. O 1 lata de .ensaladilla rusa 1½ cucharadas soperas de vinagre o zumo de

de 500 gr.

limón,

1 manojo de berros.

sal y pimienta.

Cocer los huevos (receta 435) y cortarlos por la mitad a lo largo (se les quita una

rebanadita de abajo para que no bailen en la fuente). Se quitan las yemas, que se

reservan para el adorno. Aparte se cocerán las verduras; cuantas más haya mejor sabor

tendrá la macedonia.

Se hace la mayonesa con la batidora (receta 94). Esta se mezclará con las verduras y se

rellenarán los huevos con ello. Se espolvorean las yemas picadas o

pasadas por un

colador de agujeros (no de tela metálica) y apretando con el dorso de una cuchara.

Se sirve bien frío, con unos ramilletes de berros. Se puede preparar de antemano y meter

en la nevera.

442.—HUEVOS DUROS GRATINADOS (6 personas)

9 huevos duros,

2 cucharadas soperas de harina,

60 gr. de mantequilla,

½ litro de leche fría,

2 cebollas, medianas (150 gr.),

70 gr. de mantequilla,

4 cucharadas soperas de aceite fino,

un pellizco de nuez moscada,

¼ kg. de champiñones,

sal,

zumo de ½ limón,

3 cucharadas soperas de pan rallado.

Se cuecen los huevos (receta 435). Se les quita la cáscara, se cortan por la mitad a lo

largo y se vacían las yemas, que se reservan. Se les corta una lonchita fina debajo para

que no se tambaleen en la fuente donde se sirvan.

Con 20 gr. de mantequilla se unta una fuente (que sea resistente al horno).

En un cazo aparte se van haciendo los champiñones. Se lavan bien y se limpian de

tierra, quitándoles las partes malas. Se

cortan en láminas finas (si los champiñones

fuesen grandes habría que cortarlos, para que los trocitos resulten pequeños). Se ponen

con 20 gr. de mantequilla y el zumo de $\frac{1}{2}$ limón. Se tapa el cazo y, a fuego lento, se van

haciendo (unos 10 minutos). En una sartén se ponen las 2 cucharadas soperas de aceite.

Se calienta, se echa la cebolla muy picadita y se deja hasta que esté dorada (unos 8

minutos).

Al mismo tiempo, y mientras se dora la cebolla, se va haciendo la bechamel. En otra

sartén se ponen 25 gr. de mantequilla y 2 cucharadas soperas de aceite. Cuando está

derretida, se añade la harina, y, poco a poco, la leche fría y la sal. Se mueve con unas

varillas y se deja cocer unos 8 ó 10 minutos.

Cuando está hecha la bechamel, se cogen un par de cucharadas soperas y se

mezclan

con las yemas (reservadas), la cebolla y los champiñones. Se agrega un poco de nuez

moscada y se mezcla todo bien. Se rellenan con esto los huevos duros, que se ponen en

la fuente, vertiendo sobre ellos el resto de la bechamel (si estuviese un poco espesa se

añade un poquito de leche fría para aclararla). Se espolvorea con el pan rallado y se

ponen los 25 gr. de mantequilla que

sobran por encima, en trocitos. Se mete al horno

hasta que esté dorada la superficie. Se sirve en la misma fuente.

443.—HUEVOS DUROS CON ANCHOAS (6 personas)

9 huevos duros,

½ litro de leche fría,

6 anchoas en aceite (de lata),

2 cucharadas soperas de aceite,

60 gr. de mantequilla,

**3 cucharadas soperas de queso rallado
(50 gr.),**

**1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,**

unas gotas de zumo de limón,

2 cucharadas soperas de harina,

sal.

Una vez hechos los huevos duros (receta 435), descascarillados y partidos por la mitad

en su parte más larga, se separan las yemas. A lo blanco se le corta una lonchita muy

fina debajo para que no se tambaleen en la fuente.

Las yemas se mezclan con las anchoas bien escurridas de su aceite y picadas, el perejil y

20 gr. de mantequilla; se agregará a esta pasta unas gotas de zumo de limón, y con ella

se rellenan los huevos y se ponen en una fuente que vaya al horno. Se prepara entonces

una bechamel, con 20 gr. de mantequilla y las 2 cucharadas soperas de aceite que se

ponen a calentar en una sartén. Se añaden las 2 cucharadas soperas de harina y con unos

varillas se mueve, añadiendo poco a poco la leche fría y la sal. Se deja cocer unos 3

minutos y se vierte sobre los huevos. Se espolvorea con el queso rallado y se pone el

resto de la mantequilla en trocitos sobre el queso rallado.

Se mete en el horno para gratinar, unos 10 minutos escasos, hasta que la bechamel esté

dorada.

Se sirve enseguida.

**444.—HUEVOS DUROS CON
SALSA CAZADORA (6 personas)**

9 huevos duros,

½ vaso (de los de vino) de agua,

4 cucharadas soperas de aceite,

zumo de ½ limón, pimienta negra,

200 gr. de cebollas,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

¼ kg. de champiñones de París,

1 ramita de tomillo,

1 kg. de tomates maduros,

sal.

½ diente de ajo,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

En una sartén se ponen las 4 cucharadas soperas de aceite, cuando están calientes se

echan las cebollas peladas y cortadas en rodajas finas. Se deja que se hagan como unos

5 minutos. Entonces se añaden los tomates pelados y quitadas las pepitas y partidos en

trozos; se machacan con el canto de la espumadera. Se añaden los champiñones limpios

de tierra, lavados con agua y zumo de limón y cortados en trozos pequeños, el $\frac{1}{2}$ diente

de ajo machacado con la sal en el mortero y disuelto con el $\frac{1}{2}$ vaso de agua, la ramita de

tomillo y pimienta negra. Se deja cocer por espacio de 10 minutos. Se agrega entonces

una cucharadita de azúcar y se dan unas vueltas para que se deshaga. Se descascarillan

los huevos y se cortan por la mitad por la parte más alargada; se les corta un trocito

debajo para que no se tambaleen en la fuente, y se ponen en la misma. Cuando está la

salsa, se echa por encima y se sirve enseguida.

445.—MANERA DE HACER LOS HUEVOS MOLLETS

Téngase una cacerola con agua

hirviendo y 2 cucharadas soperas de sal.
Se pasan por

agua fría los huevos que se vayan a utilizar y se meten en una cesta de alambre (o en un

colador grande), zambulléndolos en el agua cuando hierve a borbotones.
Cuando rompe

otra vez el hervor se cuentan 5 minutos exactamente, mirando bien el reloj (para que la

clara esté cuajada y la yema líquida). Se ponen entonces al chorro de agua fría y se

dejan hasta que el agua y la cacerola estén bien frías. Esto tiene que ser muy rápido, con

el fin de que paren de cocer los huevos. Se dejan en agua fría hasta el momento de

emplearlos. Se descascarillan entonces, dándoles unos golpes suaves para romper la

cáscara por algún lado y proceder con mucho cuidado. Cuando se vayan a utilizar, ya

descascarillados, se pueden poner con mucho cuidado en agua templada, para

calentarlos un poco, pero nunca más de 2 a 3 minutos.

446.—HUEVOS MOLLETS EN GELATINA (6 personas)

6 huevos.

1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),

¼ kg. de gelatina (comprada o hecha con

1 trufa,

gelatina Maggi, Royal, etc.),

1 lechuga.

100 gr. de jamón de York,

Se hacen los huevos mollets (receta 445) y se meten en agua fría hasta el momento de

utilizarlos. En unas flaneritas de metal o, mejor, en unos moldes de porcelana, se vierte

un poco de gelatina derretida (si se ha hecho en casa, cuando aún está líquida; si se ha

comprado, derritiéndola al baño maría). Se ponen en sitio fresco un momento, hasta que

se cuaje la gelatina. Entonces se adorna

el fondo con unos guisantes puestos
alrededor

del molde, un trocito de trufa en el
centro del mismo y un cuadradito de
jamón de York

encima de la trufa.

Se descascarillan los huevos y con
precaución se ponen en los moldes. Se
ponen otros

trocitos de jamón encima del huevo y se
rellena el molde con gelatina líquida
hasta que

quede bien lleno. Se meten los moldes
en la nevera hasta el momento de

utilizarlos,

cuando la gelatina se haya cuajado. Se sirven desmoldados (se pasa un cuchillo todo

alrededor del molde y se ayuda con la punta de un cuchillo redondo para que penetre el

aire y no haga ventosa, lo cual es frecuentísimo en los platos de gelatina). Si no, se

meten los moldes uno por uno en agua caliente sólo unos instantes (porque se derriten

enseguida) y se desmoldan, sobre unas

hojas de lechuga blancas, lavadas y
secadas con

un paño limpio.

447.—HUEVOS MOLLETS CON SALSA DE VINO (6 personas)

6 huevos mollets,

**½ cucharadita (de las de moka) de
extracto de**

2 cebollas medianas (150 gr.).

carne,

½ kg. de tomates bien maduros,

3 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de harina,

100 gr. de jamón serrano picado,

1 vaso (de las de agua) de agua,

sal y pimienta,

½ vaso (de los de agua) de vino blanco seco,

6 triángulos de pan de molde fritos.

Se hacen los huevos mollets y se dejan en espera. En una sartén se pone el aceite;

cuando está caliente se añade la cebolla pelada y picada; se deja dorar un poco (unos 8

minutos), moviendo con una cuchara de madera. Se añade la harina y se echa el tomate

partido en trozos y quitadas las pepitas; después de unos 5 minutos se agrega el vino

blanco y el agua, la sal y la pimienta. Se deja cocer a fuego mediano unos 10 minutos,

más o menos. Se fríen los triángulos de pan de molde y se reservan.

Se descascarillan entonces los huevos y se ponen con precaución en la fuente donde se

vayan a servir. Es mejor que esta fuente sea algo honda para que la salsa cubra bien los

huevos. Se añade en este momento en la sartén el extracto de carne. Se pasa la salsa

bien caliente por el pasapurés, sobre la misma fuente. Se espolvorea el jamón sobre la

salsa y se adorna con los triángulos de pan, puestos alrededor de la fuente, y se sirve

enseguida.

**448.—TARTALETAS DE
ESPINACAS Y HUEVOS MOLLETS
(6 personas)**

6 huevos mollets,

3 cucharadas soperas de aceite,

1 kg. de espinacas,

$\frac{3}{4}$ kg. de tomates,

$\frac{1}{4}$ litro de leche fría,

**$\frac{1}{2}$ cucharada (de las de café) de
azúcar,**

1 cucharada sopera de harina,

sal,

un pellizco de bicarbonato,

6 tartaletas.

20 gr. de mantequilla.

Se compran o hacen 6 tartaletas un poco grandes. Se hacen los huevos mollets (receta

445) y se tienen en espera. En un cazo con agua hirviendo y sal se meten las espinacas,

bien lavadas de tierra y cortados los

tallos gordos y las raíces. Se meten en el agua

hirviendo a borbotones, empujándolas con una espumadera para que queden bien

cubiertas por el agua. Se añade un pellizquito de bicarbonato para que se pongan más

verdes. Se cuecen durante unos 10 minutos a partir de cuando rompe el hervor. Se

escurren entonces bien, prensándolas con una cuchara para sacar toda el agua que

tienen. Se pasan por la máquina de picar la carne y se dejan en espera.

Se prepara el tomate. En una sartén se ponen 2 cucharadas de aceite; cuando está

caliente se añaden los tomates cortados en trozos grandes y quitadas las pepitas. Se deja

que se haga a fuego mediano, más bien lento, unos 20 minutos (el tomate, una vez

pasado, tiene que quedar bastante espeso), machacando bien con la espumadera. Una

vez hecho se pasa por el pasapurés y se le añade la sal y la $\frac{1}{2}$ cucharadita de azúcar. Se

hace mientras la bechamel para las espinacas. En una sartén se ponen la mantequilla y

una cucharada sopera de aceite; cuando están calientes se agrega la harina, se dan unas

vueltas con las varillas y se va añadiendo la leche, y, por último, la sal. Se deja cocer

durante unos 10 minutos, después de lo cual se incorporan las espinacas. Se calienta

bien todo y se pone esta crema en las tartaletas, reservándolas al calor. Se descascarillan

los huevos y se ponen sobre la crema de espinacas; por último, se echa por encima del

huevo una cucharada sopera de salsa de tomate bien caliente y se sirve enseguida.

449.—TARTALETAS DE CHAMPIÑONES Y HUEVOS MOLLETS (6 personas)

6 huevos mollets,

¼ litro de leche fría,

¼ kg. de champiñones,

½ cucharadita (de las de moka) de extracto de

40 gr. de mantequilla,

carne,

el zumo de ½ limón,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

2 cucharadas soperas de harina,

6 tartaletas un poco grandes,

2 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Se hacen los huevos mollets (receta 445) y se tienen en espera. Se preparan los

champiñones. Se lavan bien y se cortan en láminas finas, salvo 6 cabezas pequeñas que

se dejan sin rabo y enteras. Se ponen en un cazo pequeño con 20 gr. de mantequilla y

unas gotas de zumo de limón, que se hagan lentamente unos 10 minutos.

Aparte se va haciendo la bechamel. En una sartén se ponen 20 gr. de

mantequilla y las 2

cucharadas soperas de aceite; cuando están calientes se añade la harina, se da unas

vueltas con las varillas y se agrega poco a poco la leche fría. Se deja cocer despacio

unos 10 minutos, dando vueltas para que no se formen grumos. Se añade entonces el

extracto de carne y se mueve bien para que quede mezclado por igual. Se prueba

entonces de sal, añadiendo si hiciese

falta.

En las tartaletas se reparte el champiñón (menos las cabecitas enteras). Se pone encima

de cada una 1 huevo mollet descascarillado. Se vierte con una cuchara la salsa bechamel

sobre cada huevo (tiene que quedar espesa para que no escurra), se pone encima la

cabecita de champiñón y se espolvorea con perejil picado la bechamel. Se sirven

inmediatamente.

450.—MANERA DE HACER LOS HUEVOS ESCALFADOS

Lo principal para que salgan bien estos huevos es que sean muy frescos.

Poner agua en una cacerola o en una sartén profunda; por cada litro de agua poner una

cucharada sopera de zumo de limón o bien un chorrito de vinagre. Cuando el agua

rompe a hervir, echar los huevos de uno en uno; para esto se va rompiendo previamente

cada huevo en una taza de las de té y se

echa el huevo en el agua, casi desde la misma

superficie de ésta, para que no se reviente la yema y la clara no se esparza. Puestos, por

ejemplo, 3 huevos a la vez, cuando vuelve a romper el hervor se baja mucho el fuego y

se dejan por espacio de 3 minutos en agua muy caliente pero que no hierva a

borbotones. Se sacan entonces con una espumadera y se colocan en una tartera, dejando

que se enfríen. Al momento de usarlos

se echa agua caliente pero no hirviendo, muy

poco a poco en la tartera, y así se calientan. Nunca se dejarán más de 3 minutos en este

agua. Luego se sacan con precaución. Si estuvieran aún chorreando agua, se puede

poner por encima con mucho cuidado un paño que absorberá el resto del agua.

Se utilizan entonces con cualquiera de las recetas que siguen.

451.—HUEVOS ESCALFADOS CON ESPÁRRAGOS (6 personas)

6 rebanadas de pan de molde,

2 cucharadas soperas de harina,

20 gr. de mantequilla,

25 gr. de mantequilla,

18 puntas de espárragos (frescos o de lata),

1 cucharada sopera de aceite.

6 huevos,

½ litro escaso de leche fría (2 vasos de los de

2 cucharadas soperas de vinagre.

agua),

sal y nuez moscada,

Poner los espárragos, si son de lata, a calentar en la misma lata con la tapa abierta, al

baño maría.

Untar las rebanadas de pan con un poco de mantequilla y meterlas en el horno para que

se vayan tostando ligeramente: cuando están en su punto, apagar el horno y abrirlo para

que se conserven calientes.

Hacer la bechamel. En una sartén se pone a calentar el aceite con la mantequilla; cuando

está ésta derretida se añade la harina, se revuelve con unas varillas y, poco a poco, se

incorpora la leche fría. Sin dejar de dar vueltas se cuece durante 6 a 8 minutos, de

manera que la bechamel quede más bien espesa. Se sazona entonces de sal y nuez

moscada rallada. Se reserva al calor. Se hacen ahora los huevos escalfados. Una vez

hechos, se colocan las rebanadas de pan en una fuente caliente y se pone cada huevo

sobre una rebanada de pan. Se cubre con la bechamel, se colocan los espárragos encima

y se sirve rápidamente.

Nota.-Se puede poner, en vez de espárragos, un picadito de trufa o de jamón de York.

452.—HUEVOS ESCALFADOS CON CHAMPIÑONES (6 personas)

6 rebanadas de pan de molde,

2 cucharadas soperas de harina,

40 gr. de mantequilla,

**2 vasos (de los de agua) de leche fría
(no muy**

**300 gr. de champiñones, el zumo de ½
limón,**

llenos; menos de ½ litro),

6 huevos,

25 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de vinagre,

1 cucharada de aceite,

sal.

Lo primero se preparan los champiñones, limpiándolos muy bien y cortándolos en

láminas finas. Se reservan 6 cabecitas enteras sin quitarles más que el rabo, pero se

hacen juntas con las demás. Se ponen una vez lavados y escurridos en un cazo con 20

gr. de mantequilla y el zumo de $\frac{1}{2}$ limón. Se tapan y se dejan a fuego lento unos 10

minutos, reservándolos al calor. En el

horno se ponen a tostar las rebanadas de pan de

molde, untadas con un poco de mantequilla.

Mientras se tuestan, se van haciendo los huevos escalfados de tres en tres.

Las tostadas, una vez en su punto, deben dejarse al calor en el horno apagado.

Aparte, y por último, se prepara la bechamel. En una sartén se pone la mantequilla y el

aceite a calentar, se añade la harina, se mueve con unas varillas y se va agregando la

leche fría y la sal. Se retira del fuego cuando haya cocido de 6 a 8 minutos y adquiera el

espesor debido (tiene que estar bastante espesa para que no se escurra del huevo).

Se ponen en una fuente las rebanadas de pan tostadas, encima un poco de champiñón,

luego el huevo que se cubrirá con una cucharada sopera de bechamel, y, por fin, una

cabecita de champiñón arriba del todo como adorno. Se sirve enseguida.

453.—HUEVOS ESCALFADOS CON CEBOLLAS (6 personas)

6 huevos,

2 cucharadas soperas de aceite,

agua,

sal.

2 cucharadas soperas de vinagre,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

1 kg. de cebollas medianas,

¼ litro de aceite (sobrará mucho),

1 kg. de tomates maduros.

sal.

Se hacen los huevos escalfados (receta 450) y se dejan en seco en una tartera.

Aparte se hace en una sartén la salsa de tomate. Se ponen 2 cucharadas soperas de

aceite, y, cuando está caliente, se añaden los tomates cortados en trozos y quitadas las

pepitas. Se machacan con el canto de una espumadera, y se dejan a fuego medio unos 15

minutos para que quede espeso. Se pasa por el pasapurés y se reserva al calor

añadiéndole entonces el azúcar y la sal necesaria.

Se preparan las cebollas: se pelan y se cortan en rajas a lo ancho para que formen aros

que se sueltan unos de otros, quitando el centro de las cebollas (que se pueden utilizar

para otra cosa). Se rebozan en harina y se fríen en aceite caliente en su punto.

Se pone

agua caliente en la tartera de los huevos.

Una vez hecho, se forman con las
cebollas seis

montones en la fuente donde se vaya a
servir. Se pone encima de cada montón
un huevo

escalfado (ya calentado y bien
escurrido), y, sobre cada huevo, una
cucharada sopera de

salsa de tomate. Se sirve enseguida.

454.—HUEVOS ESCALFADOS EN GELATINA (6 personas)

6 huevos frescos,

1 loncha de jamón de York un poco

gruesa

**½ kg. de gelatina (comprada o hecha
con**

(unos 100 gr.),

gelatina Maggi, Royal, etc.),

**1 latita pequeña de guisantes (100
gr.),**

**1 cucharada sopera de jerez (si se
hace la**

sal.

gelatina en casa),

Hacer la gelatina según la explicación de cada marca. Si es comprada, derretirla al baño

maría.

Cuando la gelatina esté líquida, verter en cada molde o cazuelita unas 3 cucharadas

soperas de líquido para que cubra bien el fondo. Cuando está casi cuajada, hacer el

adorno poniendo todo alrededor del fondo sobre la gelatina, un collar de guisantes bien

escurridos, y en el centro un cuadradito

de jamón de York. Se hacen los huevos escalfados (receta 450), se escurren bien y se ponen con cuidado, una vez fríos, en la cazuelita. Finalmente, se vierte con cuidado otra vez gelatina (no muy caliente para no cuajar el huevo) hasta cubrir bien el huevo, y se mete en la nevera.

Servir desmoldados sobre unas hojas de lechuga. Este plato se puede hacer la víspera.

455.—MANERA DE HACER LOS HUEVOS EN CAZUELITAS

Estos huevos son un intermedio entre el huevo escalfado y el huevo al plato.

Para

hacerlos se precisan unas cazuelitas redondas de porcelana, resistentes al fuego.

En cada cazuelita se pone un poco de mantequilla (como una avellana), se ponen al

calor para que se derrita (en una tartera con agua caliente o en el horno un minuto, para

que la mantequilla no se tueste), o simplemente untándola con el dedo en el fondo del

molde. A continuación se echa el huevo, que debe salir con la yema entera; se sazona de

sal y se ponen las cazuelitas en una tartera con agua caliente y se meten en el horno de 4

a 5 minutos.

Se pueden servir en la cazuelita en caliente o sacados de ella con mucho cuidado de no

romper la yema (que debe quedar blanda), o en frío.

**456.—HUEVOS EN CAZUELITAS
CON RIÑONES AL JEREZ (6**

personas)

1 riñón de ternera de unos 400 gr.,

1½ cucharada sopera de harina,

1 vaso (de los de vino) de jerez,

1½ vaso (de los de agua) de agua,

3 cucharadas soperas de aceite,

6 huevos,

sal.

Se cortan los riñones en cuatro trozos grandes y se limpian muy bien de pellejos y grasa.

Se lavan en agua con vinagre y después en agua clara, y se secan con un trapo limpio.

Se cortan entonces en trozos pequeños y se ponen en una sartén a fuego mediano,

cubiertos con una tapadera durante unos 2 minutos, sin dejar de mover la sartén.

Se

escurre el jugo que hayan soltado, que se tira. Se dejan los riñones en espera en un plato.

Se prepara la salsa. En la sartén se pone el aceite; cuando está caliente se le añade la

harina, y, moviendo con una cuchara de madera, se deja que se tueste (unos 10 minutos). Entonces se agrega el vino, el agua y la sal, moviendo para que no se formen

grumos. Se deja cocer esta salsa unos 5 minutos y se incorporan los riñones para que

cuezan unos 3 minutos.

En las cazuelitas se ponen repartidos los riñones con poca salsa en el fondo (uña cucharada sopera en cada cazuelita). Se casca 1 huevo encima, se pone un poco de sal

de mesa y se meten al horno al baño mar/a (el horno un poco fuerte y el agua para el

baño maría, previamente hirviendo). Cuando la clara está cuajada y la yema tierna, están

en su punto los huevos. Se echa entonces encima del huevo un poco de salsa bien

caliente, que habrá sobrado, y se sirve enseguida.

457.—HUEVOS EN CAZUELITAS CON QUESO EN PORCIONES Y JAMÓN (6

personas)

6 huevos,

1 cajita de trufas,

**6 quesos en porciones (Caserío, M. G.,
etc.),**

20 gr. de mantequilla,

**2 lonchas de jamón de York (100 gr.
en total),**

sal.

Se ponen las porciones de queso en las
cazuelitas con una avellana de
mantequilla. Se

meten en el horno al baño maría, hasta

que el queso esté muy blando o casi derretido

(30 minutos más o menos). Entonces se casca 1 huevo en cada cazuelita, se salan

ligeramente y se meten otra vez al horno, al baño maría. Cuando están los huevos en su

punto (la clara cuajada y la yema blanda), se sirven poniendo sobre cada clara, en el

borde del molde, un poco de Jamón de York muy picado, y sobre la yema un trocito de

trufa. Se sirve inmediatamente.

458.—HUEVOS EN CAZUELITAS CON CHAMPIÑONES (6 personas)

6 huevos,

unas gotas de zumo de limón,

¼ kg. de champiñones frescos,

sal.

40 gr. de mantequilla,

Se limpian bien de tierra los champiñones y después de lavados se cortan en láminas

finas. En un cazo se ponen 20 gr. de mantequilla y los champiñones con unas gotas de

limón y sal. Se hacen a fuego lento y tapados con tapadera, por espacio de 10 minutos.

Mientras tanto, se pone en cada molde un poco de mantequilla (como una avellana), se

casca en cada molde 1 huevo, se le echa un poco de sal de mesa y se meten al horno al

baño maría. Cuando está la clara cuajada, se sacan del horno. Se reparten los

champiñones por encima de los huevos y se sirven enseguida.

**459.—HUEVOS EN CAZUELITAS
CON JAMÓN, CREMA Y QUESO
RALLADO (6**

personas)

**12 cucharadas soperas de crema
líquida (¼ litro), 50 gr. de gruyere
rallado,**

**1 loncha de jamón de York de 100 gr.,
sal.**

En cada cazuelita se ponen 2 cucharadas de crema y un trozo de jamón de York.

Se

casca 1 huevo, que se sala muy poquito, y se espolvorea por encima el queso gruyere

rallado. En una besuguera se pone agua a calentar; cuando empieza a hervir se colocan

las cazuelitas y se mete al horno previamente caliente, durante unos 6 minutos. Se sacan

del horno y se sirven los huevos en su misma cazuelita.

**460.—HUEVOS EN CAZUELITAS
CON SALSA DE TOMATE Y**

BACON (6 personas)

¾ kg. de tomates bien maduros,

6 lonchas muy finas de bacon fritas,

3 cucharadas soperas de aceite,

**1 vaso (de los de agua) de aceite
(sobrará),**

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

sal.

6 huevos frescos,

Hacer la salsa de tomate (receta 63).

Poner en cada molde una cucharada
sopera

colmada de salsa de tomate espesa.
Cascar los huevos en sus cazuelitas.
Poner un poco

de sal sobre cada huevo y meter al
horno, al baño maría con agua
previamente caliente,

unos 5 a 6 minutos. Cuando la clara esté
cuajada y la yema blanda se sirven,
colocando

encima de cada huevo la lonchita de
bacon frito. Las lonchas deben cortarse
en dos a lo

largo, se enrollan y se pinchan en un palillo los dos rollos. Se fríen así en aceite y, en el

momento de servir los huevos, se quita el palillo y se ponen los dos rollitos sobre cada

huevo.

461.—MANERA DE HACER LOS HUEVOS AL PLATO

Se usan unos platos con orejas de barro marrón, de porcelana blanca, de cristal que

resista al fuego, o de metal especiales para estos huevos.

Se pone un poco de mantequilla en cada plato (unos 10 gr.) y se meten en el horno 1

minuto ó 2, hasta que esté derretida pero no tostada. Se sacan y entonces se cascan los

huevos, cada uno en su plato; se echa un poco de sal fina de mesa, en la clara, muy poca

porque la yema se mancha, y se ponen los cacharros en el horno (si es de gas o

eléctrico) y se enciende sólo por debajo; se dejan hasta que la clara esté bien cuajada y

la yema quede líquida. Si la lumbre es de carbón, hay que hacerlo encima de la lumbre,

intercalando entre el plato y la chapa un tostador de amianto que se vende en el

comercio, o un tostador especial para Pyrex o cualquier cristal que vaya al fuego. Al

retirar los platos del fuego, no se deben colocar directamente encima del mármol frío,

pues saltarían, sino encima de una bayeta o en una tabla de madera. Servir inmediatamente.

Se darán las proporciones para 1 huevo al plato por comensal, pero hay quien toma 2.

Se procede lo mismo, únicamente hay que usar unos platos un poco mayores.

**462.—HUEVOS AL PLATO CON
HIGADITOS DE POLLO (6
personas)**

6 higaditos de pollo,

1 vaso (de los de agua) de agua fría,

2 cucharadas soperas de jerez,

50 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de fécula de patata,

1 cucharada sopera de perejil picado,

3 cucharadas soperas de aceite,

6 huevos,

1 cebolla pequeña picada (80 gramos),

sal.

En una sartén pequeña se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente se rehoga la

cebolla pelada y picada, hasta que empieza a ponerse transparente (unos 5

minutos más

o menos). Mientras tanto se quita la hiel, se limpian de nervios los higaditos y se cortan

en cuatro. Se añaden a la cebolla y se saltean unos 3 minutos. Con una espumadera se

saca todo y se reserva en un plato. En la misma sartén, y con el aceite que ha quedado,

se añade la fécula. Se revuelve un poco y se añade poco a poco el jerez y después el

agua. Se cuece la salsa durante 2 ó 3

minutos. Se incorpora la cebolla y los higaditos y

se sala. Se reserva al calor, pero sin que cueza más.

Se pone la mantequilla en los platitos y se hacen los huevos al plato según la receta 461.

Cuando los huevos están en su punto, se calienta la salsa con los hígados y se pone en la

clara sin tapar las yemas. Se espolvorea un pellizco de perejil picado y se sirven enseguida.

**463.—HUEVOS AL PLATO A LA
FLAMENCA (6 personas)**

12 rodajas de chorizo,

Salsa de tomate:

2 morcillas de cebolla,

1 kg. de tomates maduros,

6 huevos,

2 cucharadas soperas de aceite frito,

40 gr. de mantequilla,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

6 cucharadas soperas de aceite,

sal.

sal.

Hacer esta salsa de tomate (receta 63), de manera que quede bien espesa.

Con la mantequilla se hacen los huevos al plato (receta 461). Mientras se van haciendo

los huevos, se pone el aceite a calentar en una sartén pequeña. Se cortan las morcillas en

rajas gorditas y al chorizo se le quita la piel que lo envuelve. Se fríen las

morcillas y se

sacan, reservándolas al calor. Se fríe el chorizo. Se sirven los huevos con la morcilla y

el chorizo a un lado y la salsa de tomate al otro (basta una cucharada sopera bien llena).

464.—HUEVOS AL PLATO CON SALCHICHAS (6 personas)

6 huevos,

40 gr. de mantequilla,

6 salchichas frescas,

½ vaso (de los de agua) de aceite,

**6 cucharadas soperas de aceite de
tomate,**

sal.

Hacer salsa de tomate, receta 63, de
manera que esté espesa $\frac{3}{4}$ de kg. de
tomates, 2

cucharadas soperas de aceite frito, una
cucharadita [de las de café] de azúcar y
sal).

Preparar los huevos en platos
individuales, según la receta 461.

Mientras se hacen, freír en una sartén

pequeña las salchichas en el aceite caliente,

pinchándolas con un palillo por varios lados para que no se revienten.

Calentar la salsa de tomate previamente hecha. Al momento de servir, poner en cada

plato una salchicha a un lado de las yemas y una cucharada de salsa de tomate al otro

lado.

465.—HUEVOS AL PLATO CON GUISANTES (6 personas)

1 lata de guisantes finos (150 gramos)

o

6 huevos,

$\frac{3}{4}$ de kg. de guisantes frescos,

60 gr. de mantequilla,

sal.

Si los guisantes son de lata, poner ésta abierta a calentar al baño maría sobre la lumbre.

Una vez calientes, rehogarlos con la mitad de la mantequilla sin que se frían (porque se

endurecen) .

Preparar los huevos al plato, receta 461, y cuando están a medio hacer se reparten los

guisantes en los 6 platos. Terminar de cocer y servir inmediatamente.

**466.—HUEVOS AL PLATO CON
ESPÁRRAGOS VERDES (6
personas)**

1 manojo de espárragos verdes,

80 gr. de mantequilla,

6 huevos,

sal.

Cocer las puntas de los espárragos verdes (son más sabrosos para esto). Se ponen en un

cazo con agua hirviendo y sal y se dejan cocer a fuego mediano 30 minutos (más o

menos; se prueban, pues el que se cuezan más o menos de prisa depende de lo gruesos y

frescos que sean). Cuando están cocidos, escurrirlos bien y en una sartén saltearlos con

40 gr. de mantequilla (sin que ésta se

ponga negra).

Mientras se saltean los espárragos, se preparan los huevos al plato, receta 461, y en el

momento de servirlos repartir los espárragos, poniéndolos en cada plato en forma de un

manojito.

467.—HUEVOS AL PLATO CON PURÉ DE PATATAS (6 personas)

6 huevos,

**1 vaso (de los de agua) de leche
templada,**

**1 paquete de puré de patatas (Maggi,
Riera**

75 gr. de mantequilla,

Marsá, etc.) de 125 gr. O

100 gr. de queso gruyere rallado,

1 kg. de patatas,

sal.

Se hace el puré de patatas, receta 207, o como viene explicado en el paquete.

Una vez

hecho éste, se añade casi todo el queso rallado (reservando sólo un poco).

En una fuente de metal, cristal o porcelana resistente al fuego se pone parte de la

mantequilla que queda en el fondo. Cuando está derretida, se echa el puré. Con el dorso

de una cuchara sopera se forman 6 huecos en el puré. Se espolvorea el queso sobrante y

se mete la fuente en el horno a gratinar durante 5 minutos. Se saca y se cascan los

huevos, que se van colocando en los hoyos hechos antes. Se salan ligeramente y se pone

encima de cada yema una avellanita de mantequilla. Se vuelve a meter en el horno y,

cuando la clara de los huevos está cuajada, se sirven en esta misma fuente enseguida.

**468.—HUEVOS AL PLATO,
ESTILO SOUFFLE, CON QUESO
RALLADO Y JAMÓN (6**

personas)

6 huevos,

20 gr. de mantequilla,

3 claras,

**1 loncha de jamón de York picada,
75 gr. de queso parmesano rallado,
sal.**

Estos huevos están mejor presentados en una sola tartera grande. Untar la mantequilla

en la tartera; cuando empieza a derretirse al calor, añadir las 9 claras de huevo montadas

a punto de nieve muy duras y mezclarlas muy delicadamente con casi todo el queso

rallado (es mejor si es parmesano,

porque no hace tanta hebra al derretirse). Alisarlas

con una cuchara para que cubran todo el fondo de la tartera, y con la misma cuchara,

girándola en redondo, hacer 6 huecos para las 6 yemas. Estas estarán cada una separada

en su medio cascarón o en 6 tazas para que no se revienten. Echarlas en los agujeros,

espolvorear el resto del queso rallado por encima de las claras. En las yemas, poner un

poco de sal y meter al horno caliente inmediatamente (pues si no las claras hacen agua)

durante unos 10 minutos, hasta que quede un poco dorado.

En el momento de servir, se espolvorea el jamón picado por encima de las yemas; servir

enseguida.

469.—MANERA DE HACER LOS HUEVOS FRITOS

Para freír bien los huevos, es mejor hacerlos de uno en uno (si se quiere hacer más

rápido, es preferible coger dos sartenes pequeñas y hacerlos así a un mismo

tiempo).

Poner en una sartén pequeña bastante aceite, y cuando sale humo se echa el huevo, que

se tendrá previamente cascado en una taza. Se echa con cuidado, y con la espumadera se

va echando aceite por encima. Cuando el huevo queda suelto y flotando en la sartén, se

saca con la espumadera, quedando en su

punto para servir.

Se deben salar los huevos después de sacados del aceite (pues éste saltaría y podría

quemar).

**470.—HUEVOS FRITOS CON
PATATAS PAJA Y BACON (6
personas)**

1 kg. de patatas,

6 lonchas de tocino ahumado (bacon),

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

6 huevos.

Pelar o cortar las patatas en crudo con el «Moulinex» o un cuchillo especial para las

patatas paja. Se lavan y se secan con un paño. Freirías en una sartén con el aceite a

punto (para esto se prueba con un trocito de patata). Mientras se fríen, se mueven con un

tenedor para que no se peguen y apelotonen. Cuando están fritas, ponerles la sal y

colocarlas en el centro de una fuente

redonda. Dejar la fuente a la boca del
horno para

que no se enfríen las patatas. Luego freír
las lonchas de tocino y ponerlas todo
alrededor

de la fuente como los rayos de un sol.
Finalmente, freír los huevos y ponerlos
entre las

lonchas de bacon; se sirve enseguida.

471.—HUEVOS EN MUFFINS (6 personas)

6 muffins,

Salsa de tomate:

6 yemas,

$\frac{3}{4}$ de kg. de tomates,

4 claras a punto de nieve,

1 $\frac{1}{2}$ cucharadas soperas de aceite frito,

1 cucharada (de las de café) de harina fina,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

sal,

sal.

1 litro de aceite (sobrará),

Se prepara lo primero una salsa de tomate espesa, receta 63. En los muffins (que son

unos bollos redondos con las tapas planas) se corta una capa fina en la tapa de arriba. Se

saca un poco de miga del centro para hacer un hueco para la yema. Se pone en cada

muffin así preparado una yema. Se sala ligeramente. Alrededor de la yema se pone un

poco de salsa de tomate espesa.

Se baten las claras muy firmes con un

pellizco de sal. Una vez bien montadas, se les

añade la cucharadita de harina, revolviendo bien, pero lo menos posible. Se pone un

montón de clara de huevo sobre cada yema, dándole una bonita forma de pirámide con

las púas de un tenedor.

En una sartén honda se calienta el aceite; cuando está en su punto, se pone un muffin

encima de una espumadera y se mete en el aceite, sin quitarlo de la espumadera.

Con



una cuchara sopera se echa aceite hirviendo sobre la clara, rápidamente, para dorarla sin

que se cuaje la yema. Se saca del aceite y se pone en la fuente de servir. Hay que

darse

un poco de prisa para que no se enfríen los huevos ya hechos. Se podrá poner la fuente,

en espera, en un horno templado previamente y ya apagado, para que no se cuajen las

yemas. Se sirve enseguida.

Nota.-Hay quien pincha en la clara unos piñones. Hace muy bonito, pero es facultativo.

A falta de muffins, también puede hacerse este plato con brioches o simplemente con

pan de molde.

472.—HUEVOS FRITOS CON ARROZ (6 personas)

350 gr. de arroz para blanco,

Salsa de tomate espesa:

6 huevos,

1 kg. de tomates,

50 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de aceite,

6 lonchas de tocino ahumado (bacon) o

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

**3 plátanos sin cáscara y partidos a lo
largo,**

sal.

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite (sobrará),

sal.

Con 350 gr. de arroz se prepara el arroz
blanco (receta 165,

1.^a fórmula).

Aparte, hacer salsa de tomate espesa,
receta 63.

Freír en el aceite el tocino o los medios plátanos, según guste más, y, finalmente, freír

los huevos.

En una fuente redonda se forma una corona de arroz blanco. En el centro se rellena con

salsa de tomate. Encima del arroz y montadas, se ponen las lonchas de bacon frito (o los

plátanos fritos) y, por último, alrededor del arroz se colocan los huevos fritos y se sirven

enseguida.

**473.—HUEVOS FRITOS
ENCAPOTADOS (6 personas**

20 gr. de mantequilla,

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite (sobrará),

2 cucharadas soperas de aceite,

pan rallado,

3 cucharadas soperas de harina,

sal,

$\frac{3}{4}$ de litro de leche fría,

unos ramilletes de perejil frito.

sal,

8 huevos,

En una sartén se pone aceite; cuando sale humo, se fríen 6 huevos, de uno en uno, y se

van colocando en un mármol untado con aceite (para que no se peguen). Una vez fritos

los huevos, se recortan para que tengan una bonita forma redonda. En otra sartén aparte

se ponen los 20 gr. de mantequilla y 2 cucharadas soperas de aceite. Cuando está

derretida la mantequilla, se añade la harina y, dando vueltas con unas varillas, se añade

la leche fría poco a poco. Se deja cocer unos 6 minutos para que espese la bechamel, se

sala y se retira del fuego. Dando vueltas se espera a que se enfríe un poco y se vierte

sobre cada huevo, hasta cubrirlo bien, clara y yema. Se deja enfriar del todo (durante

una hora más o menos). En el momento de ir a servirlos, se envuelven en huevo batido

(como para tortilla) y en pan rallado, y se fríen en aceite en su punto.

Se sirven enseguida con los ramilletes de perejil frito y, si se quiere, con salsa de tomate

aparte en salsera.

474.—MANERA DE HACER LOS HUEVOS REVUELTOS

Se cuentan por lo menos 2 huevos por persona, pues los huevos revueltos cunden poco.

Se ponen en un cazo los huevos que se vayan a hacer, según los comensales. Se baten

por espacio de un minuto con un tenedor. Enseguida se añade la sal, 2 cucharadas

sopas de leche fría (por cada 4 huevos), unos 20 gr. de mantequilla (también para 4

huevos). Se pone el cazo al baño maría (con agua ya muy caliente) encima de la lumbre

y se empieza a mover muy rápidamente con unas varillas, rebañando muy bien los

costados del cazo, pues es donde se cuajan más de prisa los huevos. Cuando están

hechos una crema muy espesa, se separan, pues siguen cuajándose aun fuera del fuego.

Se agregan otros 10 gr. de mantequilla, se mueve bien y se sirve inmediatamente.

475.—HUEVOS REVUELTOS CON CHAMPIÑONES, O ESPÁRRAGOS, O JAMÓN (6

personas)

$\frac{1}{4}$ kg. de champiñones frescos.

Se quitan las partes feas, se limpian bien al grifo con un cepillo y luego se cortan en

láminas bastante finas. Se van echando en agua con zumo de limón. Una vez bien

lavados, se escurren en un trapo y se ponen en un cazo con 25 gr. de mantequilla, unas

gotas de zumo de limón y sal. Se tapa el cazo con tapadera y se deja que se hagan

lentamente (unos 10 minutos). Después se revuelven con los huevos, una vez batidos

éstos con tenedor, y se procede como se ha explicado en la receta anterior.

1 manojo de espárragos.

Se preparan y cuecen según la receta 349. Se escurren en un paño de cocina limpio. Se

corta la parte tierna en trozos de unos 3 cm. de largo y se procede como anteriormente.

150 gr. de jamón serrano.

Se corta en cuadradnos muy pequeños todo el jamón y se añade a los huevos batidos.

Hay que tener en cuenta que el jamón es salado, para no añadir sal.

476.—HUEVOS REVUELTOS CON ARROZ Y GAMBAS (6 personas)

12 huevos,

6 cucharadas soperas de leche fría,

1/4 kg. de gambas (peladas) o más si se quiere,

400 gr. de arroz,

75 gr. de mantequilla (a repartir para las

3 litros de agua, azafrán (unas hebras),

gambas y los huevos al hacerlos y después de sal,

hechos),

50 gr. de mantequilla.

Primero se hace el arroz. Se machacan las hebras de azafrán en el mortero con un poco

de agua. Se añade esto a los 3 litros de agua hirviendo sin sal. Se agrega entonces el

arroz y se deja cocer a fuego vivo unos 15 minutos más o menos. Cuando está en su

punto el arroz (el tiempo depende de la clase del arroz), se vierte en un colador grande y

se lava al grifo del agua fría. Cuando se

vaya a comer, se echa la sal necesaria y los 50

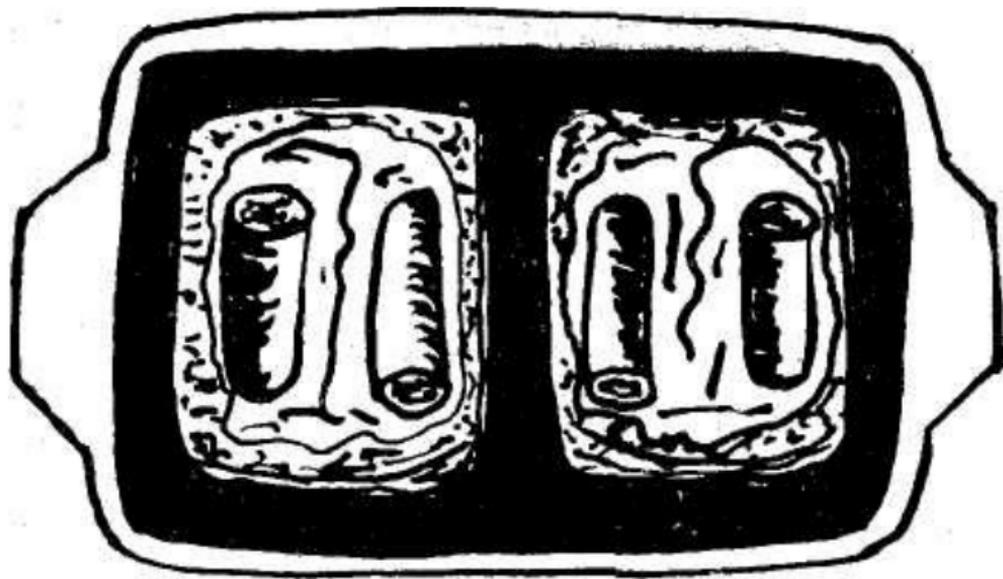
gr. de mantequilla, y se rehoga muy bien para calentarlo. Se preparan entonces las

gambas. Se pelan las colas y se ponen en un cazo pequeño con 20 gr. de mantequilla y

sal; se dejan hacer un ratito (unos 5 minutos), tapando el cazo con tapadera. Al mismo

tiempo que se va rehogando el arroz con los 50 gr. de mantequilla se van haciendo los

huevos revueltos. Se ponen en un cazo los 12 huevos, se baten bien con el tenedor y se



añaden las gambas preparadas, las 6 cucharadas de leche, la mantequilla y la sal. Se

pone el cazo al baño maría en agua muy

caliente y con unas varillas se mueve muy

rápido, rebañando bien los costados del cazo. Cuando está hecho una crema muy

espesa, se retira y se añade un poco de mantequilla.

Se pone el arroz en un molde en forma de corona y en el centro el revuelto de huevos y

gambas y se sirve inmediatamente.

Nota.-Al rehogar el arroz se le puede agregar una

latita de guisantes de 100 gr., pues le

hace muy bonito.

**477.—HUEVOS REVUELTOS EN
TOSTADAS, CON TRUFAS (6
personas)**

**12 huevos, 6 cucharadas soperas de
leche fría,**

2 latitas de trufas,

100 gr. de mantequilla,

6 rebanaditas de pan de molde,

sal.

Se abren las latitas de trufas, se sacan y se cortan 6 rebanaditas, que se reservan

para el

adorno. Lo demás se pica muy menudo y se reserva, así como el caldo que tiene la lata.

Se tuestan las rebanadas de pan de molde. Cuando están tostadas, se untan con

mantequilla y se reservan al calor en el horno previamente calentado y luego apagado

para que no se quemem las tostadas.

Se van haciendo los huevos como en la receta 474, añadiendo el caldo de las trufas al

poner la leche fría.

Cuando los huevos están en su punto, es decir, cremosos, se añade la mantequilla y la

trufa picada.

Se reparte sobre las tostadas y se pone una rebanadita de trufa en el centro. Se sirve

inmediatamente.

**478.—HUEVOS REVUELTOS EN
TOSTADAS CON SALCHICHAS (6
personas)**

12 huevos,

6 salchichas de Franckfurt,

6 cucharadas soperas de leche fría,

**6 cucharadas soperas de salsa de
tomate**

100 gr. de mantequilla,

espesa,

6 rebanadas de pan de molde,

sal.

Se hace la salsa de tomate, receta 63, de forma que quede bien espesa. Se reserva al

calor.

Se prepara el pan de molde tostándolo y luego untándolo con un poco de mantequilla.

Se reservan las rebanadas en el horno pre-

viamente calentado y luego apagado, mientras se preparan los huevos.

En un cazo se pone agua; cuando está a punto de hervir, se meten las salchichas y se

retira un poco de la lumbre para que queden bien calientes, pero sin hervir a borbotones

el agua.

Entonces se hacen los huevos revueltos, receta 474. Una vez hechos y en su punto, se

reparten sobre las tostadas y se ponen en dos de los lados un trozo de salchicha partida

en dos, por la mitad, y en los otros dos lados un poco de salsa de tomate muy espesa y

caliente.

Se sirve inmediatamente.

479.—REVUELTO DE HUEVOS,

ESPINACAS Y GAMBAS

Receta 358.

480.—HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS Y GUISANTES O ESPÁRRAGOS (6

personas)

8 huevos,

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite (sobrar ),

$1\frac{1}{2}$ kg. de patatas,

sal.

1 kg. de guisantes, o $\frac{1}{2}$ kg.

desgranados o de

lata,

Pónganse a cocer los guisantes desgranados en abundante agua hirviendo y sal con una

pizca de bicarbonato (lo que se puede coger en un pellizco, pues si no se deshace la

verdura). Cuando están tiernos, se separan del fuego y se escurren bien. Mientras se

cuecen, se van friendo las patatas peladas, lavadas y secadas, cortadas en cuadraditos

más bien pequeños. Cuando están bien doradas, para lo cual se tarda más o menos unos

15 minutos, se escurren y se dejan en espera. Se quita aceite de la sartén, dejando sólo lo

necesario para que no se peguen los huevos, que se vierten previamente batidos y

salados. Se mueve rápidamente y, cuando se ponen cremosos, se incorporan los

guisantes y seguidamente las patatas fritas reservadas; se mueve muy rápido con un

tenedor o una cuchara de madera. Se sirve enseguida.

Nota.-En vez de guisantes se pueden poner espárragos verdes o blancos, frescos o de

lata.

481.—HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS PAJA Y BACALAO (A LA

PORTUGUESA) (6 personas)

8 huevos,

1 cebolla grande (120 gr.),

1¼ kg. de patatas,

1 litro de aceite (sobrar ),

¼ kg. de bacalao (sin (desalar)).

Se pela y quitan las espinas al bacalao y se desmenuza muy fino. (Los portugueses lo

utilizan crudo; si se prefiere, se puede dar un hervor, es decir, meter los trozos de

bacalao en agua fría, y cuando el agua empieza a hervir a borbotones, retirarlo y

desmenuzarlo.)

En el aceite se fríen las patatas paja (receta 218) y se van reservando.

En una sartén grande se pone aceite que cubra el fondo (unas 6 cucharadas soperas), se

pica muy menuda la cebolla y se fríe hasta que tome un bonito color dorado. Se añaden

entonces las patatas, se pone el bacalao desmenuzado y por fin se cascan los huevos. Sé

revuelve todo muy rápidamente a fuego vivo y cuando los huevos están cuajados se

sirve este revuelto en una fuente.

482.—HUEVOS REVUELTOS CON TOMATES (6 personas)

9 huevos,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

6 triángulos de pan de molde fritos.

½ cucharada (de las de café) de azúcar,

Salsa de tomate:

sal.

1 kg. de tomates maduros,

2 cebollas .medianas (200 gr.),

Se hace la salsa de tomate espesa, receta 63. Se reserva al calor. Se fríen los triángulos

de pan de molde y también se reservan al calor.

Se baten bien los huevos durante 2 minutos, se agrega sal y se ponen al baño maría

solos (sin leche ni mantequilla). Cuando están en su punto, es decir, cremoso espeso, se

mezclan con el tomate en el mismo cazo y se sirven enseguida con unos

triángulos de

pan frito adornando la fuente.

**483.—HUEVOS REVUELTOS CON
QUESO RALLADO (6 personas)**

12 huevos,

**100 gr. de queso rallado (gruyere o
parmesano),**

40 gr. de mantequilla,

sal,

5 cucharadas soperas de leche fría,

unos triángulos de pan de molde fritos.

Se baten muy bien los huevos durante un minuto, se añade la leche, la mitad de la mantequilla y el queso rallado. Se bate otro poco y se pone el cazo al baño maría.

Cuando están en su punto, es decir, de crema espesa, fuera del fuego se añade el resto de

la mantequilla, moviendo bien y probando de sal, por si a pesar del queso rallado

quedase soso. Se sirve en fuente de metal o porcelana, que se tendrá previamente al

calor para que los huevos no se enfríen,
y se ponen los triángulos de pan
alrededor de la
fuente.

484.—MANERA DE HACER LAS TORTILLAS

Se cuentan 2 huevos por persona.

Aunque para ir más de prisa se pueden
hacer las tortillas para varias personas,
nunca se

harán de más de 5 huevos de una vez.

En una sartén de tamaño adecuado al
número de huevos que se vayan a hacer

se pone

aceite fino, lo suficiente para que cubra bien el fondo (si no se agarra la tortilla).

Se

pone a fuego vivo. Mientras se calienta, se baten muy fuerte los huevos durante un

minuto y se añade sal. Se vierte en la sartén y se deja cuajar un poco moviendo la sartén

por el mango. Con un tenedor se desprenden los bordes y, cuando se ve que al mover la

sartén se desprende la tortilla, entonces

rápídamente, ayudándose con el tenedor
o con

una espumadera, se inclina la sartén y se
dobla la tortilla, dándole bonita forma.

Se

manda a la mesa inmediatamente.

Hay quien agrega al batir los huevos un
poco de leche, en la proporción de una

cucharada sopera por cada tres huevos.

Así cunde un poco más.

485.—TOJILLA A LA FRANCESA (2 personas)

4 huevos,

12 cucharada de perejil picado, sal.

3 cucharadas soperas de aceite,

Se procede como en la explicación anterior, añadiendo únicamente el perejil en el

momento de batir los huevos.

486.—TORTILLA SOUFFLE CON PEREJIL O QUESO RALLADO (2personas)

3 huevos,

2 cucharadas soperas de queso gruyere

**3 cucharadas soperas de aceite,
rallado,**

**½ cucharada (de las de café) de perejil
picado o sal.**

Se procede como en la receta 484, pero se reservan dos de las claras, que se baten a

punto de nieve. Cuando están batidas y firmes, se bate con tenedor el huevo entero y las

2 yemas y, una vez batidas, se incorporan las claras a punto de nieve y el perejil. Se

procede desde aquí como siempre.

Para variar, en vez del perejil se baten con los huevos 2 cucharadas soperas de queso

rallado (gruyere) fresco, y se procede igual que anteriormente.

487.—TORTILLA CON QUESO RALLADO, JAMÓN Y CUSCURROS DE PAN FRITO (6 personas)

6 huevos,

2 rebanadas de pan,

50 gr. de queso gruyere recién rallado,

**1 vaso (de los de agua) lleno de aceite
($\frac{1}{4}$ litro)**

150 gr. de jamón serrano.

(sobraré).

$\frac{1}{2}$ vaso (de los de vino) de leche fría,

sal.

Se cortan las rebanadas de pan en cuadraditos pequeños y, en una sartén

con el vaso de

aceite bien caliente, se fríen. Se escurren cuando están dorados y se reservan. Se pica el

jamón bastante menudo.

En una ensaladera se baten muy bien los huevos (incluso con el aparato de montar las

claras). Se agregan entonces el queso rallado, la leche y el jamón, y algo de sal (poca,

por el queso y el Jamón). Se pone aceite (del de freír el pan) de forma que cubra el

fondo de la sartén, pero sin que sobre mucho. Se vierte la mezcla de la ensaladera en la

sartén. Se deja que se haga un poco (a tortilla y se esparcen los cuscurros de pan.

Cuando la tortilla se va cuajando del lado que toca la sartén, pero que aún está algo

líquida por dentro (unos 15 minutos), se dobla en dos y se pasa a la fuente donde se

vaya a servir, escurriéndola desde la sartén.

**488.—TORTILLA DE JAMÓN (2
personas)**

4 huevos,

30 gr. de jamón serrano.

3 cucharadas soperas de aceite,

Se pica en cuadraditos pequeños el jamón serrano, se fríe un poquito en el aceite

caliente de la tortilla y se retira con la espumadera en un plato.

Se echan entonces los huevos batidos durante un minuto, se añade el jamón (se pone

muy poca sal, pues el jamón sala bastante) y se procede como en la receta 484.

Si el jamón estuviese muy salado, se pone a desalar unos 10 minutos en leche templada.

Se saca y se seca con un paño limpio y se emplea normalmente.

**489.—TORTILLA DE
CHAMPIÑONES O ESPÁRRAGOS,
O ESPINACAS, O TRUFAS, O**

GAMBAS (2 personas)

3 huevos,

**2 trufas o 100 gr. de gambas peladas,
100 gr. de champiñones,
3 cucharadas soperas de aceite,
unas puntas de espárragos,
sal.
un resto de espinacas cocidas (como
50 gr.),**

Los espárragos o las espinacas se tendrán previamente cocidos y después se rehogan

con unos 20 gr. de mantequilla (para las espinacas, un poco más). Cuando están

calientes, se va haciendo la tortilla y se coloca en el centro los espárragos o las espinacas, doblando la tortilla cuando está en su punto.

Las gambas se van haciendo en mantequilla y un poco de sal un ratito antes. Cuando

están en su punto y una vez batidos los huevos, se añaden antes de verter éstos en la

sartén. Si sobrase mantequilla, se escurre para que no engrase la tortilla por dentro.

Los champiñones se preparan, receta

424.

Las trufas se cortan en rebanadas finas y se calientan previamente con un poco de

mantequilla y una cucharada sopera de vino de Madera. Una vez preparadas, se baten

los huevos y, escurriendo la salsa, se añaden a los huevos y se procede como siempre.

490.—TORTILLA DE ATÚN ESCABECHADO (2 personas)

4 huevos,

5 cucharadas soperas de aceite,

50 gr. de atún escabechado,

sal.

1 cebolla pequeña (pelada y picada) ,

En una sartén pequeña se ponen 2 cucharadas de aceite; cuando está caliente, se rehoga

la cebolla picada durante unos 5 minutos; antes de que se dore, se agrega el atún en

escabeche y se mezcla bien con la cebolla, deshaciendo el atún con un tenedor o una

espumadera.

Después, en otra sartén se ponen las 3 cucharadas de aceite; cuando está caliente, se

vierten los huevos previamente batidos durante un minuto, con sal (poca, por el escabeche que ya está salado). Cuando se va cuajando se pone la mezcla de escabeche y

cebolla en el centro y se dobla la tortilla como de costumbre, sirviéndose enseguida.

Nota.-Se puede servir con salsa de tomate alrededor de la tortilla.

491.—TORTILLITAS RELLENAS

DE BERENJENAS (6 personas)

8 huevos,

Salsa de tomate:

¼ kg. de cebolla,

3 cucharadas soperas de aceite,

½ kg. de berenjenas,

100 gr. de cebolla,

3 cucharadas soperas de aceite,

1½ kg. de tomates,

1 cucharada sobera colmada de

harina,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

50 gr. de queso gruyere rallado,

sal.

**1 vaso (de los de agua) bien lleno de
leche,**

sal.

Se hace la salsa de tomate, receta 63.

Se pasan por la máquina de picar la
carne las berenjenas peladas y crudas.

En una sartén

se pone el aceite y la cebolla muy picada con la berenjena. Cuando están bien fritas, se

añade la harina, la leche y la sal. Se hace una bechamel espesa con esto. Aparte, en una

sartén pequeña, se van haciendo unas tortillitas (2 por persona) pequeñas que se rellenan

de la bechamel hecha anteriormente. Se van colocando, a medida que se hacen, en una

fuelle que vaya al horno. Una vez colocadas todas las tortillitas, se cubren con la salsa

de tomate y el queso rallado y se meten al horno unos 15 minutos, hasta que el queso

esté dorado. Se sirven en la misma fuente.

Nota.-Este mismo plato se hace con gambas. Se añaden a la bechamel las colas de

gambas crudas y partidas en dos si son grandes. Se cuece algo más de tiempo la

bechamel, pues las gambas sueltan agua y la aclaran. Por lo demás, se procede igual.

492.—TORTILLA DE PATATAS A

LA ESPAÑOLA (6 personas)

8 huevos,

2 vasos (de los de agua) de aceite (½ litro)

1 kg. de patatas,

(sobraré),

sal.

Se lavan las patatas, una vez peladas, y se secan con un paño; se parten en dos a lo largo

y después se cortan en láminas finitas.
Se pone el aceite en la sartén a calentar

y se fríen

las patatas, moviéndolas de vez en cuando y echándoles un poco de sal. Una vez fritas

(más o menos doradas, según gusten), se separan y se ponen a escurrir en un colador

grande. Se quita el aceite sobrante de la sartén.

Aparte se baten los huevos con tenedor y muy fuerte; se pone un poco de sal; en el

mismo plato de los huevos se echan las patatas y se mueven con un tenedor.

En una sartén grande (o en dos pequeñas) se ponen 3 cucharadas soperas de aceite para

que sólo cubra el fondo. Cuando está caliente se vierte la mezcla de huevos y patatas. Se

mueve la sartén por el mango para que no se pegue la tortilla. Cuando se vea que está

bien despegada y dorada (esto depende del gusto de cada cual), se pone una tapadera

encima, se vuelca la sartén y se escurre suavemente la tortilla otra vez en la sartén. Se

vuelve a mover por el mango y cuando esté cuajada (a gusto) se pasa a una fuente

redonda y se sirve.

Nota.-Se puede servir la tortilla de patatas fría y acompañada de mayonesa. Esta la

puede cubrir, o se sirve aparte en salsera.

493.—TORTILLA DE PATATAS GUISADA (6 personas)

1.300 kg. de patatas,

$\frac{3}{4}$ litro de agua (3 vasos de los de

agua),

8 huevos,

unas hebritas de azafrán,

½ litro de aceite (sobraré),

1 cucharada sopera de perejil picado,

sal.

1 latita de guisantes (100 gr.),

Salsa:

100 gr. de jamón serrano picado,

4 cucharadas de aceite,

sal.

1 cebolla mediana (100 gr.),

½ cucharada sopera de harina,

Se hace la tortilla de patatas con algo más de patata, para que quede más gruesa (receta

492). Se reserva al calor en la sartén.

Salsa:

Se pone en una sartén o un cazo el aceite a calentar; cuando está caliente se le añade la

cebolla pelada y picada. Se dan unas

vueltas hasta que se empieza a poner dorada (unos

7 minutos); se agrega la harina, se revuelve un par de minutos y poco a poco se añade el

agua fría.

En un mortero se machacan las hebras de azafrán y se deslíen con un poco de salsa. Se

añade esto a la sartén; se da un hervor de 5 minutos y se cuela esta salsa por el

pasapurés. Se vuelve a poner en el cazo o sartén, y se Incorpora el jamón, dejándolo

cocer otros 5 minutos muy despacio. Se echan los guisantes y se sala, teniendo en

cuenta que el jamón está bastante salado. Ahora se puede proceder de dos maneras:

1.^a) Se echa esta salsa por encima de la tortilla y se cuece despacio unos 3 minutos. Se

vuelca la tortilla en la fuente donde se vaya a servir con la salsa por encima y se corta

toda la tortilla en cuadrados.

2.^a) Se pone la tortilla seca en la fuente,

se corta y se vierte la salsa por encima sin que

cueza la tortilla. Así queda la tortilla más seca por dentro.

**494.—TRES PISOS DE TORTILLAS
CON SALSA DE TOMATE (6
personas)**

Salsa de tomate:

Tortillas:

1 kg. de tomates maduros,

12 huevos,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

$\frac{3}{4}$ kg. de patatas (4 grandes),

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

atún al natural (una lata de 150 gr.).

sal.

guisantes (una lata de $\frac{1}{2}$ kilogramo),

100 gr. de jamón serrano,

$\frac{1}{2}$ litro de aceite,

sal.

Se hace la salsa de tomate (receta 63) y se reserva al calor. Se pelan y lavan las

patatas.

Se secan y se cortan en láminas. En una sartén se pone como 1 vaso (de los de agua) de

aceite y se fríen las patatas. Con 4 huevos se procede a hacer una tortilla de patata

corriente como va explicado en la receta 492. Una vez hecha, se pone en la fuente donde

se vaya a servir y se reserva al calor.

Con otros 4 huevos y en la misma sartén donde se ha hecho la tortilla de patatas (para

que tengan el mismo tamaño de diámetro) se procede a hacer la tortilla de escabeche. Se

baten los huevos con un tenedor, se salan, se les añade el atún bien escurrido y

desmenuzado y se vierten en la sartén, que tendrá un fondo de aceite. Se procede

entonces igual que para la tortilla de patatas. Una vez cuajada se coloca encima de la

anterior. Con los 4 últimos huevos se hace otra tortilla con los guisantes y el jamón muy

picadito. Se baten los huevos con un tenedor, se añaden los guisantes y el jamón, se sala

muy poco (pues el jamón ya está salado) y se hace igual que las anteriores tortillas. Se

coloca esta tercera encima de las otras dos. Se cubre todo con la salsa de tomate y se

sirve enseguida.

Nota.-La base tiene que ser siempre una tortilla de patata, pero las otras dos pueden

variar como se quiera; por ejemplo, en

vez de atún se pueden poner gambas, y en vez de

guisantes espárragos, o chorizo, etc.

SOUFFLES, FLANES

495.—FLAN DE HUEVOS CON SALSA DE TOMATE (6 a 8 personas)

4 cucharadas soperas de harina,

Salsa de tomate:

40 gr. de mantequilla,

1 kg. de tomates bien maduros,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 cucharada sopera de aceite frito,

**2 vasos bien llenos (de los de agua) de
leche**

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

fría,

sal.

5 huevos,

**1 clara, nuez moscada o pimienta
molida,**

sal.

Se hace la salsa de tomate (receta 63) y se reserva. Se unta una flanera (de unos 18 cm.

de diámetro) con, una tercera parte de la mantequilla, que quede muy untada, y se reserva.

En una sartén se pone a calentar el resto de la mantequilla con el aceite. Una vez

derretida la mantequilla se añaden las 4 cucharadas de harina, dando vueltas con unas

varillas, sin que tome color la harina. Se

va echando poco a poco la leche fría, la sal y

un poco de nuez moscada rallada. Se dan vueltas hasta que cueza la bechamel y quede

bastante espesa (unos 10 minutos). Se deja templar fuera del fuego y se añaden las 5

yemas, una por una. Se puede incorporar a la bechamel del flan unas colas de gambas

($\frac{1}{4}$ kg.) o un picadito de jamón serrano o de York (150 gr.). Esto la mejora mucho.

Se baten las 6 claras a punto de nieve muy firme, con un pellizco de sal, y se incorporan

por tandas, moviendo justo lo necesario para que queden mezcladas con la bechamel,

que se vierte .en la flanera.

Se tendrá el horno encendido 5 minutos antes y con agua hirviendo, se pone la flanera al

baño maría a fuego mediano durante una hora, más o menos.

En el momento de ir a servir el flan se pasa un cuchillo todo alrededor del

mismo y se

vuelca en la fuente donde se va a servir, dejando la costra formada arriba contra la

fuelle. Se cubre con salsa de tomate caliente y se manda enseguida a la mesa.

Nota.-Se puede cubrir también con una bechamel clarita con 2 ó 3 cucharadas soperas

de salsa de tomate (o una cucharada soperas de concentrado de tomate). O haciendo la

bechamel con la mitad de leche y la mitad de caldo.

496.—FLAN SALADO (6 personas)

8 huevos,

Salsa bechamel:

5 cucharadas soperas de buen jerez,

1 cucharada sopera de harina,

3 vasos (de los de agua) de leche templada,

1 vaso (de los de agua) bien lleno de leche fría,

100 gr. de jamón serrano muy picado,

20 gr. de mantequilla,

**20 gr. de mantequilla o 2 cucharadas
soperas**

**2 cucharadas soperas de aceite fino,
de aceite fino,**

**1 cucharada sopera de concentrado de
tomate,**

sal y nuez moscada.

**o 2 cucharadas soperas de salsa de
tomate**

espesa,

sal.

Con la mantequilla (o el aceite fino) se unta un molde que forme corona, o una flanera.

En una ensaladera se baten bien los huevos, se les añade el jamón muy picado, el jerez,

sal (no mucha, pues el jamón está salado) y un poco de nuez moscada. Se bate todo

junto y se añade poco a poco la (eche templada (no caliente). Una vez bien mezclado

todo se pone en un molde en forma de corona y se mete al horno mediano (pero no al

baño maría) para que se cuaje, durante unos 30 a 40 minutos. Mientras está el flan en el

horno se hace la bechamel (receta 67). Se le agrega tomate, se revuelve bien y se reserva

al calor.

Cuando el flan está cuajado se vuelca en una fuente y se rellena el centro con la

bechamel. Se sirve enseguida.

Nota.-A este flan se le puede añadir en el momento de ir a servirlo, todo alrededor,

champiñones frescos cortados en trozos grandes y salteados con mantequilla, zumo de

limón y sal (receta 424).

497.—SOUFFLE DE QUESO (6 a 8 personas)

4 cucharadas soperas rasadas de harina,

½ litro de leche (2 vasos de los de agua),

4 cucharadas (de las de café) de fécula de

100 gr. de gruyere rallado,

patata,

5 huevos enteros,

100 gr. de mantequilla,

3 ó 4 claras de huevo,

un poco de sal.

En una sartén o un cazo se ponen 75 gr. de mantequilla. Cuando está derretida se añade

la harina y la fécula, se dan un par de vueltas con las varillas y se agrega el $\frac{1}{2}$ litro de

leche fría, dejando que rompa a hervir y

dando vueltas continuamente. Se cuece unos 5

minutos. Se separa del fuego y se añade entonces el queso rallado, moviendo para que

quede bien incorporado. Una vez templada la bechamel se añaden una por una las 5

yemas, se prueba de sal y se rectifica si hace falta. Se baten las claras en varias veces

para que queden bien montadas y duras. Las primeras se incorporan bien y las segundas

muy poco a poco, moviendo lo menos posible para que el soufflé suba mucho.

Se unta

una fuente de borde alto, de porcelana o cristal resistente al horno, con los 25 gr. de

mantequilla. Se calienta el horno unos 10 minutos antes y se vierte la masa en la fuente.

Se mete en el horno que estará encendido sólo abajo, y a fuego mediano primero, más

fuerte pasados 20 minutos. Se deja unos 30 a 45 minutos más o menos (depende del

horno), y, una vez bien subido y dorado por arriba, se sirve inmediatamente.

Este plato

no puede esperar ni un momento, pues el soufflé, cuando pasa su punto, se baja y no

tiene vista.

Nota.-El principio de los soufflés es siempre el mismo, únicamente varía la materia que

le da el gusto. Para hacerlo de gambas hay que contar $\frac{1}{2}$ kg. de éstas, de las cuales no se

utiliza más que las colas, que se ponen

en un cazo con unos 25 gr. de mantequilla y sal.

Se tapa y se dejan a fuego mediano unos 6 a 8 minutos. Después se incorporan las colas

y el jugo que han soltado a la bechamel.

498.—FLANECITOS CON SALSA DE TOMATE (6 personas)

7 huevos,

Salsa de tomate:

8 cucharadas soperas de leche fría,

$\frac{3}{4}$ kg. de tomates maduros,

25 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

sal y nuez moscada,

**1 cucharada (de las de café) de
azúcar,**

sal.

Se hace la salsa de tomate de antemano (receta 63) y se reserva.

En una ensaladera se baten los 7 huevos con las varillas de montar las claras (a mano),

se les añade la leche fría, la sal y un

poco de nuez moscada rallada. Se untan con la

mantequilla las flaneritas individuales. Se vierte la mezcla en las flaneras. Se calienta

previamente el horno durante unos 10 minutos. Se ponen las flaneritas al baño maría

(con el agua caliente) y se meten a horno mediano durante unos 15 minutos. Se pone la

salsa de tomate en la fuente de servir y sobre la salsa se vuelcan los flanecitos. Se sirven

enseguida.

Nota.-Se puede sustituir la salsa de tomate por una bechamel rosada hecha con:

25 gr. de mantequilla,

1 cucharada (de las de café) de concentrado

1 cucharada sopera de aceite fino,

de tomate (o 2 cucharadas soperas de salsa

1 cucharada sopera colmada de harina,

de tomate espesa),

1½ vaso (de los de agua) de leche fría,

sal.

Receta 68.

**499.—SOUFFLE DE PATATAS (6
personas)**

1¼ kg. de patatas,

70 gr. de mantequilla,

agua fría,

4 huevos enteros,

1/4 litro de leche caliente (1 vaso de los de agua),

3 claras de huevo,

nuez moscada y sal.

Se ponen las patatas, peladas, cortadas en trozos grandes y lavadas, en un cazo, se

cubren de agua fría y se les echa sal.

Cuando rompe el hervor, se dejan cocinando de 20 a

30 minutos (según la clase de patata; hay que pincharlas con un cuchillo para ver si

están blandas y, por lo tanto, cocidas).

Se escurren en un colador grande y se pasan por el pasapurés. Se agrega en seguida 50

gr. de mantequilla en varios trozos para que se derrita mejor en el puré, y se añade

después, poco a poco, la leche caliente, dando vueltas con una cuchara de madera. Se

unta una fuente con borde alto con mantequilla (20 gr.) y se enciende el horno para que

esté caliente.

Se añaden las 4 yemas de huevo al puré, un poco de nuez rallada, dando vueltas y

después las claras con un pellizco de sal, batidas a punto de nieve muy firmes. (Es

mejor batirlas en dos tandas.) Se incorporan al puré removiendo poco, lo justo para

Incorporarlas sin que se bajen. Se vierte este preparado en la fuente y se mete en el

horno caliente de $\frac{3}{4}$ a una hora, encendido abajo. Si 10 minutos antes de finalizar el

tiempo de cocerse el soufflé no está dorado por arriba, se enciende el horno general, es

decir, arriba y abajo. Se sirve en seguida en su misma fuente.

500.—SOUFFLE CON ARROZ BLANCO (6 personas)

1 plato sopero (no lleno] de arroz blanco cocido

2 cucharadas soperas de aceite fino, (unas 20 cucharadas soperas),

3½ cucharadas soperas de harina,

4 yemas de huevo,

¾ litro de leche fría,

6 claras,

sal.

100 gr. de queso gruyere rallado,

50 gr. de mantequilla,

Se aprovecha un resto de arroz blanco ya cocido pero aún no rehogado.

Se hace una bechamel (en una sartén se calienta la mitad de la mantequilla y el aceite, se

echa la harina, se dan unas vueltas y poco a poco, se añade la leche fría, moviendo con

unas varillas. Se sala ligeramente y se cuece unos 8 minutos).

Una vez hecha la bechamel se aparte del fuego, y cuando está templada se añaden las

yemas, de una en una, luego la mitad del arroz y casi todo el queso rallado (reservando

un poco). Se ponen unos trocitos de mantequilla como avellanas encima. Cuando se

vaya a meter en el horno se emplea lo que queda de mantequilla para untar la fuente de

borde alto donde se vaya a hacer el soufflé (porcelana o cristal resistente al fuego).

Se montan muy firmes las claras con un pellizco de sal; se mezcla el resto del arroz y se

vierte esto en la bechamel. moviendo muy delicadamente para que, quedando mezclado,

no se bajen las claras. Se espolvorea con el resto de queso rallado y se mete al horno.

Este se calentará previamente durante 10 minutos, primero a fuego mediano y, después

de unos 20 minutos, se pone más fuerte y se deja hasta que esté bien dorado y subido,

unos 15 minutos más o menos.

Se sirve inmediatamente en su misma fuente.

Pescados y mariscos

PESCADOS

Todo el pescado se debe lavar con agua fresca y al chorro del grifo. Se debe

secar

inmediatamente con un trapo muy limpio.

501.—CALDO CORTO CON VINO BLANCO

Para 1 kg. de pescado, más o menos, se suele poner:

agua fría abundante,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco bueno,

1 hoja de laurel,

zumo de ½ limón (para que no se

deshaga el

pescado),

1 trozo de cebolla pelada (40 gr. más o menos),

sal.

1 zanahoria grande, raspada la piel, lavada y

cortada en rodajas,

Se cuecen todos estos ingredientes juntos durante unos 10 minutos y se retira del fuego,

dejando que se enfríe.

Cuando se va a cocer el pescado, se pone este caldo corto en la pesquera (cacerola

alargada con una rejilla). Se colocan las zanahorias, cebolla, etc, debajo de la rejilla. Se

pone el pescado en la rejilla y se sumerge. Sí el caldo corto no cubre bien el pescado, se

puede añadir agua fría.

Se pone la pesquera a fuego mediano, cubriéndola con su tapadera. Si rompiera el

hervor muy rápidamente, se abrirá el

pescado.

Si el pescado que se cuece es plano (lenguados, etc.), una vez que empieza a hervir el

agua a borbotones se apaga el fuego y se deja dentro del agua un ratito (5 a 10 minutos).

Si el pescado es ancho (merluza, etc.) se baja el fuego y se cuece despacio unos minutos

más. Cuando está, se saca la rejilla, se pone al bies encima de la pesquera, para que

escurra pero sin enfriarse, y se cubre

con un paño limpio mojado en agua bien caliente y

estrujado. Se puede tener así un ratito en espera.

502.—CALDO CORTO CON VINO TINTO O VINAGRE

Se prepara exactamente igual que el anterior, sustituyendo el vino blanco por tinto o por

vinagre (de vino tinto).

Este caldo corto se utiliza para dar color y sabor a la carne del pescado, por ejemplo,

para las truchas, el lucio, etc,

503.—CALDO CORTO ESPECIAL

Receta 645.

Para el salmón, las truchas asalmonadas,
etc.

504.—CALDO CORTO CON LECHE

1½ litro de agua fría,

½ limón en rodajas sin piel,

*1 vaso (de los de agua) de leche cocida
y fría,*

1 hoja de laurel,

sal.

Estas cantidades son sólo para orientación.

El caldo corto siempre debe ser abundante y cubrir todo el pescado. Se aumentará según

haga falta.

Se prepara todo en frío, se sumerge el pescado y se pone al fuego sin cocerlo previamente como los anteriores.

Este caldo corto se emplea sobre todo

para pescados del tipo del rodaballo, raya, etc.

505.—MANERA DE PREPARAR LA ANGUILA

Para que ja anguila sea buena debe estar viva. Hay que tener mucho cuidado, pues

siendo así se escapan con mucha facilidad. Se agarra por la cola con un trapo y se le da

un fuerte golpe en la cabeza con algo duro.

Para quitarles la piel se da un corte alrededor de la cabeza, y con un trapo se

agarra la

piel y se tira hacia la cola. Debe salir entera. Después se corta la cabeza y la cola. Se

hace un corte en la tripa y se vacían los intestinos. Se lava bien con agua fría y se corta

en trozos.

506.—ANGUILA FRITA (6 personas)

1½ kg. de anguilas más bien pequeñas,

2 dientes de ajo picados.

½ litro de vinagre,

*2 cucharadas soperas de perejil
picado,*

½ litro de aceite (sobrar ),

sal y pimienta.

harina en un plato,

Se pone la anguila en adobo por lo
menos 4 horas, en vinagre. Se saca y con
un paño

limpio se seca muy bien. Se salan los
trozos, se pasan por harina y se fríen. Se
quita casi

todo el aceite de freír que sobra en la
sartén y se ponen todos los trozos de

anguila, se

espolvorean con el ajo, perejil y pimienta. Se saltean un poco y se sirven en seguida.

**507.—ANGUILA A LA MARINERA
(6 personas)**

1½ kg. de anguilas medianas,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 cucharada sopera de perejil picado,

½ litro de vino blanco,

1 diente de ajo picado,

½ vaso (de los de agua) de agua,

sal y pimienta.

1 cucharada de harina,

2 cucharadas soperas de aceite,

Se prepara, pela y corta la o las anguilas, según está explicado anteriormente (receta

505).

Se pela y pica la cebolla, se pone en una cacerola, se echan encima los trozos de

anguila, se rocían con el vino blanco que debe medio cubrir los trozos de pescado, se

echa sal y pimienta y se cuece a fuego vivo unos 10 minutos.

En una sartén pequeña se pone a calentar el aceite, se le agrega la harina, se le da unas

vuelatas, se añade poco a poco el agua fría y después algo del caldo de cocer las anguilas.

Se cuece esta salsa un par de minutos y se vierte sobre las anguilas que están en la

cacerola (esto se hace con la cacerola retirada del fuego). Se mueve con cuidado para

que se quede todo mezclado y se vuelve a cocer unos 10 minutos, más o menos,

moviendo la cacerola por las asas de vez en cuando.

Se sirve en seguida en una fuente algo honda, espolvoreando el pescado con el ajo y

perejil picados.

508.—ARENQUES AHUMADOS PARA ENTREMESSES

Se compran unos arenques ahumados, enteros o en filetes. Si son enteros hay que

quitarles la espina. Se cortan en tiras de un dedo de ancho. Se van poniendo en una

terrina de porcelana o de cristal, con tapadera. Se pone una capa de aceite fino en el

fondo, una capa de filetes de arenques, se espolvorea con perejil y cebolla muy picados,

y se alternan las capas de arenque y la cebolla y perejil. Se cubre bien con aceite fino, se

tapa con la tapadera y se pone en un sitio fresco (pero no en la nevera) durante 8 días.

Pasado este tiempo, ya se pueden consumir tal como salen.

**509.—ARENQUES ASADOS,
SERVIDOS CON SALSA DE
MOSTAZA (6 personas)**

6 arenques de ración frescos,

*1 vaso (de los de agua) de agua
caliente,*

aceite y sal.

2 yemas de huevo,

Salsa de mostaza:

*1 ó 2 cucharadas (de las de café) de
mostaza,*

80 gr. de mantequilla,

sal.

1 cucharada sopera de harina fina,

En la pescadería se manda quitar la
espina central.

Se salan por dentro y por fuera
ligeramente. Con una brocha plana se les
pasa aceite en

el centro, después se cierra, se hacen un

par de tajos en el lomo y se unta bien con aceite

por los dos lados. Se enciende el horno con un poco de anticipación y se ponen en la

parrilla. Mientras tanto se hace la salsa de mostaza (receta 77).

Cuando están asados (unos 20 a 30 minutos), se colocan con cuidado en una fuente

caliente y se sirven con la salsa de mostaza en salsera aparte.

510.—ARENQUES ASADOS CON ANCHOAS (6 personas)

6 arenques de ración,

8 ramitas de perejil,

3 cucharadas soperas de aceite,

*1 cucharada (de las de café) de
mostaza,*

2 latas pequeñas de anchoas en aceite,

sal (si hiciese falta):

50 gr. de mantequilla,

Se mandan limpiar los arenques en la pescadería. Después, en casa, se lavan con agua y

se secan muy bien con un paño limpio.

De las latas de anchoas se reservan 12 filetes para adornar los arenques. En el mortero

se machacan las demás, escurridas de su aceite, con la mantequilla y 2 ramitas de

perejil. Se rellenan las tripas de los arenques con esta pasta y se cierran sujetándolas con

un palillo. Se mezcla el aceite con la mostaza, y, con la mitad de esta mezcla, se

embadurnan los lomos de los arenques del lado que no se ponen en la parrilla.

Se meten

a horno mediano hasta que quedan bien asados de este lado (unos 10 minutos).

Se

vuelven con cuidado y se unta el Otro lado con el resto del aceite y la mostaza.

(Para

esta operación se puede utilizar una brocha plana). Se asan bien de este segundo lado.

unos 10 ó 15 minutos más. Se colocan en una fuente previamente calentada. Se

adornan

los lomos de los pescados con un

cruzadillo hecho con las anchoas reservadas y se pone

un poco de perejil encima. Se sirve en seguida.

511 .—ATUN

Siendo este pescado casi igual que el bonito, las mismas recetas sirven para ambos.

512.—GRATINADO DE ATUN DE LATA (6 personas)

1 kg. de mejillones,

el zumo de 1 limón,

1 lata grande (1/2 kg.) de atún al natural,

1 cucharada sopera de perejil picado,

3 cucharadas soperas de harina,

3 cucharadas soperas de pan rallado,

2 vasos (de los de agua) de leche fría,

50 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de vino) de caldo de los mejillones,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 vaso (de los de vino) mitad vino

blanco y mitad 2 yemas de huevo,

agua,

2 claras a punto de nieve (facultativo),

*2 cebolletas frescas, o 2 chalotes
grandecitas,*

sal.

Después de quitarles bien las barbas a los mejillones, se lavan y se ponen en un cazo

con el vaso de mitad agua y mitad vino blanco con un poco de sal. Cuando se empiezan

a abrir, se quitan los bichos de sus conchas y se cuele el caldo de los mejillones por un

colador de tela metálica con un trapo fino y limpio metido en el colador. Si los

mejillones son grandes se cortan con unas tijeras y se reservan en su caldo.

En una sartén se pone a mitad de la mantequilla y el aceite a calentar; cuando está

derretida se añade la harina y se dan unas vueltas con una cuchara de madera. Poco a

poco se añade la leche y se deja cocer esta bechamel unos 10 minutos. Se agrega

entonces el atún (bien escurrido de su jugo) desmenuzado, los mejillones con el vaso de

su caldo, el perejil y las cebolletas o chalotes picadas muy menudas. Se prueba y

rectifica de sal; se incorpora entonces el zumo de limón, y las 2 yemas disueltas en un

poco de salsa para que no se corten, y las claras a punto de nieve muy firme. Estos dos

últimos ingredientes mejoran el plato pero no son indispensables. Se reparte en platitos

individuales (de huevos al plato, o conchas, o bien incluso en una sola fuente de

porcelana resistente al fuego). Se espolvorea con pan rallado y se pone el resto de la

mantequilla en trocitos como avellanas.

Se mete al horno a gratinar y, cuando está dorado, se sirve en sus mismos platitos.

513.—MANERA DE DESALAR EL

BACALAO

Se escogen los trozos de bacalao que sean bien blancos y con la piel oscura.

Que no

sean muy gruesos. Se ponen en agua fría unas 12 horas, cambiándoles el agua 4 veces.

Para esto se sacan cada vez todos los trozos de bacalao y se lava muy bien el cacharro

cada vez, poniéndole agua fresca y volviendo a colocar los trozos de bacalao dentro.

Si se tiene mucha prisa, pero este

método no es aconsejable más que para croquetas,

brandada, etc..., se pone el bacalao bastante desmenuzado en agua templada. Se cambia

unas 3 veces. procediendo igual que anteriormente, pero con unas 3 horas bastará para

desalar el bacalao.

514.—BACALAO AL AJO ARRIERO (6 personas)

½ kg. de bacalao más bien grueso y con la piel 1 cebolla grande (200 gr.),

tirando a clara,

3 ó 4 dientes de ajo,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

1 lata pequeña de pimientos rojos (de 100 gr.), o 2

2 cucharadas soperas de aceite (para freír el pimientos secos puestos a remojo.

pimiento),

Desmigar el bacalao la víspera, guardando la piel, y ponerlo todo en remojo, según se

explica anteriormente.

Al ir a hacer el ajo arriero, se saca el bacalao y se seca suavemente, sin estrujarlo, con

un paño. Las pieles se cortan con unas tijeras en tiritas finas.

En una cazuela de barro resistente al fuego se pone el aceite a calentar; cuando está

caliente se echa la cebolla picada muy menuda, así como los ajos también picaditos. Se

fríen despacio (a fuego lento) y sin que se doren (unos 10 minutos). Se agrega

entonces

la carne de los pimientos remojados.

Luego se echa el bacalao y las pieles y se sacude la cazuela, para que vaya soltando la

gelatina, pero sin necesidad de darle vueltas con una cuchara. Añadirle a los 10 minutos

el pimiento bien escurrido y dado unas vueltas en una sartén con un poco de aceite.

Mezclar todo y dejar a fuego lento una hora, más o menos.

Variación de la receta anterior:

Se prepara como anteriormente el ajo arriero, pero sin ponerle el pimiento. Se baten 2 ó

3 huevos como para tortilla y se echan en el ajo arriero ya hecho, revolviendo todo con

rapidez en el fuego hasta que los huevos queden como revueltos con el bacalao.

515.—FRITOS DE BACALAO (6 personas)

1 kg. de patatas,

1 diente de ajo picado,

½ kg. de bacalao,

1 cucharada sopera de perejil picado,

3 yemas de huevo,

1 litro de aceite (sobrará).

3 claras de huevo,

Se lavan bien las patatas sin pelarlas y se ponen a cocer en agua fría con el bacalao (sin

desalar). Cuando rompe el hervor, se cuece más o menos durante 30 minutos (hasta que

las patatas estén cocidas; para saberlo

se pincha con un alambre).

Se escurre todo, se pelan las patatas y se pasan por el pasapurés, después se pasa el

bacalao, al cual se le habrán quitado las espinas y la piel. Una vez pasado todo se

revuelve con el ajo y el perejil y se van añadiendo las yemas de una en una. Se montan

las claras a punto de nieve firme (añadiéndoles un pellizco de sal al montarlas) y se

incorporan suavemente a la masa.

Se forman unas bolitas con dos cucharas y se fríen en aceite abundante y bien caliente.

Se sirven en seguida en una fuente.

**516.—BUÑUELOS DE BACALAO
CON SALSA DE TOMATE (6
personas)**

½ kg. de filetes de bacalao.

Masa de buñuelos:

1 litro de aceite (sobraré),

250 gr. de harina,

Salsa de tomate:

1 cucharada sopera de aceite fino,

1 kg. de tomates bien maduros,

1 cucharada sopera de ron o coñac,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

*1 cucharada (de las de café) de
levadura Royal,*

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

1 yema de huevo,

sal.

2 claras,

sal y agua fría.

Se tendrá el bacalao remojado (receta 513). Una vez remojado, se cuece de la siguiente

manera:

En un cazo se pone agua abundante fría que cubra bien el bacalao; se pone a fuego vivo

y cuando rompe el primer hervor se separa del fuego, se tapa y se tiene así 10 minutos.

Pasado este tiempo se saca del agua, se le quitan las espinas y la piel y se separa en

trozos (escamas) grandecitas.

Masa de los buñuelos:

En una ensaladera se pone la harina mezclada con la sal y la levadura. Se hace un hoyo

en el centro y se pone la yema, el aceite, el coñac o ron, Se mezclan estos ingredientes y

se añade agua hasta que la masa tenga la consistencia de una papilla clara. Se deja

reposar unas 2 horas. En el momento de ir a freír los buñuelos, se baten las 2 claras a

punto de nieve firme (con un pellizco de sal) y se mezclan a la masa con cuidado y sólo

lo justo para que queden las claras incorporadas. Se meten (os trozos de bacalao de 3 en

3 en la masa, se sacan cuando están bien envueltos y se fríen en aceite caliente (se

probará si está en su punto friendo una rebanada de pan).

Una vez dorados los buñuelos se sacan, se escurren, se conservan al calor a la boca del

horno y se sirven en una fuente con la salsa de tomate (receta 63) en salsera aparte.

Croquetas de bacalao y patatas

(Véase receta 58)

**517.—BOUILLABAISSE DE
PATATAS Y BACALAO (6 personas)**

1 kg. de patatas rojas (holandesas) (6 a 8),

*1 buen pellizco de hierbas aromáticas,
o*

400 gr. de bacalao,

*1 hoja de laurel, una ramita de perejil
y una ramita*

de tomillo,

5 cucharadas soperas de aceite,

2 litros de agua fría,

2 cebollas medianas (150 gr.),

unas hebras de azafrán,

2 tomates rojos medianos,

sal.

3 dientes de ajo,

Se desala el bacalao (receta 513).

En una cacerola se pone el aceite a calentar, se le añade la cebolla muy picada, se da

unas vueltas para que se rehogue, pero sólo hasta que esté transparente (5 minutos) se

añaden entonces los 3 dientes de ajo pelados y dados un golpe para aplastarlos un poco,

se rehogan y se añaden los tomates lavados, pelados, cortados en trozos y quitadas las

simientes. Se rehoga todo un poco y se

ponen los 2 litros de agua. Se lavan, pelan y

cortan las patatas en rodajas de 1½ cm. de gruesas y se añaden.

En el mortero se machaca el azafrán y se disuelve con 2 ó 3 cucharadas de caldo de las

patatas y se vierte en la cacerola. Estas se cuecen durante unos 15 minutos y entonces se

añade el bacalao. Se cuece hasta que estén las patatas tiernas (para saberlo se pinchan

con un alambre), más o menos otros 15

minutos a fuego vivo. Se prueba de sal y se

rectifica si hace falta.

Se sirve en fuente honda o sopera con unas rebanaditas de pan frito aparte si se quiere,

pero esto es facultativo.

518.—BACALAO CON ESPINACAS Y BECHAMEL (6 personas)

2 kg. de espinacas,

Bechamel:

500 gr. de bacalao,

1½ cucharada sopera de harina,

1 cebolla mediana (50 gr.),

25 gr. de mantequilla,

5 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas de aceite fino,

50 gr. de queso gruyère rallado,

½ litro de leche fría,

20 gr. de mantequilla.

sal.

Se desala el bacalao (receta 513). Se

pone para cocerlo en una cacerola con agua fría. Se

pone a fuego vivo y cuando rompe el hervor se separa del fuego, se cubre con tapadera

y se deja 10 minutos. Pasado este tiempo se escurre, se le quita la piel y las espinas y se

separa en escamas más bien pequeñas. Se reserva tapándolo con un plato para que no se

seque.

Se cortan los tallos de las espinacas y se lavan muy bien. En una olla se pone

agua

abundante con sal (2 litros por cada kg. del espinaacas y 20 gr. de sal). Cuando hierve a

borbotones se sumergen las espinaacas, empujándolas con una espumadera para que

queden bien sumergidas. Se cuecen durante unos 10 minutos, destapadas. Se escurren

de su agua en un colador grande y se refrescan al chorro del agua fría, estrujándolas

muy bien para que no les quede agua. Se

cortan con un machete y se prepara entonces la

bechamel como está explicado en la receta 67.

En una cacerola o sartén se pone a calentar el aceite; cuando está, se le añade la cebolla

muy picada y cuando se pone transparente (unos 5 minutos) se le agregan las espinacas,

y se rehogan bien.

Se unta con mantequilla el fondo de una fuente de cristal, porcelana o barro (resistente

al horno) y se ponen las espinacas bien repartidas. Se coloca el bacalao sobre ellas y se

cubre con la bechamel espolvoreando con el queso rallado.

Se mete en el horno a gratinar y se sirve cuando la bechamel está bien dorada, en su

misma fuente.

519.—BACALAO EN SALSA VERDE (6 a 8 personas)

1 kg. de bacalao en trozos,

1 hoja de laurel,

1 cebolla grande (150 gr.),

1 diente de ajo,

harina en un plato para rebozar,

*$\frac{3}{4}$ litro de aceite para freír el pescado
(sobrará),*

*$\frac{1}{4}$ litro de vino blanco (1 vaso de los de
agua),*

*6 cucharadas soperas de aceite para la
salsa,*

$\frac{1}{2}$ litro del agua de cocer el bacalao,

*2 cucharadas soperas rasadas de
harina,*

unas ramitas de perejil,

sal, si hiciese falta.

1 cucharada sopera de perejil picado,

Se desala el bacalao (receta 513).

Se cuece el bacalao cubriéndolo con agua fría, se pone a fuego vivo y, cuando rompe el

hervor, se deja 5 minutos hasta que haga espuma, a fuego más lento. Una vez cocido se

escurre bien y se seca con un paño o se estruja bien con las manos. Se pasa por harina

cada pedazo y se fríe en aceite caliente.
Se reserva en un plato.

En una sartén se ponen 6 cucharadas de
aceite y cuando está caliente se pone la
cebolla

muy picada a rehogar hasta que esté
dorada (7 minutos más o menos).

Mientras se dora

la cebolla se machaca en el mortero el
diente de ajo pelado, con un poco de sal
y las

ramitas de perejil. Se añaden unas 3 ó 4
cucharadas de agua de cocer el bacalao.
Se

espolvorea harina en la sartén (2 cucharadas rasadas o una colmada), se dan unas

vueltas y se añade lo del mortero, el vino blanco, el $\frac{1}{2}$ litro de caldo y una hoja de

laurel. Se cuece esta salsa unos 5 a 8 minutos. Se coloca el bacalao en una fuente de

cristal, porcelana o barro resistente al fuego. Se vierte la salsa encima pasándola por el

chino. Se pone encima del fuego para que cueza otros 10 minutos a fuego lento y se

sacude de vez en cuando la fuente para que se trabe bien la salsa. Se espolvorea entonces con el perejil picado y se sirve en la misma fuente en seguida.

520.—BACALAO CON PIMIENTOS Y SALSA DE TOMATE (6 personas)

3/4 a 1 kg. de bacalao (2 trozos por persona),

Salsa de tomate:

1 lata de pimientos rojos (1/2 kilogramo),

1 kg. de tomates muy maduros,

½ litro de aceite,

1 cebolla grande,

1 plato con harina.

3 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

sal.

Se hace la salsa de tomate más bien clara (receta 63).

Se tendrá el bacalao cortado en trozos más bien grandes, en remojo según se ha explicado en la receta 513.

Se escurre bien y se envuelve cada trozo con una tira de pimiento de lata (o asado

previamente) de un dedo de ancho, que se sujetará con un palillo. Se pasa por harina

cada trozo y se fríen de cuatro en cuatro, para que no tropiecen demasiado unos con

otros. Se van poniendo a medida que están fritos en una fuente de barro, porcelana o

cristal (resistente al fuego). Se vierte por encima la salsa de tomate y se pone a fuego

lento durante unos 20 minutos,
sacudiendo de vez en cuando la fuente
para que se trabe

bien la salsa.

Se sirve en la misma fuente.

**521.—BACALAO CON PATATAS Y
MAYONESA (6 personas)**

½ kg. de patatas,

Mayonesa (hecha con la batidora):

½ kg. de bacalao,

2 huevos enteros,

½ litro de leche,

½ limón (zumo),

¾ litro de aceite (sobraré),

*la punta de un cuchillo de mostaza
(facultativo),*

1 plato con harina,

½ litro de aceite fino,

sal.

Se hace la mayonesa (receta 94).

Se tendrá el bacalao desalado (receta 513). Una vez desalado se mete una hora

en leche

fría o templada, separando en escamas grandes los trozos y quitadas las espinas y la

piel. Se saca de la leche y se escurre bien, se pasa por harina ligeramente y se fríe.

Mientras tanto se habrán lavado y puesto a cocer las patatas con su piel, en agua fría con

sal, unos 30 minutos más o menos (se pinchan con un alambre para saber si están en su

punto). Se pelan y cortan en trozos

grandes. Se ponen alrededor de la fuente y el bacalao

en el centro. Se sirven en seguida con la mayonesa cubriendo la fuente o en salsera

aparte.

522.—BACALAO CON PURE DE PATATAS Y MAYONESA, AL HORNO (6 personas)

Puré:

Mayonesa:

1 kg. de patatas,

2 huevos,

*1½ vaso (de los de agua) de leche
caliente,*

¾ litro de aceite fino,

40 gr. de mantequilla,

zum de 1 limón,

agua y sal.

sal.

Bacalao:

¾ kg. de bacalao,

agua.

Se hace la mayonesa en la batidora (receta 94).

Se lavan las patatas y, sin pelar, se ponen en un cazo bien cubiertas de agua fría, se les

echa sal y se cuecen 30 minutos más o menos. Se pinchan con un alambre y cuando

están cocidas se escurren, se pelan y se pasan por el pasapurés. Se les añade el trozo de

mantequilla, se mueve un poco y se les vierte poco a poco la leche caliente,

Tiene que

quedar el puré un poco espeso, por lo cual habrá que rectificar quizá la cantidad de

leche, pues, según la clase de patata, absorbe más o menos. También se puede hacer con

puré de patatas en caja (Maggi, etc.): hará falta entonces un paquete y medio.

El bacalao se habrá desalado según la receta 513. Se pondrá cubierto de agua fría y a

fuego vivo; en cuanto rompe el primer hervor se aparta y se tiene 10 minutos.

Se saca

del agua, se le quitan las espinas y la piel y se parte en escamas grandecitas.

En una

fuelle de cristal o porcelana (resistente al fuego) se pone el puré de patatas todo

alrededor y en el centro de la fuente el bacalao de manera que quede hueco. Se cubre

todo con la mayonesa, que debe ser abundante. Con un poco de papel de plata (o

aluminio) se hace una chimenea, enrollando el papel en un dedo. Esta

chimenea se

planta en un lado de la fuente. Se mete a horno suave unos 20 minutos hasta que se

dore. Se vuelca un poco la fuente, para que por el agujero del tubo de papel de plata

salga el líquido sobrante, y, si no, se quita con una cuchara.

Se sirve en seguida en la misma fuente.

**523.—BACALAO CON PATATAS
PAJA Y HUEVOS REVUELTOS (6
personas)**

1/2 kg. de patatas,

3/4 litros de aceite (sobrará),

350 gr. de bacalao,

5 cucharada soperas de aceite,

4 huevos,

sal.

1 cebolla mediana,

Se desmenuza el bacalao y se lava bien al chorro.

Se pelan las patatas y se lavan enteras; después se cortan pajas no muy finas por

la

moulinette o cualquier aparato o cuchillo especial.

Se pone a calentar el aceite en una sartén profunda y se fríen bien doradas, pero por

tandas, pues si no se apelotonan.

Una vez fritas, se separan y se dejan en espera. En la misma sartén se deja un poco de

aceite en el fondo (4 ó 5 cucharadas soperas), se calienta y se rehoga la cebolla pelada y

cortada en aros finos. Se deja dorar ligeramente (unos 8 minutos), se le incorpora el

bacalao y se rehoga igualmente. Se cascan allí mismo los huevos y con un tenedor se

revuelven rápidamente como para huevos revueltos. Cuando están empezando a

cuajarse pero aún están cremosos, se les añaden las patatas fritas. Se sala ligeramente y

se dan un par de vueltas rápidas y se vierte en una fuente, donde se servirá en seguida

para que no se ablanden las patatas.

**524.—BRANDADA DE BACALAO
CON PURE DE PATATAS (6
personas)**

½ kg. de bacalao,

*¼ litro de leche (1 vaso de los de
agua),*

½ kg. de patatas,

6 rebanaditas de pan,

*1 vaso (de los de agua) no lleno de
aceite fino,*

1 diente de ajo,

sal.

Se pone en remojo el bacalao, receta 513.

Se pone el bacalao ya remojado en una cacerola y se cubre sobradamente con agua fría.

Se pone a fuego mediano y cuando sube la espuma se vigila para que en cuanto dé el

primer hervor se retire la cacerola del fuego. Se deja el bacalao en su agua durante unos

20 minutos para que se ablande bien. Se saca de trozo en trozo, se le quita la piel

y las

espinas y se desmenuza con los dedos. Se pone en la batidora con un chorrito de aceite

templado primero; se bate un poco y luego se añade un chorro de leche, templada

también, más abundante. Se bate bien hasta que quede como una crema espesa. Se

tendrá un cazo preparado al baño maría y se va echando la brandada a medida que se

vaya haciendo por tandas. Hay que tener

en cuenta que el bacalao, la leche y el aceite

deben estar siempre templados para que esta crema salga fina.

Mientras se hace esto se habrán puesto las patatas lavadas, enteras y sin pelar en un cazo

con agua fría y sal que las cubra bien. Cuando rompe el hervor, se cuecen unos 30

minutos más o menos.

Una vez pasado todo por la batidora, se pasan las patatas por un pasapurés y se

incorporan poco a poco a la brandada,
moviendo muy fuerte con una cuchara de
madera

para que el puré así mezclado quede
muy fino. Se deja al baño maría hasta el
momento

de servir. Si se espesa demasiado la
brandada, se le puede añadir un poquito
de leche

caliente.

Se untan con el diente de ajo pelado las
rebanadas de pan por las dos caras y se
fríen.

Se pone la brandada en una fuente

templada de antemano, se pinchan las rebanadas de

pan dentro y se sirve.

525.—BESUGO AL HORNO CON ZUMO DE LIMON, PEREJIL Y MANTEQUILLA (6

personas)

1 besugo de 1½ kg. (más o menos),

80 gr. de mantequilla,

4 cucharadas soperas de aceite fino,

el zumo de 1 limón,

2 rodajas de limón,

1 ramita de perejil,

sal.

Se manda limpiar el besugo en la pescadería y en casa se lava muy bien por fuera y por

dentro con agua fresca. Se seca con un paño limpio.

En una besuguera se pone el aceite, después se sala el besugo por los dos lados y un

poco por el agujero de la tripa; se le hacen dos tajos profundos con un

cuchillo en el

lomo que quedará arriba. Se posa el besugo en la besuguera, se le pone la ramita de

perejil en la tripa y las dos rodajas de limón bien incrustadas en los tajos del lomo. Se

rocía con el zumo de limón, se pone la mantequilla en trozos por encima del besugo y se

mete a horno mediano más bien fuerte y previamente templado unos 30 minutos.

Se sirve en la misma besuguera.

**526.—BESUGO AL HORNO CON
AJO, PEREJIL Y VINAGRE (6
personas)**

1 besugo de 1½ kg.,

*1 cucharada sopera colmada de perejil
picado,*

1 patata grande,

3 cucharadas soperas de vinagre,

*1 vaso (de los de agua) de aceite
(sobraré),*

sal.

2 ó 3 ramitas de hinojo,

3 dientes de ajo muy picados,

Se pela la patata, se lava, se seca y se corta en rodajas medianamente finas. En una

sartén pequeña se pone el aceite a calentar; cuando esté en su punto, se fríen las patatas

de manera que estén fritas, pero antes de que empiecen a dorarse, se retiran del aceite y

se salan ligeramente. Se ponen en el fondo de una besuguera o fuente resistente al

horno, donde se hará el pescado, de

forma que estén sólo debajo del besugo y no sobre.

salgan casi.

Ya vaciado el besugo de sus tripas, se lava y se seca bien. Se le hace un tajo (con un

cuchillo bien afilado) desde la cabeza hasta la cola, todo lo largo del lomo y profundo

hasta la espina. Se separan los dos filetes así formados, y cortando la espina central en a

cola y cerca de la cabeza, se retira ésta. Se sala por dentro y fuera el besugo y se

vuelve

a recomponer dejando un poco abierto el centro, donde se le pone una ramita de hinojo

y 2 por encima del lomo. Se rocía el besugo con 2 cucharadas soperas de aceite y se

mete a horno mediano y previamente calentado durante unos 20 minutos.

Pasado este

tiempo, se saca la besuguera, se quita el hinojo y, separando con cuidado de no

romperlos los lomos del besugo. se rocía el interior con la mitad del

vinagre. Se

espolvorea la mitad del ajo .y la mitad del perejil, se cierra un poco el pescado y se rocía

por encima con el resto del vinagre y se espolvorea con lo que queda de ajo y perejil. Se

vuelve a meter al horno a gratinar con fuego bastante fuerte durante 10 a 15 minutos

más o menos. Se saca y se sirve en su misma besuguera.

527.—BESUGO AL HORNO CON VINO BLANCO Y PAN RALLADO

(6 personas)

1 besugo de 1½ kg. (más o menos) ,

4 cucharadas soperas de pan rallado,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

el zumo de 1 limón,

½ vaso (de los de vino) de agua,

50 gr. de mantequilla,

4 cucharadas soperas de aceite,

½ cebolla pequeña (50 gr.),

sal.

Se manda vaciar el besugo en la pescadería y en casa se lava muy bien con agua fresca.

Se seca con un paño limpio.

En una besuguera o fuente resistente al horno se pone el aceite a calentar. Se pela y

corta la cebolla en rajas muy finas y se rehoga en el aceite hasta que se ponga

transparente. Se quita la besuguera del fuego. Se pone la cebolla en el centro de la

misma para que caiga debajo del lomo del besugo. Se sala el pescado por

dentro de la

tripa y por los dos lomos. Se hacen un par de tajos profundos con un cuchillo encima

del lomo que queda arriba. Se coloca el besugo sobre la cebolla, se rocía con el agua y

el vino mezclados y el zumo de limón; se espolvorea con el pan rallado y se pone la

mantequilla en trozos sobre el besugo, cuidando de poner un buen trozo en cada tajo

cortado.

Se mete al horno mediano-fuerte (previamente encendido durante 5 minutos) unos 30

minutos, cuidando de rociar de vez en cuando el pescado con el jugo de la besuguera.

Se sirve en la misma besuguera o fuente donde se ha hecho.

528.—BESUGO AL HORNO CON TOMATES, CEBOLLA Y CHAMPIÑONES (6

personas)

1 besugo de 1½ kg.,

50 gr. de mantequilla,

6 tomates medianos ($\frac{3}{4}$ kg.),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cebolla grande (125 gr.),

unas gotas de zumo de limón,

100 gr. de champiñones frescos,

sal.

4 cucharadas soperas de aceite,

Se manda vaciar el besugo en la pescadería y en casa se lava bien con agua y se seca

con un paño limpio.

En una besuguera o en un plato resistente al horno se echa el aceite; se ponen encima 4

tomates lavados, pelados, cortados en rodajas finas y quitadas las simientes; encima de

los tomates se pone la mitad de la cebolla pelada y picada bastante menuda. se

espolvorea con un poco de sal. Se coloca encima el besugo, al cual se habrá puesto un

poco de sal en la tripa y se le habrán

echo dos tajos en el lomo. Se sala el besugo y se

cubre con os otros tomates, con la cebolla y con los champiñones preparados

cortándoles las partes malas, lavándolos bien con agua y unas gotas de zumo de limón,

escurridos y cortados en láminas finas. Se sala esto, se rocía con el vino blanco y se

pone la mantequilla en trozos encima del besugo y de su guarnición.

Se pone encima del fuego unos 10

minutos y después se mete a horno mediano,

previamente encendido, durante 35 minutos más o menos,

Se sirve entonces en la misma besuguera.

**529.—BESUGO A LA PARRILLA
CON SALSA MAYONESA (6
personas)**

1 besugo de 1½ kg. (más o menos),

Salsa:

aceite,

1 huevo,

unas ramas de hinojo o tomillo,

¼ litro de aceite fino,

2 lonchitas finas de bacon,

el zumo de ½ limón,

sal.

1 cucharada sopera de alcaparras,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

2 anchoas picadas,

sal.

Se hace una mayonesa en la batidora, receta 94.

Aparte se pica con tijeras o machete las alcaparras, las anchoas y el perejil picado. Todo

esto se revuelve con la mayonesa y se reserva en un sitio fresco.

El besugo se mandará limpiar en la pescadería y en casa se lava muy bien por dentro y

por fuera, secándolo después con un paño limpio.

Se hacen un par de tajos profundos en cada lomo del besugo. Se sala y se mete dentro

de los cortes un trocito de bacon. Se unta todo el besugo con aceite, así como la parrilla

del horno. En la parte de la tripa del besugo se mete la ramita de hinojo y se mete al

horno mediano, previamente encendido, durante 10 minutos, volviéndolo de vez en

cuando con cuidado y untándolo cada vez con un poco más de aceite. Una vez bien

asado, se pone en una fuente
previamente calentada. Se quita el
hinojo y el bacon y se

sirve con la salsa aparte en salsera.

530.—BOQUERONES O ANCHOAS EN VINAGRE

½ kg. de boquerones muy frescos,

*2 cucharadas soperas de perejil
picado,*

½ litro de vinagre,

2 dientes de ajo muy picados

*1 vaso (de los de vino) de aceite fino,
sal.*

Se limpian los boquerones quitándoles la cabeza y la espina central, así como las tripas

y las colas. Se corta cada boquerón en dos filetes, se lavan y se secan muy bien con un

trapo limpio.

Una vez preparados todos los boquerones, se ponen en una fuente honda de porcelana o

cristal y se cubren con vinagre. Se dejan así por lo menos 6 horas. Pasado este tiempo,

se escurre todo el vinagre de la fuente sujetando con un plato llano los boquerones y

volcando la fuente. Se rocían con un poco de sal, un poco de vinagre y el aceite y se

espolvorean con el ajo y el perejil picado. Se saltea bien la fuente para que se impregnen

por igual y se sirven así.

531.—BOQUERONES O ANCHOAS FRITOS

También se toman los boquerones de aperitivo o de entremés, por lo que no doy

cantidades.

Se escogen los boquerones más bien pequeños, pues son más finos. Se les quita la

cabeza y las tripas y se lavan. Se secan con un paño limpio. Se cogen 3 ó 4 boquerones

juntos y se forma un abanico poniendo todas las colas juntas, se salan ligeramente por

las dos caras, se pasan por harina, se sacuden para que se caiga la harina sobrante y se

fríen con aceite bastante caliente (sin que se quemen); se sirven calientes.

También de esta forma se pueden servir juntos con calamares fritos y gambas

encapotadas (es decir, envueltas en una masa de buñuelos). Así resulta un plato de

pescado muy bueno. Se adorna entonces

la fuente con trozos grandes de limón.

532.—BONITO CON CEBOLLA Y TOMATE (6 personas)

1 ó 2 rodajas de bonito 1¼ kg. Más o menos),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

¼ kg. de cebolla (2 grandes),

1 pellizco de hierbas aromáticas o

4 tomates maduros (¾ de kg.),

2 hojas de laurel, o una ramita de tomillo

6 cucharadas soperas de aceite,

sal.

1 cucharada (de las de café) de harina

Pedir en la pescadería que quiten la piel de alrededor de la rodaja de bonito y que hagan

unos filetes más bien gruesos.

En una sartén grande se pone el aceite a calentar, se echa la cebolla pelada y muy

picada; cuando se empieza a poner transparente (5 minutos), se añade la harina y

después de unas vueltas dadas con una cuchara de madera se ponen los tomates,

pelados, cortados y quitadas las simientes. Se machacan bien con el canto de una

espumadera y se echa el vino blanco, la sal y las hierbas aromáticas. Se deja cocer esta

salsa unos 15 minutos. Después se añade el pescado y se cuece unos 15 minutos más a

fuego lento y cubierta la sartén con una tapadera. Se sirve en una fuente con su salsa.

533.—BONITO CON CEBOLLA Y VINO BLANCO (6 personas)

1 ó 2 rodajas de bonito (1¼ kg. Más o menos),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

3 cebollas grandes (250 gr.),

1 hoja de laurel,

8 cucharadas soperas de aceite,

sal.

En una cacerola se pone el aceite a calentar, se echan las cebollas peladas y muy

picadas; se colocan encima las rodajas de bonito, se sala y se rocía con el vino blanco.

Se pone una hojita de laurel. Se tapa con una tapadera y se deja a fuego muy lento una

½ hora. Se sacude de vez en cuando la cacerola.

Se sirve en fuente con la cebolla por encima.

Si hiciese falta, se puede añadir un poquito de agua (½ vaso de los de vino).

534.—BONITO ASADO CON BACON (6 personas)

1½ kg. de bonito en un trozo (mejor de la cola),

5 cucharadas soperas de aceite,

6 lonchitas de tocino ahumado (bacon),

1 vaso (de los de agua) no lleno de vino blanco,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

1 ramita de tomillo,

1 cebolla mediana (50-80 gr.),

sal.

Se quita la piel, las espinas y el hueso

central del pescado (se queda el bonito partido en

dos, pero se vuelve a poner como estaba antes de quitar la espina central). Se sala

ligeramente y se cubre con las lonchitas de bacon. Se sujetan con una cuerda fina, dando

así al pescado una forma parecida a un asado de carne.

Se pone a calentar el aceite en una cacerola. Se pela y se pica la cebolla, y se lavan, se

pelan y se cortan en rodajas finas las

zanahorias. Se echan en la cacerola y se les dan

unas vueltas con una cuchara de madera. Se pone el pescado y se dora por todos lados.

Se le añade el vino y el tomillo y, cubriendo la cacerola con una tapadera, se deja a

fuego lento más o menos una hora, dándole vuelta de vez en cuando.

Cuando se vaya a servir, se le quita la cuerda, el tocino y el tomillo. Si hiciese falta, se

agrega un poco de agua, calentando bien

la salsa, que se pasará por el pasapurés con la

cebolla y las zanahorias.

Se cortan lonchitas como de carne y se sirve con la salsa por encima. Se pueden poner

de adorno unas patatas cocidas.

Nota.-Si sobrase pescado, está muy bueno desmenuzado y mezclado con una salsa

bechamel más bien clarita. Se pone en una fuente resistente al horno (porcelana, barro o

duralex), se espolvorea con queso rallado y se ponen unos trocitos de mantequilla. Se

mete en el horno a gratinar y se sirve en la misma fuente.

**535.—BONITO ASADO CON
MAYONESA VERDE (6 personas)**

1 rodaja de bonito (1¼ kg.),

*1½ vasos (de los de agua) bien lleno de
aceite fino,*

½ vaso (de los de vino) de aceite,

3 ramitas de perejil,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

sal y pimienta.

2 pepinillos pequeños,

Mayonesa:

2 cucharadas soperas de alcaparras,

2 huevos enteros,

sal.

el zumo de limón,

Se hace una mayonesa, receta 95, y se reserva en sitio fresco.

Se sala la rodaja de bonito y se untan las dos caras con el aceite. se pone en una besuguera, se rocía con el vino blanco y se mete al horno fuerte, previamente calentado.

Se rocía de vez en cuando con el jugo que va soltando el pescado. Se le da la vuelta una

vez, con mucho cuidado para que no se rompa la rodaja, y cuando esté dorada se sirve

en una fuente adornada con unas ramitas

de perejil. El tiempo de horno es más o menos

40 minutos.

**536.—BONITO EMPANADO CON
MAYONESA VERDE (6 personas)**

1¼ kg. de bonito en una rodaja,

1 litro de aceite (sobrará),

2 huevos,

sal.

1 plato con pan rallado,

Igual que para el bonito asado (véase

receta 95), pero poner el doble de cantidad, pues el

bonito es seco y necesita mucha salsa para acompañarlo.

Se manda quitar la piel y las espinas en la pescadería y hacer filetes finos. Se lavan y se

secan muy bien, se salan ligeramente, se pasan por huevo batido como para tortilla y se

pasan después por pan rallado, apretando un poco para que el pan rallado se quede bien

adherido.

Se pone el aceite a calentar en una sartén amplia y profunda. Cuando está caliente en su

punto —que no debe ser muy fuerte para que el pescado se cueza por dentro antes de

dorarse por fuera—, se fríen los trozos por tandas para que no se tropiecen en la sartén.

Se sirven en una fuente previamente calentada y adornada con unas ramitas de perejil.

La mayonesa se sirve en salsaera.

537.—MARMITAKO DE BONITO (6

a 8 personas)

400 gr. de bonito fresco,

2 dientes de ajo,

1 cebolla grande,

2 ramitas de perejil,

2 tomates medianos (250 gr.),

1 hoja de laurel,

1 kg. de patatas,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),

agua,

1 lata pequeña de pimientos rojos (100 gr.),

1 pastilla de caldo,

1 trozo de guindilla,

sal.

En una cacerola de barro un poco honda o de porcelana resistente al fuego se pone el

aceite a calentar. Cuando está caliente se rehoga el bonito, sin piel ni espinas y cortado

en taquitos como de 2 cm. Una vez algo dorado se retira y reserva. En el mismo aceite

se echa la cebolla pelada y muy picada. Se revuelve con una cuchara de madera hasta

que esté dorada (unos 6 a 8 minutos), se añaden entonces los tomates, pelados, quitadas

las simientes y picados. Se les da unas vueltas y se les añade las patatas cortadas en

rodajas algo gruesas y se cubre todo con agua. Se sala moderadamente.

En el mortero se maja el diente de ajo con el perejil (y algo de sal para que no escurra).

Se disuelve con un par de cucharadas de caldo de cocer las patatas y se agrega al guiso,

así como el laurel y la guindilla. Se mezcla bien y se deja cocer a fuego muy lento

durante unos 40 minutos. Se añade entonces la pastilla de caldo machacada, los

guisantes, el pimiento cortado en tiritas finas o en cuadraditos y el bonito. Se deja cocer

todo junto 10 minutos más y se sirve en su misma cacerola de barro.

538.—PASTEL DE BONITO FRIO (6 a 8 personas)

1 kg. de bonito,

Caldo corto:

6 cucharadas soperas de pan rallado (60 gr.),

Agua fría,

1 huevo,

2 hojas de laurel,

1 loncha gruesa de jamón serrano (100 gr.),

½ cebolla pequeña partida en dos,

1 loncha gruesa de tocino (100 gr.),

½ vaso (de los de vino) de vino blanco.

1 vaso (de los de vino) de jerez,

sal y pimienta.

Se quita la piel y las espinas del bonito y se pica la carne con un machete, o

simplemente con un cuchillo que corte bien. Se pone el pescado picado en una

ensaladera, se espolvorea con el pan rallado, se añade el huevo, el jerez, sal y pimienta.

Se mezcla muy bien a mano y se extiende esta masa sobre un paño limpio, formando un

rectángulo. Se cortan las lonchas de jamón y de tocino a lo largo y de $\frac{1}{2}$ cm. de anchas.

Se ponen encima de la masa alternando, como a rayas. Con el paño se ayuda uno para

enrollar este preparado y alrededor de la masa se enrolla el paño. Se ata en los

extremidades. Se pone en una cacerola bien cubierto de agua fría, se añade el vino

blanco, el laurel, la cebolla y la sal. Cuando rompe el hervor, se deja cocer tapado

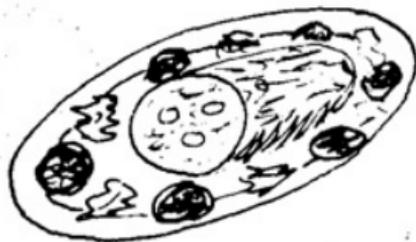
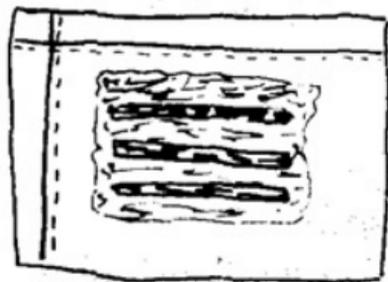
durante 3/ de hora. Se saca del caldo y se pone envuelto con su paño en un mármol o en

una fuente y se cubre con algo de peso encima (la tabla de la carne, por ejemplo). Se

deja por lo menos 2 horas. Pasado este tiempo, se quita el paño y se corta igual que un

pastel de carne.

Se sirve adornado con lechuga y tomate.



539.—BUDIN DE BONITO FRIO (6 personas)

3/4 de kg. de patatas (6 medianas),

1 cebolla mediana (80 gr.),

200 gr. de atún en aceite,

3 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de concentrado de tomate sal.

Intercasa, etc.),

Se ponen a cocer las patatas, lavadas y sin pelar, en agua abundante con sal.

Mientras se

van cociendo, se pone en una sartén mediana el aceite a calentar y cuando está en su

punto se echa Ja cebolla muy picada. Se deja cocer ligeramente ésta. Cuando

están

cocidas las patatas (unos 30 minutos más o menos), se pelan y se pasan por el

pasapurés; también se pasa por el pasapurés el atún, escurrido de su aceite. Se mezcla

bien con el concentrado de tomate y la cebolla con su aceite. Se revuelve muy bien todo

junto. Se unta con aceite fino un molde de cake (alargado es mejor). Se vierte dentro la

mezcla, se aprieta con el dorso de una cuchara para que no queden huecos y se

mete en

la nevera unas 4 horas (o más si se quiere).

Para servir, se saca del molde, pasando primero un cuchillo de punta redonda todo

alrededor del molde, y se vuelca en una fuente. Se sirve con mayonesa en salsa, y se

puede adornar la fuente con rodajas de tomate y lechuga o gambas si se quiere.

**540.—ASPIC DE BONITO CON
MAYONESA (6 a 8 personas)**

*1 lata de bonito asalmonado al natural
(300 gr.),*

Mayonesa:

2 huevos duros,

Véase la receta 94.

*1 latita de pimientos morrones (de unos
100 gr.),*

Los ingredientes son:

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 huevo,

1 latita de guisantes (de unos 150 gr.),

el zumo de ½ limón,

1 taza de mayonesa espesa,

*1 vaso (de los de agua) no lleno de
aceite,*

*1 cucharadita (de las de moka) bien
llena de sal.*

mostaza,

*1 caja de Aspic-Royal (gelatina
instantánea).*

Se hace la mayonesa en batidora y se
reserva en sitio fresco.

Gelatina:

Se disuelve como va explicado en la caja, pero con la mitad de cantidad de agua, es

decir, $\frac{1}{4}$ litro.

Se cubre el fondo de la flanera donde se va a poner el aspic con una capa muy fina de

gelatina aún caliente. Todo alrededor del fondo de la flanera se pone una fila de

guisantes de adorno y una X hecha con dos tiritas de pimiento. Se mete ésta en la nevera

para que cuaje bien la gelatina. La

gelatina que queda se deja en sitio fresco (pero no en

la nevera, pues se cuajaría) y sólo se utilizará cuando, aún líquida, esté casi fría.

En una ensaladera se pone el atún, se desmenuza, se agregan los huevos duros, picados

en trozos no muy pequeños, se añade la cebolla pelada y muy picada, los guisantes y los

pimientos cortados en cuadraditos. Se revuelve todo y se añade la mayonesa y, al final,

la gelatina cuando ésta está casi fría. Se mezcla bien y se vierte en la flanera ya preparada. Se mete en la nevera por lo menos durante 2 horas.

En el momento de servir el aspic. se pasa un cuchillo de punta redonda todo alrededor

de la flanera y se vuelca en una fuente redonda. Se adorna con unas rodajas de tomate y

unas hojas de lechuga, y se sirve.

541.—CABALLAS CON SALSA DE AJO Y ZUMO DE LIMON (6 personas)

6 caballas de ración,

2 hojas de laurel,

1 vaso (de los de agua) aceite,

2 limones,

1 plato de harina,

1 vaso (de los de vino) de agua,

4 dientes de ajo,

sal.

Se mandan vaciar las caballas en la pescadería, conservándoles la cabeza (o bien se

hacen filetes con las dos partes del cuerpo, quitadas las cabezas y la espina central) Se

lavan y se secan bien con un paño y se les echa sal por los dos lados y por la raja de la

tripa.

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto, se pasan las caballas

de dos en dos por harina y se Fríen, por los dos lados, hasta que tengan un bonito color

dorado. Se van colocando a medida que

se fríen en una fuente resistente al fuego o una

besuguera contrapeadas (unas con la cabeza de un lado y otras con la cola), para que no

estén montadas. Se pelan y se da un golpe con el mango de un cuchillo a los ajos. Se le

quita bastante aceite a la sartén donde se ha frito el pescado, dejando sólo un fondo

como de unas 5 ó 6 cucharadas soperas.

Se fríen los dientes de ajo hasta que empiezan a estar dorados, se añade

entonces la hoja

de laurel, que se fríe también; después se añaden las rodajas de $\frac{1}{2}$ limón, se calienta

bien, se añade —fuera del fuego— el zumo de $1\frac{1}{2}$ limones, el vaso de agua y se vierte

esta salsa, colándola, por encima de las caballas. Se calienta unos 5 minutos y se sirve

en seguida.

**542.—FILETES DE CABALLA CON
SALSA DE MOSTAZA (6 personas)**

6 caballas de ración,

3 cucharadas soperas de mostaza oscura (Louit),

1 cucharada sopera de harina,

el zumo de ½ limón,

½ litro de leche fría,

1 cucharada sopera de perejil picado,

20 gr. de mantequilla,

40 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de aceite fino,

sal.

En la pescadería se mandan vaciar, quitar la cabeza y cortar en dos filetes, quitándoles

la espina central a las caballas. Se lavan después y se secan muy bien con un trapo

limpio. Se colocan en una besuguera de forma que los filetes no monten unos encima de

otros.

En una sartén se derrite la mantequilla con el aceite; una vez derretidos, se añade la

harina, se dan unas vueltas con una cuchara de madera y después, poco a poco, se añade

la leche fría sin dejar de dar vueltas. Se cuece la bechamel unos 10 minutos y se agrega

entonces la mostaza, fuera del fuego, y el zumo de limón. Se prueba de sal y, si hace

falta, se rectifica, pero con la mostaza es fácil que se tenga que salar muy poco.

Se vierte esta salsa sobre los filetes de caballa, se espolvorea el perejil y se ponen

trocitos de mantequilla. Se mete al horno mediano unos 25 a 30 minutos. Se sirven entonces en su misma fuente.

543.—MANERA DE LIMPIAR LOS CALAMARES

Se desprende del cuerpo (bolsa) todo lo que cuelga, que son la cabeza, tripas, tentáculos

y barbas. Se retira la bolsita de tinta que está entre las barbas y se ponen todas las que se

tengan en un tazón en espera de usarlas si viene al caso.

Se arranca con los dedos el Sitio donde están los ojos y las tripas, dejando las barbas y

la cabeza. Se retira también el espadón, que es una parte dura y plana que está en el

cuerpo, que se quita muy fácilmente.

Después de esto se lavan en varias aguas, metiendo bien el dedo por la bolsa para que

quede bien limpia. Se secan con un trapo limpio los calamares, que están así preparados

para condimentarlos.

544.—CALAMARES FRITOS ENVUELTOS (6 personas)

1¼ kg. de calamares medianos,

1 plato con un poco de harina,

4 cucharadas soperas de harina,

1 limón cortado en gajos grandes,

1 vaso (de los de agua) de sifón,

sal.

1½ litros de aceite (sobrará),

Se preparan primero los calamares como está explicado anteriormente. Una

vez

preparados, se cortan en redondeles de 1 cm. de ancho y se lavan muy bien en varias

aguas. Se secan un poco y se prepara la masa de envolver.

En una ensaladera se pone la harina con un poco de sal y se va echando el sifón poco a

poco, hasta formar una masa más bien espesa.

Se escurren los calamares, se salan muy poco y se pasan por harina, sacudiéndolos muy

bien después y metiéndolos seguidamente en la masa de freír.

Se fríen en aceite abundante que esté en su punto (no demasiado caliente, pues no se

cuecen los calamares y se arrebatan; para ello se prueba friendo primero una rebanadita

de pan). Se fríen por tandas, escurriéndolos después en un colador grande que esté en la

boca del horno para que no se enfríen. Se sirven en una fuente con los gajos de limón.

Nota.-Se puede añadir a la masa un pellizco de azafrán en polvo. Adquiere así un color

más bonito.

544.—CALAMARES FRITOS SENCILLOS (6 personas)

1ª manera:

1¼ kg. de calamares,

1 plato con harina,

1½ litros de aceite (sobrará),

sal,

limón.

Se preparan, se lavan y se secan muy bien los calamares (receta 543). Se salan muy

ligeramente, moviéndolos bien. Se pasan por un plato con harina y se fríen en aceite

abundante bien caliente. Se escurren y se sirven en una fuente adornada con cuartos de

limones sin pelar.

2.^a manera:

1¼ kg. de calamares,

1 plato con harina y pan rallado,

1½ litros de aceite (sobrará)

sal, limón.

Se preparan igual que la receta anterior.

En un plato se mezcla harina y pan rallado,

poniendo algo más de harina que de pan.

Se procede en todo como en la receta anterior.

546.—CALAMARES EN SU TINTA CON ARROZ BLANCO (6 personas)

1.^a receta:

1 kg. de calamares pequeños, con su tinta,

1 rebanada de miga de pan,

una cuantas bolsas de tinta más,

5 cucharadas soperas de aceite,

1 tomate mediano (200 gr.),

¼ litro de aceite (que sólo se usará para freír),

1 cebolla mediana (60 gr.),

2 vasos (de los de agua) de agua,

1 cucharada sopera de harina,

colmada,

400 gr. de arroz,

1 vaso (de los de vino) de agua.

40 gr. de mantequilla,

vino tinto,

sal.

1 diente de ajo,

1 ramita de perejil,

Se limpian bien los calamares, como se explica en la receta 543, y se separan las
las

bolsitas de tinta de los calamares y las que se pedirán de más al pescadero, que se ponen

en un tazón con $\frac{1}{2}$ vaso de vino tinto y se reservan.

En una sartén mediana se ponen las 5 cucharadas soperas de aceite a calentar y cuando

está caliente se añade la cebolla picada, se refría durante unos 10 minutos hasta que esté

doradita:

se agrega entonces el tomate pelado, cortado y quitadas las simientes y,

después de frito

un rato, se añade la harina y el agua. En una sartén se pone el $\frac{1}{4}$ litro de aceite a calentar

y se fríe la miga de pan, el perejil y el diente de ajo. Todo esto se machaca muy bien en

el mortero y se añade al refrito con el otro $\frac{1}{2}$ vaso de vino. Se machaca bien con el

dorso de una cuchara la tinta con el vino y se echa también en la sartén. Antes de que

empiece a hervir la salsa, se añaden los

calamares cortados en trocitos, o enteros si son

muy pequeños, y se dejan cocer a luego lento unas 2 horas o 2½. Todo esto se hace sin

sal, pues al cocer los calamares tanto tiempo no hace falta; en todo caso, al momento de

servirlos se prueban y se rectifica si hace falta. Se hace el arroz blanco según va

indicado en la receta 165, 1a fórmula. Se forma en un molde de corona y se vuelca en

una

fuelle redonda. En el centro se echan los calamares con su salsa y se sirve en seguida.

Para hacer los calamares solos, habrá que calcular unos 2 kg. de calamares y aumentar

todos los demás ingredientes en proporción.

Se suelen servir en una fuente de barro o en platitos de barro individuales, donde darán

un hervor antes de pasarlos a la mesa.

2.^a receta:

1 kg. de calamares pequeños, con su tinta,

½ vaso (de los de Vino) de vino blanco,

unas cuantas bolsas de tinta más,

2 ramitas de perejil,

1 kg. de cebollas,

1 cucharada sopera de pan rallado

1 diente de ajo,

1 vaso (de los de vino) de aceite,

2 cucharadas soperas de salsa de tomate,

sal.

Se limpian igual que en la receta anterior. Se guardan las bolsitas de ‘tinta en un tazón

(si se limpian con bastante anticipación,

se cubre la tinta con un poco de aceite para que no se reseque).

En una cacerola (si puede ser de barro, mejor) se pone el aceite, se añaden las cebollas

peladas y muy picaditas, el diente de ajo también picado menudo. Se pone a calentar y

se refría la cebolla muy despacio durante unos 10 minutos sin que llegue a dorarse. Se

añaden los calamares cortados en trozos, se dejan durante 15 minutos,

moviéndolos de

vez en cuando. Mientras tanto se machacan las tintas con el perejil. Se echan en la

cacerola, así como el tomate y el vino. Se deja cocer todo junto unos 10 minutos. Se ve

entonces si la salsa queda clara, y si hace falta se espesa con el pan rallado.

Se prueba y se rectifica de sal a última hora.

547.—CALAMARES PEQUEÑOS EN SU TINTA O CHIPIRONES

De 4 a 6 chipirones por persona, según tamaño. Se preparan igual que las recetas

anteriores, pero una vez limpios se les dejan las aletas y se rellenan con las barbas. Se

aumentan los ingredientes según se pese de chipirones. Se suelen servir en cazoletas de

barro individuales.

548.—CALAMARES RELLENOS (6 personas)

6 u 8 calamares medianos (unos 60 gr. cada harina en un plato para rebozar,

pieza),

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

*300 gr. de carne magra de cerdo,
picada,*

1 litro de agua,

2 huevos duros,

1 ramita de perejil,

1 cebolla mediana (100 gr.),

1 pellizco de azafrán en polvo,

¼ litro de aceite (sobrará),

sal.

*1 cucharada sopera (un poco colmada)
de harina,*

Se limpian los calamares como se ha explicado (receta 543). No se conserva la tinta.

Una vez bien lavados los calamares, se pican muy menudo los tentáculos y las barbas,

dejando la bolsa del calamar entera.

Se mezcla muy bien la carne picada con lo picado del calamar y los huevos duros,

también picados.

No se echa sal y con esta pasta se rellenan los calamares. No deben quedar muy

rellenos, pues a! guisarlos se encogen bastante. Se cosen por arriba con una aguja gorda

y cuerda fina o hilo grueso.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Cuando está en su punto se pasan los

calamares por harina y se fríen de dos en dos. Se reservan en un plato.

En una cacerola se ponen unas 5 ó 6 cucharadas soperas del aceite que ha sobrado. Se

fríe la cebolla picada muy fina hasta que se dore (unos 8 minutos); se le añade la harina

y se le da vueltas hasta que se dore un poco (5 minutos). Se agrega el vino, el agua y un

pellizco muy pequeño de azafrán en polvo. Se ponen los calamares dentro. Se cubre la

cacerola con una tapadera y a fuego lento se cuecen durante una hora y $\frac{1}{2}$. Se prueba la

salsa y entonces se le echa la sal que haga falta, moviendo bien la cacerola y la salsa

para que se reparta bien.

Se quita la cuerda con la cual han quedado cosidos los calamares y se sirven en una

fuelle un poco honda con su salsa.

549.—FILETES DE CASTAÑOLA AL HORNO (4 personas)

1 castañola pequeña (de $\frac{3}{4}$ a 1 kg,

$\frac{1}{2}$ vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cebolla grande (120 gr.),

1 cucharada sopera de perejil bien picado,

1 vaso (de los de vino) lleno de aceite fino crudo,

sal.

En la pescadería se manda preparar la castañola en filetes, quitándole primero la piel

negra y dejando los 4 filetes como si fueran de lenguado.

En una besuguera (de cristal, porcelana, etc., resistente al horno) se colocan los

filetes.

Se salan, se rocían con el aceite y el vino. Se pone encima de cada filete la cebolla muy

picada mezclada con el perejil. Todo esto en crudo. Se mete a horno mediano unos 45

minutos y se sirve en la misma fuente.

**550.—FILETES DE CASTAÑOLA
CON CEBOLLA Y TOMATE (4
personas)**

1 castañola de $\frac{3}{4}$ a 1 kg.,

1 ramita de tomillo o 2 hojas de laurel,

1 diente de ajo,

*1 cucharadita (de las de moka) de
azúcar.*

2 cebollas grandes (200 gr.).

sal.

3 tomates maduros grandes,

6 cucharadas soperas de aceite,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

En la pescadería se manda preparar la
castañola como para la receta anterior,
en filetes.

En una sartén grande se pone el aceite a calentar; una vez caliente se echa la cebolla

pelada y muy picada; cuando se ha puesto transparente (unos 6 minutos) se añaden el

diente de ajo, los tomates pelados, quitadas las Simientes y partidos en trozos; se echa el

azúcar y se machacan bien con el canto de una espumadera y se deja cocer el refrito

durante unos 10 minutos más. Se añaden entonces los filetes de castañola, el vino

blanco, el tomillo y la sal. Se cubre la sartén y se hace a fuego más bien lento durante 30

minutos más o menos. Si hiciese falta se puede añadir un poco de agua. Se sirve en una

fuelle con la salsa por encima y retirando el tomillo o el laurel y el diente de ajo.

Se puede preparar este plato de antemano y calentarlo al ir a servirlo.

551.—CONGRIO

Hay que comprar la parte abierta del congrio, pues la cola tiene muchas

espinas.

Este pescado se guisa como la mayoría de las recetas de la merluza, por ejemplo,

merluza en salsa verde, merluza con cebolla y limón, merluza frita con currusquitos de

pan y alcaparras, merluza a la catalana y merluza guisada con chirlas.

552.—DENTON EN SALSA (6 personas)

6 rodajas de dentón (150 gr. cada rodaja).

1 cucharada sopera de harina,

1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),

1 plato con harina,

1 cebolla mediana (100 gr.),

*$\frac{3}{4}$ litro de aceite (sobrará); se reservan
3*

cucharadas soperas para el refrito,

2 dientes de ajo,

*2 vasos (de los de agua) de agua de
cocer la*

1 cucharada sopera de perejil picado,

cabeza y la cola del dentón,

1 pellizco de azafrán en rama,

sal.

1 hoja de laurel,

En un cazo se ponen los desperdicios del dentón (cabeza y cola) con una hoja de laurel.

agua fría y sal, y se ponen a cocer.

Cuando ha hervido unos 10 minutos se retiran y se

cuela el agua, que se reserva.

En una sartén se pone el aceite a

calentar. Mientras se calienta se lavan bien las rodajas

de dentón, se secan con un paño limpio, se salan por las dos caras, se pasan por harina

sacudiendo para que caiga lo sobrante, y se fríen. Cuando están doradas se reservan en

una fuente honda resistente al fuego.

En una sartén pequeña se ponen 3 cucharadas soperas de aceite a calentar, se echa la

cebolla pelada y picada a dorar, así como los dientes de ajo pelados.

Cuando están

dorados se separan y se machacan en el mortero con el azafrán y un poco de sal.

Se echa

algo del agua de cocer los desperdicios y se cuele todo por el chino.

En la misma sartén se rehoga un poco la harina y se añade poco a poco el agua restante

y lo del mortero colado. Se deja cocer un par de minutos, se rectifica de sal y se vierte

por encima del pescado. Se espolvorea el perejil y se echan los guisantes. Se

pone la

fuelle a fueuo mediano unos 10 minutos, sacudiendo de vez en cuando la fueuelle para

que se trabe la salsa; se sirve en seguida en su misma fueuelle.

553.—GALLOS

Se preparan de la misma manera que los lenguados. Es un pescado muy similar, pero

menos fino.

554.—FILETES DE LENGUADO

Para que no se encojan los filetes, una vez sacados del pescado se agarran por una de las

puntas y se golpean sobre un mármol, por los dos lados.

Esto se hará igualmente para los filetes de gallo.

**555.—FILETES DE LENGUADO
CON ESPINACAS, BECHAMEL Y
LANGOSTINOS (6**

personas)

2 kg. de espinacas,

Bechamel:

50 gr. de mantequilla,

25 gr. de mantequilla más,

25 gr. de mantequilla,

agua,

3 cucharadas soperas de aceite,

3 ó 4 lenguados de ración grandes (300 gr. cada uno 1 cucharada sopera de harina,

más o menos).

1½ vaso (de los de agua) de mitad leche fría,

½ kg. de langostinos o gambas grandes,

mitad caldo corto,

sal.

50 gr. de queso gruyère o parmesano rallado,

Caldo corto:

un pellizco muy pequeño de curry (facultativo)

Véase receta 501.

sal.

Anteriormente se tendrá preparado el caldo corto.

En la pescadería se manda quitar la piel negra de los lenguados y hacer filetes.

Se piden

todos los desperdicios de los lenguados.

Se ponen en la pesquera los desperdicios de los lenguados y las verduras del caldo corto

en el fondo, o sea, debajo de la rejilla.

Se lavan bien los filetes, se golpean y se doblan

en forma de horquilla. Se ponen en el caldo corto encima de la rejilla así

como los

langostinos. Se ponen al fuego y cuando dan el primer hervor se aparta la cacerola del

fuego y se saca la rejilla para que escurra el pescado y el marisco.

Se preparan mientras las espinacas (receta 356). Una vez cocidas éstas se escurren muy

bien, se pican con un cuchillo (o sea, no muy picadas) y se rehogan en un cazo con la

mantequilla (50 gr.). Con el resto de la mantequilla se unta la fuente de

porcelana o

cristal resistente al horno y se ponen las espinacas extendidas en el fondo de la fuente.

Se colocan los filetes de lenguado y las colas de los langostinos peladas encima, y se

hace la bechamel.

En una sartén se derrite la mantequilla y el aceite juntos. Se añade la harina, se da unas

vueltas y, poco a poco, sin dejar de dar vueltas con las varillas, se agrega la leche y el

caldo corto. Se deja cocer unos 10 minutos, se prueba de sal, se añade el curry y se

vierte la bechamel sobre el pescado. Se espolvorea con el queso y se mete la fuente al

horno previamente calentado, hasta que esté bien dorado (unos 20 minutos más o menos). Se sirve en la misma fuente.

556.—FILETES DE LENGUADO AL WHISKY (6 personas)

3 lenguados medianos (350 gr. cada uno),

*1 vaso (de los de vino) de crema
líquida espesa*

(algo menos de ¼ litro),

50 gr. de mantequilla,

*1½ vaso (de los de agua) de caldo
corto,*

*un trocito de mantequilla para untar la
fuente,*

30 gr. de gruyère rallado fresco,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

zumo de ½ limón,

150 gr. de champiñones frescos,

un pellizco de curry,

3 cucharadas soperas de buen whisky,

1 cucharada de harina,

2 yemas de huevo,

sal.

Caldo corto:

Véase receta 501.

En la pescadería se manda quitar la piel negra de los lenguados y sacar los filetes

enteros. Se guardan las raspas y los desperdicios.

Se hace un caldo Corto abundante, pues habrá que repartirlo en dos. Una parte se reserva para Cocer los filetes, con la otra parte se cuecen los desperdicios. Cuando

rompe el hervor, se dejan unos 35 minutos para que quede muy concentrado. Se cuele

por un colador muy fino y se reserva.

Se golpean los filetes en un mármol y se ponen en el caldo corto frío reservado; cuando

rompe el hervor se retiran del fuego.

Se unta la fuente de metal o porcelana resistente al fuego donde se vayan a servir, con

mantequilla, y se ponen los filetes de pescado bien escurridos. Se cubren con un paño

mojado en agua caliente y bien retorcido (o con papel de estaño) y se reservan al calor

en su fuente.

En un cazo pequeño se ponen los champiñones previamente quitadas las partes con

tierra de los podúnculos, y lavados. Se cortan en láminas y se les añade un poco de

mantequilla (menos de la mitad), un chorrito de zumo de limón y sal. Se cuecen unos 10

minutos, más o menos, y se reservan.

En una sartén se pone el aceite y el resto de la mantequilla a calentar; cuando están

derretidos se añade la harina, se dan unas vueltas y se agrega poco a poco el caldo corto

concentrado de los desperdicios. Sin

dejar de dar vueltas, se cuece unos 5 minutos y se

añade el whisky. Se cuece otros 3 ó 4 minutos y se echan los champiñones con su jugo.

En un tazón se deslíen las yemas con la nata (si está muy líquida se bate para que espese

un poco, con cuidado para que no se haga mantequilla o se corte). Se añade a la

bechamel, pero sin que cueza ya ésta. Se agrega el curry y un poco de sal. Se prueba y

se rectifica de sal si hace falta.

Se vierte esta salsa por encima de los filetes. Se espolvorea ligeramente con el queso

rallado y se mete al horno fuerte a gratinar, hasta que esté dorada la salsa, y se sirve en

seguida.

Esta última operación debe ser rápida para que no se reseque el pescado.

**557.—FILETES DE LENGUADO
CON BECHAMEL GRATINADA (6
personas)**

3 lenguados de ración grandes (35 a 400 gr. cada menos) de caldo de desperdicios,

uno),

1 cucharada sopera colmada de harina,

1/4 kg. de gambas,

1 pellizco de curry (facultativo),

25 gr. de mantequilla,

2 yemas de huevo,

2 cucharadas soperas de aceite fino

60 gr. de queso gruyère rallado,

*1 vaso (de los de agua) de leche fría,
sal.*

1 vaso (de los de agua, más o

En la pescadería se manda quitar la piel
negra de los lenguados y hacer filetes.

Se piden

los desperdicios.

En casa se sacan las colas de las gambas, reservándolas, y se cuecen las cabezas y las

cáscaras de las gambas con las espinas de los lenguados con agua fría y sal durante 5

minutos. Se cuele muy bien este caldo apretando bien los desperdicios para que rindan

todo su jugo.

Se lavan los filetes de lenguado, se secan bien con un paño limpio y se golpean en un

mármol. Se salan ligeramente y se

colocan en la fuente (de metal,
porcelana o cristal)

donde se vayan a servir, doblados en
dos en forma de horquilla, sin que
monten unos

encima de otros.

Aparte, en una sartén, se hace una
bechamel. Se pone a calentar el aceite
con la

mantequilla; cuando está caliente se
añade la harina, se dan unas vueltas con
las varillas

y se agrega poco a poco la leche y
después el agua de cocer los

desperdicios. Se cuece

durante unos 10 minutos, añadiendo luego las colas de las gambas y cocinando la

bechamel unos 5 minutos más, sin dejar de dar vueltas. Si se quiere se pone un

pellizquito de curry. Se prueba de sal y se rectifica si hiciese falta.

En un tazón se ponen las yemas y con una cuchara se añade muy poco a poco unas

cucharadas de bechamel, moviendo muy bien para que no se cuajen las yemas. Se

mezcla esto con la bechamel y se vierte por encima de los filetes de lenguado.

Se

espolvorea con el queso rallado y se mete a horno previamente calentado y mediano

unos 15 minutos, con el fuego por debajo. Pasado este tiempo se pone a gratinar unos

10 minutos más, hasta que esté todo dorado, y se sirve en la misma fuente.

**558.—FILETES DE LENGUADO
CON BERENJENAS Y BECHAMEL
(8 personas)**

4 berenjenas grandes y de forma redonda,

50 gr. de gruyère o parmesano rallado,

2 lenguados más bien grandes (1/2 kg. cada uno),

50 gr. de mantequilla,

4 cucharadas soperas de aceite, fino,

1 cucharada sopera de aceite

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

1 cucharada sopera de harina,

sal.

Se les quita la piel a los lenguados y se saca de cada uno los cuatro filetes. Se lavan y

secan bien.

Se pelan las berenjenas, se les quitan los rabos y se cortan en dos a lo largo. Se

salan por

las dos caras.

En una sartén amplia se pone el aceite a calentar y se colocan las berenjenas de manera

que estén holgadas. Se refrién a fuego lento, primero por una cara y, dándoles la vuelta

con cuidado de no romperlas, del otro lado. En total unos 30 minutos.

Se sacan de la sartén, se escurren bien y se colocan en la fuente de cristal o porcelana

resistente al horno donde se vayan a servir.

Se golpean los filetes de uno en uno contra un mármol (para que luego no se encojan al

cocer), se salan, se doblan en dos, como una horquilla y se posa cada filete encima de

cada media berenjena.

Se hace la bechamel (receta 67). Tiene que quedar bastante espesa.

Se vierte como una cucharada sopera de bechamel por encima de cada filete de

lenguado. Se espolvorea con un poco de queso, se pone una avellana de mantequilla y

se mete al horno, previamente calentado, a gratinar hasta que esté dorado el queso (más

o menos 15 minutos), que es el tiempo requerido para que se cueza el pescado,

Se sirve en seguida en su misma fuente.

559.—FILETES DE LENGUADO AL HORNO, CON VINO BLANCO Y PICADITO DE

CEBOLLAS (4 personas)

2 lenguados de ración grandes (350 a 400 gr. cada de hierbas aromáticas en polvo,

uno),

1 vaso (de los de vino) de buen vino blanco,

1 cebolla pequeña,

1 vaso (de los de vino) bien lleno de agua, de cocer

1 cucharada sopera de perejil,

los desperdicios,

1 vaso (de los de vino) de aceite fino,

1 cebolla pequeña (40 gr.),

½ cucharada (de las de café)

sal.

En la pescadería se manda quitar la piel negra de los lenguados y sacar los filetes. Se

piden los desperdicios. Los filetes se lavan y secan muy bien y se golpean
Contra el

mármol.

En un cazo se ponen los desperdicios del pescado a cocer con agua, justo para que los

cubra, y sal. Se cuecen unos 30 minutos a fuego mediano y se cuelan muy

cuidadosamente para que no tengan ninguna espina.

En una besuguera de metal, cristal o porcelana resistente al horno, se pone un poco de

aceite en el fondo. Se salan ligeramente los filetes y se colocan en la fuente, sin que

monten unos encima de otros. Se rocían con el vino blanco y después con el resto del

aceite.

En un platito se mezclan bien la cebolla y el perejil muy picados con las hierbas aromáticas; se reparten por encima del pescado. Se vierte todo alrededor de la fuente 1

vaso (de los de vino) no lleno del agua de cocer los desperdicios. Se sacude un poco

para que penetre bien.

Se mete en el horno, previamente calentado (durante 5 minutos más o menos), de 25 a

30 minutos y se sirve en la misma fuente.

560.—FILETES DE LENGUADO AL HORNO CON SALSA DE TOMATE,

CHAMPIÑONES, MEJILLONES Y QUESO RALLADO (6 personas)

3 lenguados de ración grandes (de 350 a 400 gr. 1 hoja de laurel, agua y sal.

cada uno),

½ kg. de mejillones,

Salsa de tomate:

50 gr. de queso gruyère o parmesano rallado,

1 kg. de tomates maduros.

200 gr. de champiñones,

3 cucharadas soperas de aceite frito.

20 gr. de mantequilla,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

½ limón

1 cebolla mediana (60 gr.),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

Se tendrá hecha y pasada la salsa de tomate con anticipación (receta 63).

En la pescadería se manda quitar la piel negra de los lenguados y hacerlos

filetes. Estos

se lavan y secan bien y se golpean
contra un mármol.

Se preparan los mejillones. Se les quitan
con un cuchillo las barbas estropajosas
que

llevan en la cáscara. Se lavan muy bien
en varias aguas para quitarles la arena y
se

ponen en un cazo con un poco de vino
(7, del vaso), una hoja de laurel, agua y
un

pellizco de sal. Se ponen a fuego
mediano, se saltean de vez en cuando, y

cuando

empiezan a abrirse las cáscaras se retiran. Se quitan los bichos de las cáscaras, se cuela

muy bien el caldo donde han cocido (por un colador y un trapo), y se reservan en este

caldo.

Se preparan los champiñones. Se limpian muy bien al chorro con un cepillo si puede

ser, Se les quita la parte con tierra del rabo y se cortan en láminas, Tos rabos y las

cabezas. Se ponen en un cazo con los 20 gr. de mantequilla, unas gotas de zumo de

limón y sal; se cubren y se cuecen a fuego lento unos 10 minutos. Se mezclan con el

tomate y el resto del vino blanco.

En una fuente de porcelana o cristal resistente al fuego se pone un poco de salsa en el

fondo. Se colocan los filetes de lenguado, que no se monten demasiado unos encima de

otros, se ponen los mejillones repartidos

encima del pescado y se vierte el resto de la

salsa de tomate con los champiñones. Se espolvorea con el queso rallado y se mete a

gratinar unos 10 minutos más hasta que el queso esté dorado. Se sirve en la misma

fuelle.

561.—CAZOLETAS DE FILETES DE LENGUADO CON CHAMPIÑÓN Y BECHAMEL (8 personas)

8 cazoletas de masa quebrada (se venden en Salsa bechamel:

pastelerías o, en su lugar, 8 volovanes individuales),

1 cucharada sopera colmada de harina,

2 lenguados grandes (400 a 500 gr. cada uno),

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

125 gr. de champiñones frescos,

½ vaso (de los de agua) de caldo Corto,

1 trufa bien negra,

30 gr. de mantequilla,

1 limón,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

20 gr. de mantequilla,

2 yemas de huevo,

sal.

sal y pimienta.

Caldo corto:

Véase receta 501.

Se tendrá preparado el caldo corto de

antemano, si es posible; si no, se prepara igual en

el momento (sin cocerlo antes) y se ponen los filetes (éstos los habrá hecho el

pescadero, reservando los desperdicios). Los filetes primero se lavan bien y se secan, se

golpean en un mármol y se enrollan dejando un agujero en el centro, y se sujetan con un

palillo. Se ponen en el caldo corto y se cuecen. Cuando rompe el hervor se retiran con

una espumadera y se reservan en un plato, tapándolos con un paño mojado en agua

caliente y estrujado, o con papel de plata. Se pondrán en el horno templado (pero

apagado) en espera.

En el caldo de cocer los filetes, una vez retirados éstos, se añaden los desperdicios del

pescado y se cuece durante 20 minutos. Se cuela y se reserva.

Aparte se lavan muy bien los champiñones y se cortan en láminas, que

se van echando

en agua fría con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón.

En un cazo pequeño se ponen los champiñones escurridos con los 20 gr. de mantequilla,

el otro zumo de $\frac{1}{2}$ limón y sal. Se tapa el cazo y se hacen a fuego mediano durante unos

10 minutos. Se reservan.

En una sartén se pone a calentar la mantequilla y el aceite; cuando la mantequilla está

caliente se añade la harina, se dan unas

vueltas y, poco a poco, se añade la leche fría y

después un poco de caldo corto bien colado. Se cuece esta bechamel durante unos 10

minutos. En un tazón se ponen las yemas y, poco a poco, se deslíen con un poco de

bechamel (para que no se cuajen las yemas). Se agrega esto a la salsa, se aparta del

fuego y se rectifica de sal.

Se pondrán las cazoletas a calentar en el horno. Se colocan los rollitos de

lenguado en

cada una y se reparte la bechamel por encima. Se sirven.

Nota.-Este plato se puede presentar sin las cazoletas y únicamente puestos los rollitos en

una fuente de cristal o porcelana resistente al fuego.

Al no llevar pasta, habrá que calcular, al menos, 2 filetes por persona.

562.—ROLLITOS DE FILETES DE LENGUADO RELLENOS CON JAMON EN SALSA (6

personas)

6 lenguados de ración,

1 zanahoria en rodajas,

200 gr. de jamón serrano no muy curado, picado,

el zumo de ½ limón,

1 cucharada sopera bien llena de perejil picado,

sal.

2 huevos duros.

2 cucharadas soperas de aceite,

Bechamel:

30 gr. de mantequilla,

Caldo corto:

1 cucharada sopera de harina.

agua fría.

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

*un chorrito de vino blanco (3
cucharadas soperas),*

1 vaso (de los de agua) de caldo corto,

1 hoja de laurel,

sal.

1 casco de cebolla (40 gr.),

En la pescadería se mandan sacar los filetes a los lenguados. Se lavan y se secan muy

bien con un trapo limpio y se golpean contra un mármol.

Se tendrá preparado de antemano el caldo corto para que esté frío, receta 501.

Se forman unos rollitos con los filetes de lenguado, pero con un hueco en el centro. Se

les pone un palillo plantado para que al cocer no se desenrollen. Se colocan en la rejilla

de la pesquera y se sumergen en el caldo corto frío. Se pone a fuego mediano y cuando

rompe el hervor se saca la rejilla y se pone al bies sobre el cacharro, tapando los filetes

con un paño mojado en agua caliente y retorcido para que no se enfríen ni se sequen.

Se hace la bechamel: En una sartén se derrite la mantequilla con el aceite, se añade la

harina, se da un par de vueltas con una cuchara de madera. Se agrega poco a poco la

leche fría, se deja cocer unos 5 minutos y luego se echa caldo corto de cocer el pescado

hasta que quede la salsa clarita. Se cuece otros 5 minutos, se rectifica de sal y se aparta,

incorporando el perejil picado.

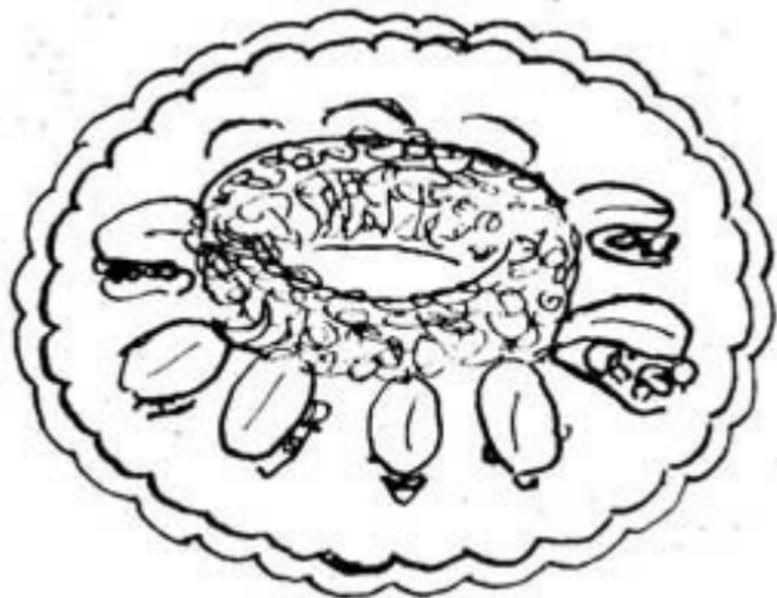
En una fuente se colocan los filetes de lenguado, quitándoles los palillos. Se rellenan

con un poco de jamón picado. Se vierte

la bechamel por encima y se
espolvorean con el

huevo duro picado (éste debe llevar
sobre todo la yema y poca clara).

Se sirve en seguida.



563.—FILETES DE LENGUADO

CON ARROZ (6 personas)

½ kg. de arroz para blanco.

1 cucharada sopera colmada de harina,

40 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

unas hebras de azafrán,

½ vaso (de los de agua) de caldo corto.

agua y sal,

*3 lenguados mayores que de ración
(350 a 400 gr.) Caldo corto:*

cada uno,

Agua.

125 gr. de champiñones,

*1 chorrito de vino blanco (3
cucharadas soperas),*

*125 gr. de jamón serrano o de York
picado,*

1 hoja de laurel,

unas gotas de zumo de limón,

el zumo de ½ limón,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 casco de cebolla (40 gr.),

1 zanahoria mediana en rodajas,

agua y sal.

Se prepara el caldo corto de antemano para que esté frío, receta 501.

En la pescadería se mandan sacar los filetes a los lenguados. En casa se lavan y secan

bien y se golpean contra un mármol antes de cocerlos.

Se preparan los champiñones: se lavan muy bien, se les quita la parte con tierra, se pican

menudos y se ponen en un cazo pequeño con un poco de mantequilla, zumo de limón y

sal. Se cubren con tapadera y se dejan a fuego mediano unos 10 minutos, más o menos.

Se les agrega el jamón picado y se mezcla para que se caliente todo junto. Se reservan.

Se hace el arroz según la receta 165, nota; pero sin ponerle los guisantes. Una vez

rehogado, cuando se vaya a servir se pone en un molde (flanera) y se vuelca en el centro

de una fuente redonda. Se reserva al calor.

Se doblan los filetes de lenguado como una horquilla, se colocan en la rejilla de la

pesquera y se sumergen en el caldo corto frío. Se ponen a fuego mediano y cuando

rompe el hervor se saca la rejilla, se coloca al bies sobre el cacharro de cocer el pescado

y se tapan los filetes con un paño limpio para que no se enfríen.

Se procede a hacer a bechamel. En una

sartén se pone el aceite y la mantequilla
a

calentar; se le agrega la harina, se dan
unas vueltas con una cuchara de madera
y poco a

poco se incorpora la leche fría; se deja
cocer unos 5 minutos y después se añade
el caldo

corto para que quede la bechamel más
bien clarita ($\frac{1}{2}$ vaso de los de agua más
o menos).

Se sala.

En una fuente redonda se vuelca en el
centro el molde del arroz. Se colocan

los filetes

de lenguado alrededor. Con una cuchara se rellenan de picadito los filetes. Se vierte la

bechamel por encima de los filetes y se sirve en seguida.

**564.—FILETES DE LENGUADO
FRITOS EN BUÑUELOS (6
personas)**

3 lenguados más grandes que de ración, para (350 a 400 gr. cada uno).

sacar 12 filetes

sal.

Pasta de envolver: cualquiera de las 3 recetas 53.

En la pescadería se mandan sacar los filetes, que se lavan y se secan muy bien con un

pañó limpio. Se golpean contra un mármol, se salan ligeramente y se sumergen en la

masa de buñuelos. Se fríen y se escurren bien y se sirven en seguida en una fuente

adornada con dos ramilletes de perejil.

Nota.-Se puede servir aparte una salsa de tomate, pero esto es facultativo.

**565.—FILETES DE LENGUADO
EMPANADOS CON ARROZ
BLANCO Y SALSA DE**

TOMATE (6 personas)

4 lenguados de ración (200 gr. cada uno),

Salsa de tomate:

2 huevos enteros,

1 kg. de tomates,

1 plato con pan rallado,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

3/4 de litro de aceite (sobrará),

*1 cucharada (de las de café) de azúcar
y sal.*

sal,

(Véase receta 63.)

Arroz blanco:

1/2 kg. de arroz,

agua y sal.

50 gr. de mantequilla.

(Véase receta 165.)

En la pescadería se manda quitar la piel negra y hacer filetes os lenguados. Estos filetes

se lavan y se secan con un paño limpio y se golpean contra un mármol.

Se hacen la salsa de tomate y el arroz blanco de antemano. Un poco antes de ir a servir

se pone el aceite de freír a calentar y cuando está en su punto (no muy caliente, para que

se cuezan por dentro los filetes antes de que se doren) se pasan por huevo batido como

para tortilla y luego por pan rallado. Se aprieta un poco el pan con las palmas de las

manos para que quede bien pegado y se fríen.

Una vez fritos todos los filetes, se reservan a la boca del horno. Se rehoga el arroz con la

mantequilla. Se pone en un molde para flan, apretando ligeramente, y se vuelca en el

centro de la fuente donde se vaya a servir. Se colocan los filetes empanados alrededor y

se vierten un par de cucharadas de salsa de tomate encima del molde de arroz. El resto

del tomate se sirve en salsera aparte. Se sirve todo en seguida.

**566.—FILETES DE LENGUADO
REBOZADOS Y FRITOS,
SERVIDOS CON**

**MAYONESA DE COÑAC Y
TOMATE (6 personas)**

*4 lenguados grandecitos (300 a 400 gr.
cada uno),*

2 huevos,

1 plato con harina,

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

Mayonesa:

Hacer la receta de la mayonesa con coñac y tomate, pero doblando todas las cantidades,

menos quizá la mostaza (receta 96). En la pescadería se mandan sacar los filetes de los

lenguados. Se calculan 2 por persona, más o menos. Se lavan y se secan muy bien con

un paño limpio y se golpean contra un mármol. Se salan ligeramente por las dos caras.

Se pasan por la harina, sacudiendo un poco los filetes para que caiga el sobrante de

harina. Se baten los huevos como para tortilla, se pasan los filetes y se echan

en una sartén amplia, donde estará el aceite caliente, pero no mucho, para que el

pescado se haga por dentro antes de dorarse por fuera. Para saber el punto del aceite se

prueba con una rebanadita de pan frito.

Se sirven en seguida en una fuente calentada previamente, con la mayonesa en salsera

aparte.

**567.—LENGUADOS MOLINERA
CON MANTEQUILLA (6 personas)**

6 lenguados de ración (150 a 200 gr. cada uno),

2 cucharadas soperas de perejil picado.

1 plato con harina,

el zumo de un limón,

1 litro de aceite (sobrará),

unos gajos de limón cortados con su piel,

150 gr. de mantequilla,

sal.

En la pescadería se manda quitar la piel oscura de los lenguados. Se lavan y se secan

muy bien con un paño limpio. En una sartén se pone el aceite a calentar.

Cuando está en

su punto (no demasiado caliente para que el pescado se haga por dentro antes de

dorarse), se sala ligeramente cada cara de los lenguados, se pasan de uno en uno por

harina, sacudiéndolos para que caiga la que sobra. Se fríen de dos en dos a lo sumo.

Cuando están bien dorados, se colocan en la fuente donde se van a servir. Se

espolvorean con el perejil picado y se adornan con los trozos de limón.

Aparte se derrite la mantequilla sin que

cueza. Cuando empieza a hacer espuma, se le

quita ésta con una cuchara, se mezcla con el zumo de limón colado para que no tenga ni

pepitas ni pulpa y se vierte la mantequilla bien caliente por encima de los lenguados. Se

sirve en seguida.

**568.—LENGUADO GRANDE
ENTERO CON VINO BLANCO, AL
HORNO (6 personas)**

1 lenguado grande de 1½ kg., o 2 de 600 gr. cada 1 vaso (de los de Vino) de

vino blanco,

uno,

½ cucharadita (de las de moka) de paprika

2 cucharadas soperas de pan rallado, (facultativo),

3 cucharadas soperas de aceite fino,

1 cucharada sopera de perejil picado,

50 gr. de mantequilla,

sal.

el zumo de un limón,

1 hoja de papel de plata.

Se manda quitar en la pescadería la piel negra del lenguado. En casa se lava y se seca

muy bien con un trapo limpio. En una besuguera de cristal o porcelana se pone el aceite,

luego se sala ligeramente el lenguado por los dos lados y se pone en la besuguera. Se

rocía con el zumo del limón y después con el vino blanco. Con la punta de los dedos se

unta el paprika por todo el pescado, pero esto, aunque da un sabor muy bueno, es

facultativo. Se espolvorea con el pan rallado ligeramente y después con el perejil

picado. Se esparce en trocitos la mantequilla, se cubre la besuguera con el papel de plata

posado encima y se mete al horno unos 20 minutos. Pasado este tiempo, se quita el

papel de plata y se gratina otros 10 minutos. Se sirve en seguida en la misma fuente.

569.—LUBINA COCIDA

Para 6 personas se calcula una lubina de más o menos 1½ kg., pues a cabeza y la piel

pesan bastante.

Se prepara un caldo corto según la receta 501.

Se manda vaciar y limpiar la lubina en la pescadería y en casa se va bien, se seca con un

pañó limpio, se sala en la tripa un coco, se coloca en la rejilla de la pesquera y se

sumerge en el caldo corto, con el agua que cubra muy bien el pescado. Se pone fuego

vivo y cuando empieza a cocer se baja el fuego y se pone unos 7 minutos con el agua

cociendo despacio. Después se deja en el agua, ya con el fuego apagado, otros 10 minutos.

Para más seguridad de que la piel de la lubina no se estropee, se puede envolver el

pescado en una gasa fina mojada antes de cocerlo.

Una vez la lubina cocida, se saca la rejilla y se deja escurrir unos minutos, poniendo la

rejilla al bies encima de su cacerola.

Después se coloca con cuidado en la fuente donde se vaya a servir, con una servilleta

doblada en el fondo de la fuente, que se adorna con rajitas de tomate y huevo duro, o

con perejil, limón patatas cocidas, o con lechuga y gambas, etc.

Se puede servir en caliente con salsa holandesa, bearnesa, etc., o en frío con

vinagreta,

mayonesa simple o más historiada, como la mayonesa verde o con tomate y coñac, etc.

570.—LUBINA COCIDA EN CALDO CORTO ESPECIAL

Véase receta 645.

Las mejores lubinas para esta receta deben pesar entre $\frac{1}{2}$ kg. y 1 kg.

571.—LUBINA AL HORNO (6 personas)

1 lubina de 1½ kg. (más o menos),

75 gr. de mantequilla,

*5 ó 6 cucharadas de aceite fino o,
mejor, de salsa el zumo de un limón,*

*de grasa que haya sobrado de un
asado,*

4 lonchitas de bacon,

sal.

En la pescadería se manda vaciar y limpiar la lubina. En casa se lava muy bien y se seca

con un paño limpio.

En una besuguera (de metal, porcelana o

cristal resistente al fuego) se pone el
aceite o la

grasa de carne. Se sala la lubina por las
dos caras y por dentro del hueco de las
tripas. Se

pone en la besuguera, se meten en el
hueco de la tripa dos lonchitas de bacon,
se hacen

unos tajos profundos en el lomo de la
lubina y se pone en cada uno de ellos
una lonchita

de bacon enrollada. Se pone la
mantequilla en trocitos por encima de la
lubina y

alrededor de ella. Se rocía todo con el zumo del limón y se mete en el horno, previamente calentado, unos 5 minutos y a fuego mediano. De vez en cuando se rocía

con la salsa la lubina y cuando está hecha (unos 45 minutos más o menos) se sirve en su

misma fuente.

572.—LUBINA RELLENA AL HORNO (6 personas)

1 lubina de 1½ kg.,

1 cebolla pequeña,

50 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de aceite,

5 cucharadas soperas de aceite fino,

1 huevo,

el zumo de un limón,

10 gr. de mantequilla,

1 cebolla pequeña (40 gr.),

unas gotas de zumo de limón,

sal.

1 cucharada (de las de café) de perejil

picado,

sal.

Relleno:

125 gr. de champiñones,

miga de pan, un puñado (80 gr. más o menos),

1 vaso (de los de vino) de leche caliente,

En la pescadería se manda limpiar bien de escamas la lubina y abrir por La parte de la

tripa. Se manda quitar toda la espina

central, pero dejando la cabeza y la cola.

En casa se lava bien el pescado, se seca con un paño limpio, se sala ligeramente y se

prepara el relleno.

En un tazón se pone la miga de pan con la leche muy caliente. Mientras se remoja, se

preparan los champiñones. Se les quita la parte con tierra del rabo y se lavan muy bien,

cepillándolos con un cepillo pequeño si puede ser. Se pican menudo y se ponen

en un

cazo con la mantequilla, unas gotas de zumo de limón y sal. Se cubre el cazo y se dejan

a fuego mediano unos 10 minutos.

En una sartén pequeña se pone el aceite a calentar y se le añade la cebolla picada muy

fina. Cuando está empezando a dorarse (unos 8 minutos), se reserva.

En una ensaladera se pone la miga de pan remojada, la cebolla, los champiñones, el

perejil, el huevo batido como para tortilla y sal. Se mezcla muy bien y se coloca este

relleno dentro del pescado. Se cose con una cuerda fina la tripa para que no se salga el

relleno, dejando un rabo de cuerda para agarrarla cuando el pescado se vaya a servir y

quitarle la cuerda.

En una besuguera (de cristal o porcelana, resistente al fuego) se pone el aceite, se coloca

la lubina encima, se le hacen 2 tajos con

un cuchillo en la piel del lomo que quedará

arriba, pero que no pasen a la carne. Se rocía con el zumo del limón, se echa sal encima

y debajo de la lubina y se pone la mantequilla en trozos. Se mete al horno (previamente

calentado) y se deja a horno mediano unos 45 minutos más o menos, rociándola de vez

en cuando con su misma salsa.

Al ir a servir se quita la cuerda. Se sirve en la misma fuente con cubiertos de

servir el

pescado, con el fin de que con el cuchillo se pueda partir.

**573.—LUBINAS DE RACION
FRITAS (6 personas)**

6 lubinas de ración,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 plato con harina,

1 buen trozo de mantequilla (30 gr.),

*1½ vasos (de los de agua) de aceite
(sobraré),*

sal.

el zumo de un limón,

Se mandan limpiar y escamar las lubinas en la pescadería.

Se lavan y se secan muy bien con un paño limpio en casa y se les hacen 2 tajos en el

lomo con un cuchillo. Se salan por los dos lados y un poco en el hueco de la tripa y los

tajos. Se pasan por harina y se fríen de 2 en 2 en aceite caliente (pero no mucho para

que se hagan por dentro antes de dorarse). Se reservan al calor, una vez fritas, en la

fuelle donde se van a servir. Se vacía completamente el aceite de freír el pescado y en

la misma sartén se pone la mantequilla a derretir, sin que llegue a cocer. Fuera del fuego

se vierte en la sartén el zumo de limón y el perejil. Se vuelve a calentar rápidamente

dando vueltas con una cuchara de madera y se vierte por encima de las lubinas. Se sirve

en seguida.

**574.—MERLUZA COCIDA,
SERVIDA CON SALSA
MAYONESA, VINAGRETA U**

HOLANDESA (6 personas)

Caldo corto:

Para una cola de merluza de 1½ a 2 kg.:

2½ litros de agua fría,

zumo de ½ limón,

*1 zanahoria grande raspada y cortada
a rodajas 1 hoja de laurel,*

(125 gr.),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

*1 cebolla grandecita (100 gr.) cortada
en 4 rodajas,*

después de pelada,

sal.

Se pone todo esto en la pesquera. Se cuece durante 15 minutos. Después se aparta y se

deja enfriar totalmente. Por lo tanto, hay que preparar el caldo corto con anticipación.

Cuando se vaya a cocer la merluza, se coloca ésta encima de la rejilla y se deja en el

fondo, debajo de la rejilla, las zanahorias y las cebollas. Se pone a fuego mediano y

cuando rompe el hervor se baja el fuego y se deja cocer muy despacio, es decir, que el

agua sólo se debe estremecer, unos minutos (15 minutos para 1½ kg).

Pasado este

tiempo, se saca la rejilla con el pescado y se pone oblicuamente sobre la cacerola,

tapando el pescado con un paño humedecido en agua caliente y retorcido, para que no se

enfríe. Se escurre unos 5 a 10 minutos y se pasa a la fuente donde se va a servir,

poniendo en ésta una servilleta doblada debajo del pescado con el fin de que absorba el

agua. Se adorna con unos ramitos de perejil y rajadas de limón.

Se sirve con cualquiera de las salsas mencionadas antes; recetas 94, 90, 75 ó 76.

575.—COLA DE MERLUZA AL

HORNO CON TOMATES Y QUESO RALLADO (6

personas)

1 cola de merluza de 1½ kg.,

150 gr. de queso gruyère rallado,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

4 tomates maduros medianos,

sal.

En la pescadería se manda abrir la cola de merluza y quitar la espina central. Se lava y

se seca bien con un trapo limpio. Se sala ligeramente el interior, se ponen un par de

trocitos de mantequilla, se espolvorea con parte del queso rallado y se cierra. como si no

la hubiesen abierto para quitarle la espina.

En una besuguera (de metal, cristal o porcelana resistente al horno) se pone el aceite. Se

pelan los tomates y se parten por la mitad. Se ponen en el centro de la besuguera con un

poco de sal encima, reservando 3 mitades.

Se coloca la merluza encima de los tomates. Se le da un par de tajos en el lomo, se quita

toda la cola con la mantequilla que sobra; encima de cada tajo se pone $\frac{1}{2}$ tomate y se

espolvorea con el queso rallado. Se mete al horno (previamente calentado 5 minutos) y

se deja a horno mediano, más o menos 30 minutos, hasta que tenga un bonito color

dorado.

Se sirve en la misma fuente en que se ha hecho.

**576.—RODAJAS DE MERLUZA
CON TOMATE, CEBOLLA Y
QUESO RALLADO (6**

personas)

6 rodajas de merluza,

1 cebolla grande (sobrarán los dos extremos),

5 cucharadas soperas de aceite,

100 gr. de gruyère rallado,

*3 tomates grandes bien maduros,
sal.*

Después de lavar y secar bien las rodajas de merluza, se ponen 4 cucharadas soperas de

aceite en el fondo de una besuguera o fuente (de metal, cristal o porcelana resistente al

fuego). Se ponen las rodajas de merluza, se salan ligeramente, echando un poco de

aceite encima de cada una (una cucharadita de las de café). Se pone una rodaja de

cebolla fina (del centro de la cebolla). Se pelan los tomates, se cortan en dos mitades, se

quitan las simientes y cada mitad se pone encima de la cebolla. Se espolvorea cada

rodaja así preparada con queso rallado y se mete al horno previamente calentado y a

fuego suave durante unos 25 minutos. Se sirve en la misma fuente donde se ha hecho el

pescado.

577.—FILETES DE MERLUZA

EMPANADOS, SERVIDOS CON SALSA MAYONESA

VERDE (6 personas)

Mayonesa verde (receta 95):

2 huevos,

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

zumo de un limón,

1 plato con pan rallado,

½ litro de aceite,

2 huevos,

1 ramillete de perejil,

1 litro de aceite para freír

*3 cucharadas soperas de alcaparras,
(sobraré),*

anchoas enrolladas,

2 pepinillos,

sal.

sal.

1¼ kg. de filetes de merluza,

Se hace la mayonesa de forma que
resulte un poco dura.

Se dejan un ratito ($\frac{1}{2}$ hora más o menos) los filetes de pescado crudo en un plato sopero

con la leche. Se revuelven de vez en cuando para que se empapen bien. Se les escurre la

leche muy bien, se salan y se baten los huevos como para una tortilla, pasando los

filetes dentro y después por el pan rallado.

Se pone el aceite a calentar. Cuando está en su punto, se fríen los filetes. Cuando están

dorados, se escurren bien y se colocan en la fuente donde se vayan a servir. Se pone un

rollito de anchos sobre cada uno y se sirve con la mayonesa verde aparte en salsera.

Nota.-Se puede hacer muy bien con filetes de merluza congelada. dejándola descongelar

antes de ponerla en la leche.

**578.—FILETES DE MERLUZA
REBOZADOS Y FRITOS (6
personas)**

1¼ kg. de merluza abierta,

sal,

2 huevos,

1 limón cortado en 6 con su corteza.

1 plato con harina,

1 litro de aceite (sobrará),

En la pescadería se manda hacer filetes con la merluza.

Se debe preparar (lavar, secar, salar) y freír en el momento de ir a comerlos.

Se pone el aceite a calentar a fuego mediano en una sartén más bien honda.
Se sala cada

filete por las dos caras, se pasa por harina, también por las dos caras, y se sacuden para

que caiga la harina sobrante.

En un plato hondo se baten como para tortilla los 2 huevos, se pasan los filetes de uno

en uno y se fríen con el aceite no muy caliente para que cuezan un poco por dentro y se

doren luego por fuera, forzando el fuego al rato. Cuando tengan un bonito color, se

sacan, se posan un momento en un papel

de estraza o simplemente en un colador grande. Después se pasan a la fuente donde se vayan a servir y se adorna con el limón

cortado a lo largo.

Nota.-Para que la merluza esté más jugosa, se pone leche en un plato hondo y se meten

los filetes dentro (que los cubra muy poco la leche); pasados unos 15 minutos se les da a

vuelta y después de 15 minutos se sacan. Se secan muy bien con un trapo limpio y se

procede como está explicado anteriormente.

579.—FILETES DE MERLUZA ENVUELTOS EN JAMON DE YORK (6 personas)

12 filetes de merluza (750 gr. a 1 kg.),

1 plato con harina,

6 lonchas finas de jamón de York,

1 litro de aceite (sobrará),

2 huevos,

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

sal.

Se ponen los filetes de merluza en un plato hondo y se rocían con la leche fría. Se dejan

así durante $\frac{1}{2}$ hora, dándoles un par de veces a vuelta, y se secan con un paño limpio. Se

salan y se envuelven con media loncha de jamón de York, que se sujeta con un palillo.

Se pasa ligeramente por harina y después por huevo batido como para tortilla. Se fríen

los filetes en aceite bien caliente y se

sirven en seguida con trozos de limón.

580.—FILETES DE MERLUZA CON JOROBA (6 personas)

1 ¼ kg. de merluza en filetes,

1 cebolla mediana,

¼ kg. de gambas,

1 cucharada sopera colmada de harina.

2 cucharadas soperas de harina,

1 vaso (de los de vino) no lleno de vino blanco,

1½ vasos (de los de agua) de leche fría,

2 huevos.

25 gr. de mantequilla,

1 chorrito de vino blanco,

2 cucharadas soperas de aceite fino.

1 hoja de laurel,

1 litro de aceite de freír (sobrar ),

1 plato con pan rallado,

agua,

sal y pimienta molida.

En un cazo se ponen los desperdicios de

a merluza y de las gambas (se dejan sólo las

colas aparte y crudas). Se cubren de agua fría y se les añade sal, un chorrito de vino

blanco (una cucharada sopera, más o menos) y una hoja de laurel. Se dejan cocer a

fuego mediano unos 15 minutos. Se retiran, se cuela y se reserva el caldo corto.

En una sartén mediana se pone la mantequilla y el aceite a calentar. Cuando está la

mantequilla derretida, se añade la harina y se dan un par de vueltas con una cuchara de

madera. Se añade entonces, poco a poco, la leche. Se cuece unos 10 minutos, se sala y

se retira del fuego.

Se ponen los filetes en una mesa, se salan y encima de cada uno se echa como una

cucharada de las de postre (más pequeña que las soperas) de bechamel. Se deja enfriar.

Se pone a calentar el aceite y cuando

está en su punto se pasa cada filete por huevo

batido y después por pan rallado. Se fríen por tandas y se van colocando en la fuente de

cristal o porcelana (resistente al fuego) de forma que no estén montados unos encima de

otros.

Aparte, en otra sartén pequeña, se ponen 2 cucharadas soperas del aceite de freír los

filetes y se añade la cebolla pelada y picada. Cuando empieza a dorarse

ligeramente, se

agrega una cucharada sopera colmada de harina. Se dan unas vueltas y se vierte poco a

poco el caldo de cocer los desperdicios (más o menos 2 vasos de los de agua) y el vino.

Se sala y se pone un poco de pimienta molida. Se cuece esta salsa durante unos 5

minutos y se cuela por el pasapurés. Se añaden las colas de las gambas y se cuece otros

2 minutos más. Unos 15 minutos antes de

ir a servir la merluza se vierte la salsa por

encima. Se pone la fuente al fuego y se cuece unos 15 minutos, sacudiendo de vez en

cuando la fuente para que se trabe la salsa y no se peguen los filetes.

Se sirve en la misma fuente.

581.—MERLUZA A LA CATALANA
(6 personas)

¾ de kg. de filetes de merluza,

Caldo corto (receta 501):

3 patatas medianas (300 gr.),

1 ¼ litros de agua,

*2 vasos (de los de agua) de aceite
(sobrar ),*

1 hoja de laurel,

½ cucharada sopera de harina,

2 cucharadas soperas de vino blanco,

1 cebolla grande (125 gr.),

1 trozo de cebolla (30 gr.),

1 diente de ajo,

sal y los desperdicios del pescado.

6 cucharadas soperas de salsa de tomate muy

espesa (o 2 de concentrado de tomate),

1 plato con harina,

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

1 pellizco de azafrán en rama,

sal.

Todos los ingredientes del caldo corto se cuecen con los desperdicios del pescado, a

fuego vivo, durante unos 20 minutos para que quede el caldo algo reducido. Se cuele

por un colador muy fino y se reserva.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Mientras, se pelan, se lavan y se cortan las

patatas en rodajas no muy finas. Se secan con un paño limpio y se fríen por tandas. Una

vez fritas (no mucho, es decir, que se retiran del aceite antes de que empiecen a

dorarse), se reservan en un plato.

Después se lavan y se secan bien los filetes de

merluza, se pasan por un plato con harina y se fríen también por tandas. Se reservan

igualmente.

Se vacía casi todo el aceite de la sartén, no dejando más que para cubrir bien el fondo.

Se echa la cebolla pelada y muy picada, el diente de ajo igual. Se rehogan hasta que la

cebolla empieza a dorarse (más o menos 10 minutos). Se añade entonces la

harina,

luego el tomate y, después de darle unas vueltas, el pimentón; se revuelve y rápidamente

se aparta del fuego (pues el pimentón se quema muy de prisa). Fuera del fuego se va

añadiendo poco a poco el caldo corto de los desperdicios (3 ó 4 vasos de los de agua) -

En el mortero se machacan un par de hebras de azafrán y se le añade un poco de salsa.

Se vierte esto en el resto de la salsa de

la sartén. Se echa sal, se cuece unos 3 minutos y

se pasa por el pasapurés. Se pone un poco de salsa en el fondo de una fuente de barro,

porcelana o cristal resistente al horno, donde se ponen las patatas y. encima de ellas, el

pescado. Se cubre con el resto de la salsa y se pone a fuego mediano la fuente hasta que

las patatas estén blandas (unos 20 a 25 minutos), moviendo la fuente de vez en cuando;

se sirve en su misma fuente.

**582.—COLA DE MERLUZA AL
HORNO CON BECHAMEL Y
CHAMPIÑONES (6**

personas)

1 cola de merluza de 1¼ a 1½ kg.

75 gr. de gruyère rallado,

25 gr. de mantequilla,

125 gr. de champiñones medianos,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

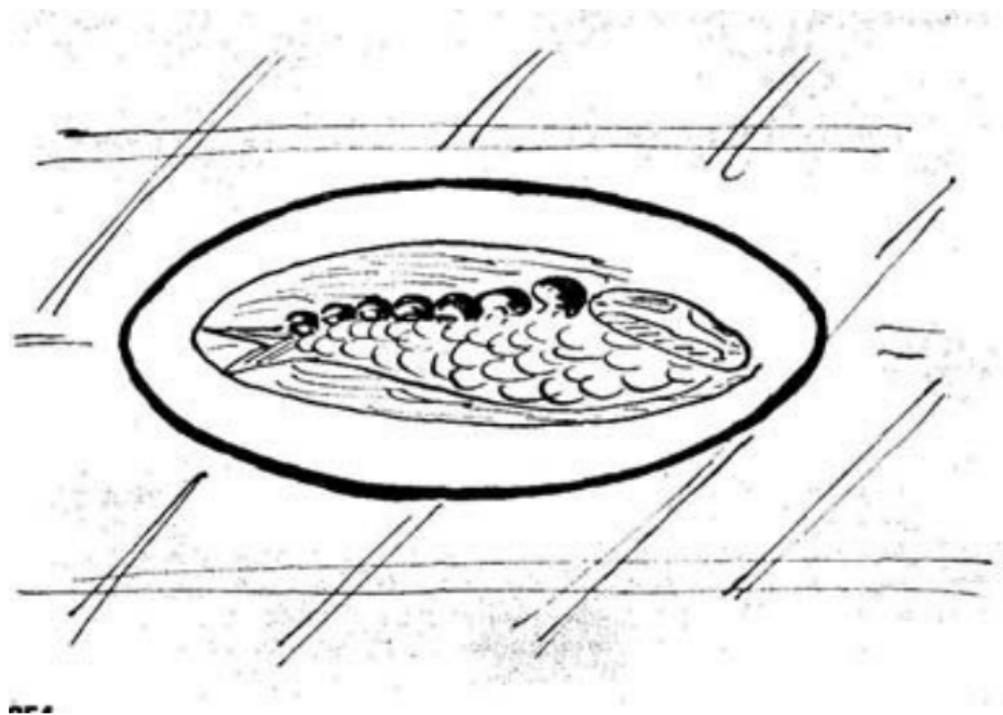
25 gr. de mantequilla,

½ litro de leche fría,

unas gotas de zumo de limón,

1 cucharada sopera colmada de harina,

sal.



Poner la cola de merluza muy ligeramente salada en una fuente honda resistente al

horno. En una sartén se ponen la mantequilla y el aceite a derretir; cuando están, se

añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchare de madera y, poco a poco, se añade

la leche fría sin dejar de dar vueltas; se echa sal y se deja cocer la bechamel 10 minutos

para que quede algo espesa. Se vierte entonces sobre el pescado que está en la fuente, se

espolvorea con el queso rallado y se mete al horno (que estará previamente calentado)

unos 30 minutos.

Mientras tanto, se limpian muy bien los champiñones con un cepillo. Se echan en agua

fresca con unas gotas de zumo de limón, dejando las cabezas enteras. Una vez limpios

todos, se escurren y se ponen en un cazo con un poco de mantequilla, unas gotas de

zumo de limón y sal. Se dejan unos 15

minutos para que estén bien tiernos y se reservan.

Gratinada la bechamel, se medio saca del horno la fuente del pescado y en el lomo de la

cola de merluza se colocan las cabezas de los champiñones en fila, poniendo las más

grandes en el empuce cortado y disminuyendo hasta la cola. Se vuelve a meter la fuente

en el horno, con fuego sólo por debajo, unos 5 minutos más, y se sirve el pescado en su

misma fuente.

**583.—COLA DE MERLUZA
RELLENA (6 personas)**

1½ kg. en una cola de merluza o
pescadilla grande.

Relleno:

Adorno:

125 gr. de champiñones,

1 huevo,

*1 puñado pequeño de miga de pan
(Unos 80 gr.) pan rallado (grueso),*

*mojada con un vaso (de los de vino) de
leche muy*

caliente,

3 tomates (cortados por la mitad),

1 cebolla pequeña (50 gr.),

unas ramitas de perejil,

2 cucharadas soperas de aceite,

50 gr. de mantequilla,

1 huevo,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

15 gr. de mantequilla y unas gotas de zumo de sal,

limón,

1 hoja de papel de aluminio.

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

sal.

En la pescadería se manda quitar la espina central a la cola de merluza, dejando ésta

entera.

Se pone abierta sobre un mármol o tabla

y se sala ligeramente.

Aparte se prepara el relleno. Se lavan y se cortan los champiñones muy menudos, se

ponen en un cazo con un poquito de mantequilla (como una nuez) y unas gotas de

limón; se tapa el cazo con tapadera y se hacen a fuego lento unos 10 minutos.

Aparte, en un tazón, se pone la miga de pan en remojo con la leche caliente. Por fin, en

una sartén se calientan las 2 cucharadas soperas de aceite, se pone a dorar la

cebolla.

Cuando está empezando a dorarse, se retira, y en una ensaladera se echa la cebolla, el

pan remojado, el champiñón, el perejil, un poco de sal y el huevo batido como para

tortilla. Se mezcla todo muy bien y se pone en una tira en el centro del pescado. Se cose

la cola con una cuerda fina, dejando un rabo al final para quitarla cómodamente.

Se pone el papel de aluminio en una besuguera y en el centro del papel el

aceite. Se

coloca el pescado encima, se bate el huevo y con un pincel se pasa por todo el pescado y

se espolvorea con el pan rallado, apretando un poco para que se adhiera bien. Se pone

alrededor del pescado la mantequilla en trocitos. Se mete en el horno caliente durante 25

minutos, después se cubre con el papel de aluminio que sobresale de los lados y se deja

unos 10 minutos más.

Se saca del horno, se abre el papel, se tira de la cuerda para quitarla y se desliza el

pescado desde el papel a la fuente, dejando caer la grasa que tiene. Se sirve adornado

con tomate y perejil.

584.—MERLUZA CON MAYONESA AL HORNO (6 personas)

1 cola de merluza de 1¼ kg. (más o menos),

Mayonesa (receta 94)

2 patatas grandes,

2 huevos,

*1 vaso (de los de agua) de aceite
(sobrar ),*

3/4 de litro de aceite fino,

*2 cucharadas soperas de perejil
picado,*

el zumo de 1/2 limón,

el zumo de 1/2 limón,

sal,

*1 hoja de papel de plata (de 10 x 30
cm.)*

sal.

Se hace la mayonesa de manera que no quede muy dura.

En la pescadería se manda abrir la cola de la merluza para poderle quitar la espina

central y que quede en dos trozos el pescado. Se aya y se seca muy bien.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Se pelan las patatas, se lavan y se cortan en

rodajas finas. Se refríen en el aceite de manera que queden fritas, pero sin llegar a

dorarse. Se escurren y se ponen en el fondo de ja fuente (de cristal o porcelana

resistente al horno) donde se vaya a hacer la merluza para que quede cubierto todo el

fondo. Se salan ligeramente. Por encima se colocan los dos trozos de merluza

contrapeados. Se salan, se espolvorean con el perejil y se rocía con el zumo del $\frac{1}{2}$

limón.

Se cubre todo el pescado y la fuente con la mayonesa. Se pone en una esquina un

tubo

hecho con papel de plata en forma de chimenea (se enrolla el papel alrededor de un

dedo para hacer como un tubito). Se enciende el horno unos 10 minutos antes de meter

la fuente. Se mete el pescado al horno 20 minutos y se sirve en su misma fuente. Antes

de ir a servirlo, se vuelca un poco la fuente del lado de la chimenea para sacar el líquido

sobranante debajo de la costra, se quita la

chimenea y por el agujero sale el líquido, que se

quita con una cuchare.

Nota.-Se puede hacer este plato con merluza congelada, una vez descongelada ésta.

585.—RODAJAS DE MERLUZA FRITA SOLO CON HARINA (6 personas)

1 litro de aceite (sobrar ),

6 rodajas gruesas de limón,

1 plato con harina,

sal.

*6 rodajas de merluza (de la parte
cerrada del
pescado).*

Una vez lavada y bien seca la merluza,
se sala por las dos caras. Se pone a
calentar el

aceite en una sartén y cuando está en su
punto, es decir, no demasiado fuerte
para que ¡a

merluza se fría de dentro a fuera y quede
bien hecha, se pasan las rodajas por la
harina y

se fríen de 2 en 2 hasta que tengan un bonito color dorado.

Se colocan en una fuente y se adorna cada rodaja con una rodaja de limón y se sirve.

**586.—RODAJAS DE MERLUZA
FRITAS REBOZADAS (6 personas)**

6 rodajas de merluza cerrada,

2 huevos batidos como para tortilla,

1 litro de aceite (sobrará),

1 limón entero,

1 plato con harina,

sal.

Se pone a calentar el aceite a fuego mediano. Mientras tanto, se lavan y se secan con un

pañó limpio las rodajas de merluza. Se salan ligeramente por las dos caras. Se pasan por

el plato de harina también por las dos caras, se sacuden para que caiga lo que sobra y se

pasa después por los huevos batidos como para tortilla. Se fríen en el aceite de 2 en 2

hasta que tengan las rodajas un bonito

color dorado.

Se sirven en una fuente con unos trozos de limón, sin pelarles la cáscara.

**587.—RODAJAS DE MERLUZA
CONGELADA FRITAS (6 personas)**

6 rodajas de merluza,

1 litro de aceite (sobrará),

1 vaso (de los de agua) de leche,

1 plato con harina,

2 huevos,

sal,

1 limón.

Se descongela la merluza poniéndola en agua fría abundante con 3 cucharadas soperas

de sal. Una vez blanda, se escurre y se pone en un plato hondo y se le vierte la leche,

que la cubra; Se vuelven las rodajas varias veces para que queden bien empanadas. Se

tienen así una $\frac{1}{2}$ hora. Se escurren y se procede a rebozar y freír igual que en la receta

anterior.

Se sirven en seguida con unos trozos de limón.

**588.—RODAJAS DE MERLUZA
FRITAS ADORNADAS CON
CURRUSOUITOS DE PAN**

**FRITO Y ALCAPARRAS (6
personas)**

*6 rodajas de merluza (de la parte
cerrada,)*

3 cucharadas soperas de alcaparras,

*1 cucharada sopera de perejil picado
(rasada),*

40 gr. de mantequilla,

1 plato con harina,

1 litro de aceite (sobrará)

3 rebanadas de pan de 2 cm. de gruesas,

sal.

Se pone el aceite a calentar en una sartén. Se cortan las rebanadas de pan a cuadraditos

muy pequeños y se fríen poco.

Se pone sal por las dos caras de cada rodaja de merluza. Se pasan de una en una por

harina, sacudiéndolas para que no haya mucha, y con las puntas de los dedos se pone en

cada rodaja un poco de perejil picado espolvoreado, pero apretándolo luego con la

palma de la mano para que quede bien adherido al pescado. Se fríen las rodajas de 2 en

2 y, una vez bien fritas, con un bonito color dorado por cada cara, se reservan en la

fuelle donde se vayan a servir y ésta se pone en sitio caliente.

Se retira casi todo el aceite, no dejando más que un fondo en la sartén. Se añade la

mantequilla; cuando está derretida, se quita la espuma que se forma con una cuchara, se

añaden las alcaparras. los curruscos de pan, se da una vuelta y se vierte toda esta salsa,

repartiéndola por cada rodaja de merluza. Se sirve en seguida.

**589.—RODAJAS DE MERLUZA
GUISADA CON CHIRLAS (8
personas)**

6 rodajas de merluza (de la parte cerradas),

1 diente de ajo,

1/4 kg. de chirlas grandecitas,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

1 litro de aceite (sobrará),

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 plato con harina,

1 cucharadita (de las de moka) de concentrado de

carne (Liebig, Bovril, etc.),

*4 cucharadas soperas de aceite,
agua y sal.*

*1 cucharada sopera rasada de harina,
½ vaso (de los de vino) de vino blanco,*

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto (el aceite no debe de

estar muy caliente, para que se cueza el pescado antes de que se dore), se salan las

rodajas de merluza por las dos caras, se pasan por la harina del plato y se sacuden para

que caiga la sobrante. Se fríen y se van colocando en una fuente de cristal, porcelana o

barro resistente al fuego.

Se lavan muy bien las chirlas en varias aguas; la primera con un poco de sal para que

suelten bien la arenilla. Se ponen en un cazo

con agua fría que las cubre bien y se ponen a cocer hasta que se abren. Se apartan y se

van quitando las chirlas de sus cáscaras, reservándolas en un tazón con un poco

del agua

de cocerlas. Se tiran las conchas y se reserva el agua de cocerlas.

En una sartén se ponen las 4 cucharadas soperas de aceite a calentar, cuando están

calientes, se echa la cebolla y el diente de ajo pelados y picados, se da unas vueltas con

una cuchara de madera y a los 5 minutos se añade la harina, se da vueltas hasta que esté

doradita y se agrega poco a poco el vino blanco y el agua de cocer las chirlas (sin

apurar

el fondo del cazo, donde se deposita siempre algo de arena). Se cuecen durante unos 10

minutos, más o menos. Fuera del fuego se añade el concentrado de carne y se pasa por

el chino o el pasapurés, vertiendo la salsa por encima de las rodajas de merluza. Se

espolvorean las chirlas y el perejil. Si se ve que es poca salsa, se puede añadir un poco

de agua templada. Se prueba de sal y se

rectifica si hace falta. Encima del fuego se

cuece a fuego mediano Otros 10 minutos más o menos, sacudiendo de vez en cuando la

fuelle para que la salsa se trabaje bien. Se sirve en seguida en su misma fuente.

590.—RODAJAS DE MERLUZA EN SALSA VERDE (6 personas)

6 rodajas gruesas de merluza cerrada (unos 200 1 cucharada sopera de perejil picado muy menudo, gr. cada una),

1½ vasos (de los de agua) de agua fría,

4 cucharadas soperas de aceite,

*1 lata pequeña (125 gr.) de guisantes
facultativo),*

1 cucharada sopera de harina,

1 ó 2 huevos duros (facultativo),

1 cebolla mediana (80 gr.),

sal y pimienta.

1 diente de ajo,

unas ramitas de perejil,

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está, se echa la cebolla

a freír.

Mientras tanto, en el mortero se machaca el diente de ajo y las remitas de perejil con un

poco de sal. Cuando ‘a cebolla se va poniendo transparente (unos 5 minutos más o

menos) se añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchara de madera y se agrega

poco a poco el agua fría, se cuece un poco esta salsa y se coge un par de cucharadas, que

se añaden a lo machacado en el mortero,

revolviendo muy bien. Se incorpore el contenido del mortero a la salsa de la sartén y se revuelve todo junto.

En una cacerola de barro o porcelana (resistente al fuego) se cuele la salsa por un chino

o un colador de agujeros grandes. Se colocan las rodajas de merluza ligeramente saladas

y holgadas de sitio. La salsa las debe cubrir justo; si es necesario, se puede añadir algo

más de agua (teniendo en cuenta que la merluza soltará agua también al

cocerse). Se

espolvorea un poco de pimienta molida, el perejil picado y los guisantes (si se quiere).

Se agarra la cacerola por un costado y se sacude suavemente durante unos 15 minutos.

Esto es fundamental para que se trabe bien la salsa. Se prueba entonces la salsa y se

rectifica si fuese necesario. Se pican los huevos duros y se espolvorean por encima del

pescado (esto es facultativo).

Se sirve en seguida en su misma cacerola de barro.

591.—RODAJAS DE MERLUZA A LA VASCA (6 personas) (Con espárragos, guisantes, etc.)

6 rodajas gruesas de merluza cerrada muy fresca 1 cucharada sopera de perejil (picado),

(unos 200 gr. cada raja),

1 ramita de perejil,

1 manojo de espárragos frescos finos (si no, una

lata de puntas de espárragos).

1 diente de ajo,

1 kg. de guisantes frescos (o una lata de 125 gr.),

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 huevo duro picado,

1 cucharada sopera de harina,

4 cucharadas soperas de aceite,

1½ vasos (de los de agua) de agua, más o menos,

sal.

Antes de empezar el guiso de la merluza se tendrán preparados y cocidos los espárragos

y los guisantes, o abiertas y escurridas las latas.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Cuando está, se echa la cebolla y el diente de

ajo picados. Se refrién hasta que la cebolla se va poniendo transparente (unos 6 a 7

minutos), se agrega la harina, la ramita de perejil y en seguida un vaso de agua fría. Se

cuece un poco esta salsa (unos 8 minutos) sin dejar de moverla con una cuchara de madera.

En una cacerola de barro o de porcelana (resistente al fuego) se van poniendo las rodajas de merluza ligeramente saladas y holgadas de sitio. Se pasa por un pasapurés o

colador de agujeros grandes la salsa de la sartén y se vierte sobre la merluza, añadiendo

entonces el $\frac{1}{2}$ vaso de agua, si hace falta, para que cubra justo la merluza

(pues ésta

soltará agua al hacerse). Se sacude constantemente la cacerola de barro durante los 15

minutos que hacen falta a la merluza para cocerse, agarrándola con una agarrador y

moviendo con cuidado para que no se rompan las rodajas.

Al ir a servir en esta misma cacerola en que se ha hecho el pescado, se añaden el perejil

picado espolvoreado, los guisantes bien repartidos, los espárragos y el huevo

duro

picado. Se calienta todo unos 5 minutos más, probando la salsa y rectificando de sal si

hace falta. Se sirve en seguida.

592.—RODAJAS DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE VINO Y CREMA (6

personas)

6 rodajas de merluza (mejor cerrada),

1 vaso (de los de vino) de buen vino blanco,

30 gr. de mantequilla,

1 cebollita francesa (30 gr.),

*3 ó 4 cucharadas soperas de pan
rallado,*

¼ litro de crema líquida,

sal.

2 cucharadas soperas de aceite,

En una besuguera de metal, cristal o
porcelana resistente al fuego se ponen 3
cucharadas

de aceite; después se lavan, se secan y
se salan las rodajas de merluza y se

ponen en la

besuguera. Se les echa en cada una un poco de pan rallado y por encima una avellana de

mantequilla. Se meten a horno mediano (previamente calentado) unos 25 minutos.

Mientras, en una sartén se ponen las 2 cucharadas soperas de aceite a calentar, se echa la

cebollita pelada y picada muy fina. Se dan unas vueltas con una cuchara de madera

hasta que está transparente (unos 5

minutos más o menos), se añade entonces el vaso de

vino y se cuece otros 8 minutos. Se retira del fuego y poco a poco se añade la crema. Se

abre el horno y se vierte por encima de las rodajas de merluza la salsa. Se apaga el

horno, pero se vuelve a meter la besuguera un ratito para que se caliente la salsa sin

hervir. A los 5 minutos, más o menos, se sirve en la misma fuente.

593.—RODAJAS DE MERLUZA AL

HORNO CON SALSA DE CREMA Y

CHAMPIÑONES (6 personas)

6 rodajas de merluza (mejor de la parte cerrada),

4 ramitas de perejil,

3 cucharadas de aceite fino,

2 cucharadas soperas de pan rallado,

40 gr. de mantequilla,

100 gr. de champiñones,

1½ limones,

1/4 litro de crema líquida,

*3/4 de vaso (de los de vino) de vino
blanco,*

sal.

En una besuguera de cristal o porcelana resistente al horno se pone el aceite.

Encima se

colocan las rodajas de merluza lavadas. secadas y saladas por las dos caras. Se rocían

con el vino blanco y el zumo de un limón y se colocan las ramitas de perejil entre las

rodajas. Se espolvorea cada una con un poco de pan rallado (un pellizco en cada una), se

pone un trozo de mantequilla encima de cada rodaja (reservando un trocito para los

champiñonesj. Se mete en el horno, previamente calentado, unos 5 minutos a fuego

mediano, hasta que las rodajas están hechas y con un bonito color dorado (más o menos

20 minutos).

Mientras la merluza se va haciendo, se

preparan los champiñones. te separan las cabezas

de los podúnculos. Se cepillan bien para quitarles la tierra, se lavan y se van echando en

agua con unas gotas de limón. Se cortan en láminas finas, se ponen escurridos en un

cazo con la mantequilla y el resto del zumo de limón. Se tapa el cazo y se dejan unos 10

minutos a fuego mediano.

Una vez hechos los champiñones, se les añade la crema líquida. Se revuelve

bien todo,

teniendo cuidado de calentar la crema un poco sin que cueza (pues se puede cortar).

Se quitan las ramitas de perejil a la merluza y se rocían con la salsa de los champiñones.

Se vuelve a meter la fuente en el horno casi apagado 5 minutos y se sirven en su misma

fuente.

594.—MERLUZA RAPIDA (6 personas)

6 rodajas de merluza (fresca o

2 dientes de ajo muy picados,

congelada),

1 cucharada sopera de perejil

1 vaso (de los de agua) de

picado,

aceite,

sal.

2 patatas medianas,

zumo de un limón,

Se descongelan las rodajas de merluza poniéndolas en agua fría que las cubra

bien y 3

cucharadas soperas de sal durante una hora, más o menos. Después se sacan, se lavan al

grifo y se secan; después se emplean normalmente.

Se pelan y se lavan las patatas. Se cortan en rodajas finas (algo menos de $\frac{1}{2}$ cm.) En una

sartén se pone el aceite a calentar y una vez caliente se ponen las patatas a freír; tienen

que freírse, pero sin dorar casi. Cuando están, se sacan.

En una fuente de cristal, barro o porcelana resistente al fuego se ponen las patatas y

encima se posan las rodajas de merluza. A la sartén donde se han frito las patatas se le

retira casi todo el aceite, dejando sólo un poco. Se rehogan los dientes de ajo hasta que

empiezan a dorarse. Se retira la sartén del fuego y se echa el perejil picado. Se revuelve

y se vierte por encima de las rodajas de merluza.

Se mete entonces la fuente en el horno, previamente calentado durante 5 minutos, y se

deja que se haga. Cuando la merluza está blanca (unos 15 minutos) está el pescado en su

punto. Justo en el momento de servirla y fuera del fuego, se sala y se echa el zumo de

limón. La gracia de este plato consiste en no echar ni la sal ni el limón antes de lo dicho,

por esto se insiste en ello.

Se sirve en seguida.

Nota.-Se puede hacer en el fuego en vez del horno, pero queda algo más seco.

**595.—RODAJAS DE MERLUZA
CONGELADA CON CEBOLLA (6
personas)**

6 rodajas de merluza congelada

2 cebollas grandes picadas (400

un poco gruesas y cerradas,

gramos),

5 cucharadas soperas de aceite

el zumo de 1 limón,

crudo,

sal.

Se descongela la merluza como en la receta anterior.

En una cacerola amplia se pone el aceite, se coloca más de la mitad de la cebolla picada

en el fondo, y sobre ella las rodajas de

merluza saladas que queden holgadas de sitio; se

rocían con el limón, se coloca el resto de la cebolla repartida encima de las rodajas de

pescado y se tapa la cacerola. Se pone a fuego lento durante unos 40 minutos.

Se pueden servir en una fuente, teniendo cuidado de sacar las rodajas enteras con una

espumadera, o se puede hacer en una fuente de cristal, porcelana o barro resistente a la

lumbre y servir en la misma fuente.

596.—COLA DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ALMENDRAS, AJOS Y VINO

BLANCO (6 personas)

1 ¼ a 1½ kg. de merluza fresca o congelada,

3 rebanadas de pan frito (de 1 cm. de grueso),

1 plato con harina,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

½ litro de aceite (sobrará).

1 vaso (de los de agua) bien lleno de

vino blanco,

2 patatas medianas,

½ vaso (de los de vino) de agua,

sal.

2 cucharadas soperas de aceite,

Salsa:

sal.

8 almendras,

3 dientes de ajo,

2 ramitas de perejil,

Si la merluza es congelada, se descongelará como en la receta 594.

Se preparan los filetes quitando las espinas y cortándolos en cuatro a lo largo.

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está caliente se fríen las rebanadas de

pan y se reservan. Después se pelan, se lavan y se cortan en rodajas finas las patatas y se

fríen, do mar era que estando fritas no se doren casi. Se colocan en el fondo de a fuente

de cristal, barro o porcelana (resistente al fuego) donde se hará la merluza.

El pescado, después de lavado y seco se sala ligeramente, se pasa por harina y se fríe

filete por filete. Se colocan en la fuente encima de las patatas.

En una sartén pequeña se ponen 2 cucharadas soperas de aceite a calentar y se fríe la

cebolla picada hasta que empiece a dorarse (unos 8 minutos).

Mientras tanto, en el mortero se machaca el pan frito, los dientes de ajo, el perejil

y las

almendras. Se vierte en la sartén de la cebolla y se añade el vino, el agua y un poco de

sal. Se cuece esta salsa durante 10 minutos, se cuela por un chino apretando mucho y se

echa por encima del pescado.

Se mete a horno mediano (previamente calentado durante 5 minutos), 10 minutos. Se

sirve en seguida en su misma fuente

597.—FILETES DE MERLUZA

CONGELADA AL HORNO CON COÑAC Y SALSA DE

TOMATE (6 personas)

6 filetes de merluza congelada,

2 cucharadas soperas de aceite

30 gr. de mantequilla,

frito,

*1 vaso (de los de vino) bien lleno de
coñac,*

1 cebolla mediana (80 gr.),

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o 1
ramillete con 1 cucharada (de las de
café) de harina (colmada), laurel,
tomillo, ajo y perejil),*

3 cucharadas soperas de pan rallado,

1 kg. de tomates,

30 gr. de mantequilla,

sal.

Se hace la salsa de tomate poniendo en una sartén el aceite a calentar; se echa la cebolla

pelada y picada y se rehoga unos 5 minutos hasta que se pone transparente; entonces se

añaden los tomates cortados en trozos y quitadas las simientes. Con el canto de una

espumadera se machacan y se refrién durante unos 10 minutos. Pasado este tiempo se

pasa por el pasapurés. se le añade la harina, la sal, el pellizco de hierbas aromáticas, se

refríe Otros 2 minutos y se reserva.

Se descongela la merluza, poniéndola un par de horas en una fuente sin nada. Una vez

descongelada se rocía con el coñac y se le da varias vueltas a los filetes para que se

impregnen bien. Se dejan más o menos

½ hora, se salan y se ponen en una fuente de

cristal o porcelana.

Se calienta la salsa de tomate y se le agregan 3 ó 4 cucharadas soperas del coñac de la

merluza. Se cuece durante unos 5 minutos la salsa para que espese un poco. Se vierte

por encima del pescado, se espolvorea con el pan rallado, se pone la mantequilla en

varios trocitos y se mete al horno durante 20 minutos, tiempo que necesita

la merluza

para hacerse.

Se sirve en seguida en su misma fuente.

598.—MERO ASADO (6 personas)

1½ kg. de mero en 1 ó 2 rodajas,

*6 patatas medianas cocidas con la piel
(facultativo),*

*un poco de aceite (½ vaso de los de
vino),*

sal.

2 ramitas de tomillo,

Con los dedos o, mejor, con una brocha, se pasa un poco de aceite por las dos caras del

mero. Se le pone sal y se mete a horno mediano. Este se habrá encendido 10 minutos

antes, bastante fuerte. Se pone una ramita de tomillo encima y se coloca en la misma

parrilla poniendo una besuguera sólo en el fondo del horno por si gotea el pescado. A

los 20 minutos se da la vuelta al mero, colocándole la otra ramita de tomillo. Se deja 10

minutos más y se sirve en seguida en una fuente caliente con platos calentados.

Se puede adornar con patatas cocidas y peladas, o simplemente con unos ramilletes de

perejil.

Se sirve aparte salsa en salsera. Esta puede ser una mousselina, bearnesa, mayonesa o

mantequilla derretida y ligeramente tostada con alcaparras, según guste más.

599.—MERO EN SALSAS VERDES (6 personas)

1½ kg. de mero en 2 rodajas

Se procede igual que en la receta 590, teniendo en cuenta que el mero, por ser más

anchas las rodajas, tardan algo más en cocerse.

600.—MERO A LA VASCA

Se procede igual que para las rodajas de merluza a la vasca (ver receta 591).

601.—MERO AL HORNO CON SALSA DE CREMA Y CHAMPIÑONES

Se hace igual que las rodajas de merluza

(receta 593).

**602.—FILETES DE MERO AL
HORNO CON VINO BLAN. CO Y
PICADITO DE
CEBOLLAS**

Se procede igual que para los filetes de lenguado (receta 559), dejando un poco más de

tiempo de horno.

**603.—MERO CON VINO BLANCO
AL HORNO**

Se procede igual que para el lenguado entero, teniendo en cuenta que al ser un

pescado

más grueso se tendrá que aumentar el tiempo de horno (receta 568).

604.—PALOMETA

Véanse las recetas en Castañola.

605.—PESCADILLAS FRITAS QUE SE MUERDEN LA COLA (6 personas)

6 pescadillas de ración,

sal,

1 plato con harina,

1 limón.

1 litro de aceite

En la pescadería se mandan vaciar y limpiar las pescadillas. Se lavan al chorro y se

secan muy bien con un paño limpio. Se salan un poco en la parte abierta de la tripa y por

el cuerpo. Se les mete la cola en la boca y se aprieta un poco para que los dientes a

agarren bien.

Se calienta el aceite, se pasan las pescadillas por harina y se fríen de dos

en dos para que

no tropiecen, hasta que tengan un bonito color dorado. Se escurren bien y se ponen en

una fuente adornada con trozos de limón sin pelarle a éste la cáscara. Se sirven recién

fritas.

**606.—PESCADILLAS ABIERTAS,
REBOZADAS Y FRITAS (6 personas)**

6 pescadillas de ración,

2 huevos enteros.

1 plato con harina,

1½ limón en trozos,

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

En la pescadería se manda quitar la cabeza, abrirlas y quitarles la espina central, pero

dejando la cola de las pescadillas.

En casa se lavan, se secan y se salan. Se pasan primero por harina, se sacuden para que

no quede demasiada, y se pasan por el

huevo bien batido como para tortilla. Se tendrá el

aceite caliente y se fríen (pero que no esté el aceite demasiado caliente, con el fin de que

se cuezan un poco por dentro antes de dorarse). Se fríen las pescadillas por tandas para

que no tropiecen y se sirven en una fuente con gajos grandes de limón sin pelar.

607.—PESCADILLAS AL HORNO CON VINO Y PASAS (6 personas)

6 pescadillas de ración,

1½ limón,

1 vaso (de los de vino) de moscatel

3 cucharadas soperas de aceite,

2 yemas de huevo,

50 gr. de mantequilla,

*1 puñadito de pasas de corinto (o
málaga),*

1 cucharada sopera de pan rallado,

sal.

En la pescadería se mandan limpiar las pescadillas, quitarles las cabezas y la

espina

central.

En casa se lavan bien y se secan. En una besuguera (de metal cristal o porcelana

resistente al horno) se pone el aceite en el fondo. Se salan y se doblan en dos como una

horquilla, con la piel para fuera. Se espolvorean ligeramente con pan rallado y se les

pone algo menos de la mitad de la mantequilla en varios trocitos. Se rocían con la mitad

del vino y el medio zumo de limón. y se meten a horno mediano 15 minutos.

Mientras tanto se les quitan los rabos a las pasas y se ponen en un cazo pequeño con lo

que queda del vino. Se calienta éste, pero sin que cueza y se retire del fuego, dejando las

pasas dentro para que se ablanden.

En una sartén pequeña se pone el resto de la mantequilla a derretir, el zumo del limón y

el vino con las pasas. Se calienta bien dando unas vueltas. En un tazón se ponen

las 2

yemas de huevo y se les agrega un poco de salsa, despacio y sin dejar de mover para

que no se cuajen. Se incorpora esto al resto de la salsa, se mueve bien y se vierte por

encima de las pescadillas, sacudiendo un poco la fuente para que la salsa se mezcle con

la de las pescadillas. Se apaga el horno y se deja unos 5 minutos más el pescado en él.

Se sirve en la misma fuente que se han

hecho.

608.—PESCADILLA AL HORNO (6 personas)

1 pescadilla de 1½ kg.,

4 cucharadas soperas de aceite fino,

El zumo de 1 limón,

50 gr. de mantequilla,

1½ cucharada sopera de pan rallado,

sal.

1 cucharada sopera de perejil picado,

En la pescadería se manda quitar la cabeza y abrir la pescadilla para quitarle la espina

central.

Se lava y se seca bien con un paño limpio.

En una besuguera se pone el aceite en el fondo. Se coloca la pescadilla abierta con la

piel tocando el aceite. Se sala, se roma con el perejil picado y luego con el pan rallado.

Se pone la mantequilla en trocitos encima de la pescadilla y se mete a

horno mediano

(que estará previamente calentado) unos 25 minutos, más o menos. Se sirve en la misma

fuelle.

609.—COLA DE PESCADILLA GRANDE RELLENA

Se prepara exactamente igual que va explicado en la cola de merluza rellena (receta

583). Como las pescadillas se compran siempre enteras, se podrá hacer con la parte de

cerca de la cabeza unas croquetas, para aprovechar esta parte que no se rellena bien.

610.—PESCADILLA GRANDE

Véase la receta del besugo al horno con tomate, cebolla y champiñones (receta 528).

Lubina al horno (receta 571),

Filetes de merluza rebozados y fritos (receta 578),

Merluza cocida (receta 574),

Rodajas de merluza guisada con chirlas (receta

589),

Cola de merluza al horno con

*Rodajas de merluza en salsa verde
(receta 590),*

tomates y queso rallado (receta 575),

*Rodajas de merluza a la vasca (receta
591).*

Pescadilla en rodajas o en filetes,

La mayoría de las recetas de merluza se pueden hacer con pescadilla.

**611.—PEZ ESPADA CON
CEBOLLA Y VINO BLANCO (6**

personas)

1 kg. de pez espada en filetes finos,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

2 cebollas grandes (300 gr.),

1½ vaso (de los de agua) de aceite,

1 plato con harina,

sal

1 vaso (de los de vino) de agua,

En una sartén se pone aceite a calentar; mientras se calienta se salan los filetes por las

dos caras y se pasan por harina. Se fríen rápidamente hasta que estén dorados.

Se separan y se reservan en un plato.

En una cacerola se pone un poco de aceite de freír el pescado (unas 3 cucharadas

soperas) se añade la cebolla, pelada y cortada en tiras finas y largas, que se refríen hasta

que se pongan transparentes (unos 5 minutos); se añade entonces el vino y el agua y se

cuece unos 10 minutos más a fuego lento y moviendo de vez en cuando con una

cuchara

de madera.

Se agrega el pescado y se deja unos 10 minutos hasta que está hecho. Se sirve en

seguida en una fuente.

612.—PEZ ESPADA A LA PARRILLA

*1 kg. de pez espada en filetes cortados
finos,*

4 cucharadas soperas de aceite,

3 dientes de ajo,

el zumo de 1 limón,

*2 cucharadas soperas de perejil
picado,*

sal.

Se ponen los filetes ya salados en una parrilla con fondo para que pueda recogerse la

salsa al final. Se pone la mitad del aceite en cada cara de los filetes, ajo muy picado (la

mitad) y la mitad del perejil. Se echa un poco de zumo de limón y se mete a horno

previamente calentado y fuerte. Una vez dorados por una cara (más o menos 10

minutos) se les da la vuelta a los filetes y se vuelve a poner aceite, ajo picado, perejil y

limón.

Una vez asados se ponen en una fuente caliente, se recoge el jugo que han soltado al

asarse, se vierte por encima de los filetes y se sirven con una ensalada de lechuga

aparte.

También se pueden acompañar de mayonesa servida aparte.

613.—PEZ ESPADA EMPANADO (6 personas)

1 kg. de pez espada en filetes finos,

1 litro de aceite (sobrará),

1 plato con pan rallado,

sal,

2 huevos,

salsa mayonesa con alcaparras.

Hacer una salsa mayonesa como va

explicado en la receta 94.

Freír el pescado, salándolo y pasándolo por huevo batido como para tortilla, y después

por pan rallado.

Los filetes se freirán por tandas, en aceite abundante. Escurrir bien después de frito y

servir en una fuente con la salsa en salsera aparte.

Se puede adornar la fuente con lechuga aliñada o con ramilletes de perejil frito y cada

filete con una anchos enrollada puesta encima.

614.—FILETES DE PEZ ESPADA CON SALSA DE GAM. SAS Y ALMEJAS (6

personas)

1 kg. de pez espada en filetes finos,

*unas hebras de azafrán (poco) o 1
pellizco en*

polvo,

¼ kg. de gambas,

1 diente de ajo,

1/4 kg de almejas (chirlas o chochas),

3 cucharadas soperas de jerez,

1/2 litro de aceite (sobrar ),

*1 1/2 vaso (de los de agua) de caldo de
cocer los*

plato con harina,

desperdicios,

1 cebolla grande (150 gr.),

agua y sal.

1 cucharada sopera colmada de harina,

Se lavan en varias aguas con sal las almejas. Se ponen en una sartén con un vaso (de los

de vino) de agua, y, a fuego vivo, se saltean hasta que se abran. Se sacan los bichos de

su concha y se reservan en un tazón con su jugo (colado por un colador de tela metálica

o incluso con una gasa).

Se les quitan las cabezas y los caparazones a las gambas, dejando sólo las colas en un

plato. Los desperdicios se cuecen en

agua y sal durante 10 minutos. Se cuele y se

reserva el caldo.

Se lavan, se secan y se salan los filetes de pescado. Se pasan por harina, ligeramente. En

una sartén se pone el aceite a calentar y se fríen muy rápidamente, por cada cara. Se van

colocando en una fuente de barro, cristal o porcelana resistente al fuego.

En un cazo o en la misma sartén se ponen a calentar unas 4 cucharadas soperas de aceite

de freír el pescado. Cuando está caliente se le añade la cebolla pelada y picada.

Se refría

hasta que empiece a dorar (unos 8 minutos), se añade entonces la harina.

Se revuelve un

par de minutos con una cuchara de madera, y, poco a poco, se añade el jerez, el caldo de

las chirlas y e! de las gambas (en total 1½ vaso de los de agua). Se machaca el azafrán,

con el diente de ajo pelado, en el mortero y se disuelve con 2 cucharadas soperas de

agua. Se incorpora a la salsa, se cuela ésta por el chino, apretando bien, y se vierte por

encima del pescado. Se añaden las colas de gambas y las almejas, se rectifica de sal y se

cuece a fuego mediano durante unos 8 minutos, sacudiendo de vez en cuando la fuente

para que se trabe la salsa.

Si hiciese falta se puedo agregar algo más de agua.

Se sirve en la misma fuente en que se ha hecho.

615.—RAPE ESTILO LANGOSTA
(6 personas)

*1¾ kg. de rape crudo, de la parte
ancha,*

1 huevo duro en rodajas, o gambas, etc.

pimentón (unos 100 gr.),

Salsa:

3 cucharadas soperas de aceite fino,

*mayonesa simple o mayonesa con
tomate y coñac,*

o vinagreta (recetas 94, 96, 90).

sal,

Adorno:

unas hojas de lechuga,

En la pescadería se manda quitar la piel y deshuesar el rape que tiene que ser de la parte

ancha, pero mejor cerrada; de lo contrario, se cortarán las aletas de la parte abierta.

Salen como 2 lomos. Se guarda el hueso.

En casa se lava el rape y se seca muy bien. Se ata con una cuerda fina como si fuese un

asado de carne. Se sala y con la punta de los dedos se unta con aceite primero y con

pimentón después, de forma que quede muy cubierto de rojo todo el trozo de rape.

Se ponen en una cacerola los trozos de rape y el hueso solos. Se tapa con tapadera y se

cuece a fuego mediano más o menos durante 30 minutos, volviendo los lomos de vez en

cuando. Estos se cocerán en el jugo que el rape va soltando.

Se sacan y se dejan enfriar puestos en la tabla de cortar la carne. En el momento de

servir el rape se quita la cuerda y se cortan en rodajas los lomos, de un dedo de grosor,

como la cola de langosta.

Se adorna la fuente y se sirve con la salsa en salsera.

Nota.-El caldo que ha soltado el rape al cocerse está muy bueno para aprovecharlo en

una sopa de pescado.

**616.—RAPE CON LECHE (6
personas)**

1½ kg. de rape en filetes,

*2½ vasos (de los de agua) de leche fría,
o ¾ litro*

escasos,

*1 cebolla grande (150 gr.) picada
menuda,*

*½ cucharada sopera de puré
concentrado de*

3 cucharadas soperas de aceite fino,

tomate,

30 gr. de mantequilla,

sal.

1½ cucharadas soperas de harina,

En una sartén se pone a calentar el aceite con la mantequilla. Cuando está derretida, se

echa la cebolla muy picada. Se deja unos 10 minutos para que se fría sin tomar color y

se añade la harina. Se vierte poco a poco la leche fría, dando vueltas para que no se

formen grumos. Después de echar toda

la leche se añade la cucharada de
concentrado de

tomate y el hueso del rape para que
cueza y vaya dando gusto, y un poco de
sal.

Antes de servir el rape se saca el hueso
y se sala ligeramente cada filete,
metiéndolos en

la salsa para que den un hervor durante
más o menos 10 minutos.

Tiene que estar poco tiempo porque el
rape se encoge mucho y se pone
correoso.

Se sirve en fuente de porcelana honda.

**617.—RAPE A LA AMERICANA
CON TOMATE, COÑAC Y VINO
BLANCO (6 personas)**

1½ kg. de rape en filetes,

1 buen pellizco de hierbas aromáticas,

8 cucharadas soperas de aceite,

6 tomates medianos bien maduros,

1 cebollita francesa (30 gr.),

el zumo de 1 limón,

1 diente de ajo grande,

1 cucharada sopera de perejil muy

picado,

½ vaso (de los de vino) de buen coñac,

1 plato con harina,

*1 vaso (de los de agua) bien lleno de
vino blanco sal y pimienta.*

seco,

En una sartén amplia se ponen 6
cucharadas de aceite a calentar. Se sala
cada filete, se

pasan por harina ligeramente y se ponen
en la Sartén a rehogar hasta que la carne
no

esté ya transparente sino blanca mate.
Como el rape suelta mucho caldo, éste se retira

volcando un poco la sartén y sujetando el pescado con una tapadera. Una vez bien

escurrido todo el caldo, se vuelven a poner 2 cucharadas soperas de aceite y se refríe

otro poco el rape. Se espolvorea con una cebollita pelada y picada menuda y se pone el

diente de ajo pelado y dado un golpe (con el fin de que desprenda más aroma). Se

espolvorea con las hierbas aromáticas, se echa el coñac, que se habrá puesto en un cazo

a calentar un poco y prendido con una cerilla para flamearlo. Después se añade el vino

blanco y los tomates partidos en trozos y quitadas las simientes. Se sala ligeramente y se

echa pimienta negra (un pellizco). Se tapa la sartén con una tapadera y se cuece a fuego

mediano más bien vivo durante 25 minutos. Se retiran los filetes de rape de la salsa y se

ponen en una fuente honda donde se vaya a servir.

Se pasa la salsa por el pasapurés, se añade el zumo de limón y se vierte sobre el rape. Se

espolvorea con el perejil picado y se sirve en seguida.

**618.—RAPE EN SALSA CON
TOMATES Y GUISANTES (6
personas)**

1½ kg. de rape en filetes.

2 tomates medianos (250 gr.).

¼ litro de aceite (1 vaso de agua bien

lleno),

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 plato con harina,

unas hebras de azafrán,

1 cucharada sopera de harina.

1 lata de guisantes pequeña (100 gr.)

1 cebolla grande (200 gr.),

agua y sal.

2 dientes de ajo,

En la pescadería se manda hacer filetes

con el rape.

Se lava el pescado y se seca con un paño limpio. Se pone el aceite a calentar en una

sartén, y, cuando está caliente, se reboza ligera. mente el rape con harina y se fríen un

poco (pasados por las dos caras rápidamente) los filetes. Se sacan y se reservan en un

plato.

En una cacerola se ponen unas 4 cucharadas soperas del aceite

de freír el rape. Se calienta y se echa la cebolla muy picada. Se deja dorar, dándole unas

vuelatas con una cuchara (unos 8 minutos). Se añaden entonces los tomates pelados y

cortados en trozos, quitándoles la simiente. Se refríen bien (unos 10 minutos) y se

agrega la harina, y, poco a poco, agua suficiente para que cubra el pescado (1½ vaso de

los de agua, primero, y al poner el pescado se ve si basta o no).

En un mortero se machacan los dientes de ajo, pelados, con la sal y el azafrán.

Una vez

machacados se les añade un par de cucharadas soperas de caldo de la salsa y se vierte

esto en la salsa. Se prueba de sal, rectificando si hiciese falta.

Se da un hervor de unos 10 minutos, y se agrega entonces el rape. Se cuece todo junto

otros 10 minutos más y se añaden los guisantes; se mueve todo bien y se vierte en la

fuelle donde se vaya a servir,
espolvoreando ésta con perejil picado.

819.—BOUILLABAISSE DE RAPE Y PATATAS (6 personas)

1 kg. de rape,

*1 cucharada (de las de café) de
concentrado de*

tomate,

½ kg. de patatas,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cebolla mediana (150 gr.),

6 cucharadas soperas de aceite,

2 dientes de ajo,

el zumo de ½ limón,

unas hebras de azafrán,

agua y sal.

1 cucharada sopera de perejil picado,

Se lava y se seca bien el rape,
quitándole la piel negra si la tiene. Se
corta en trozos más

bien grandecitos y se ponen en una
ensaladera para que macere unas 3 ó 4
horas, con la

siguiente preparación vertida en la ensaladera con el rape.

En el mortero se machaca el azafrán, un diente de ajo y un poco de sal. Se disuelve con

el vino blanco. Se vierte esto en la ensaladera, con 2 cucharadas de aceite, el zumo del

$\frac{1}{2}$ limón y $\frac{1}{2}$ vaso (de los de vino) de agua. Se revuelve de vez en cuando.

Al ir a hacer la bouillabaisse, se cuecen los desperdicios del rape con el hueso en un

poco de agua y sal. Una vez cocido se

cuela este caldo.

En una cacerola se pone el resto del aceite a calentar. Cuando está caliente se rehoga la

cebolla pelada y picada menuda, así como el diente de ajo (éste entero) - Cuando está

todo dorado se añaden las patatas peladas, lavadas y cortadas en rodajas no muy finas y

partidas por la mitad si la patata es grande; se rehopan un poco y se les agrega el caldo

de los desperdicios y un poco más de

agua si hiciese falta, para que las cubra bien, y un

poco de sal. Se dejan cocer a fuego vivo unos 20 minutos (más o menos, para que no se

deshagan las patatas). Pasado este tiempo se añade el pescado con su maceración, se

revuelve bien y se deja cocer unos 10 minutos más, rectificando de sal si hiciese falta.

Se sirve en fuente honda con su caldo y se espolvorea con el perejil en el momento de

servir.

Se toma en plato sopero.

**620.—RAYA COCIDA CON SALSA
DE MANTEQUILLA NEGRA Y
ALCAPARRAS (6**

personas)

1 raya de 1.250 a 1.500 kg.,

*½ vaso (de los de vino) de buen
vinagre,*

150 gr. de mantequilla,

1 cebolla mediana (150 gr.),

2 cucharadas soperas de alcaparras,

2 hojas de laurel,

sal.

10 gr. de pimienta (10 bolitas).

Caldo corto:

sal.

agua abundante,

En la pescadería se manda cortar la raya en tres trozos en el sentido de las espinas,

quitándole la cabeza y la cola; también

se recorta todo alrededor hasta donde empieza la carne.

Lávese muy bien en casa y póngase en una cacerola amplia con los ingredientes indicados para el caldo corto. Cuando rompe el hervor a borbotones, se baja el fuego y

se deja unos 25 minutos cociendo muy despacio.

Se sacan los trozos de raya, se quitan las dos pieles (la negra y la blanca) y se pone bien

escurrido el pescado en trozos en la fuente de servir.

En una sartén se pone la mantequilla a derretir y cuando empieza a tener un color

tostado (cuidando de que no llegue a quemarse) se separa del fuego y, con cuidado, se

ponen las alcaparras con algo de su jugo. Se calienta un poco y se vierte por encima del

pescado, que se servirá en seguida, en platos calientes.

621.—RAYA EN GELATINA CON

MAYONESA DE ALCAPARRAS (6 personas)

1 kg. de raya,

½ litro de agua,

caldo corto como en la receta anterior,

2 cucharadas soperas de jerez,

mayonesa verde (receta 95),

unas hojas de lechuga,

*2 cucharadas soperas de gelatina
(Maggi, Royal, 2 tomates rojos pero
duros,*

etc.),

sal.

Se prepara y cuece el pescado igual que en la receta anterior. Una vez cocido, se escurre

y se quitan las espinas dejando el pescado en trocitos (o se aprovecha un resto).

Se prepara $\frac{1}{2}$ litro de gelatina según va explicado en el envase de la marca elegida y se

le añade el jerez, o se compra gelatina hecha y se derrite al baño maría.

Se pone un poco de gelatina en un molde redondo de 5 cm. de borde; se deja cuajar y se

pone el pescado en trocitos. Se vierte el resto de la gelatina y se deja cuajar unas 3 horas

en sitio fresco.

Al ir a servir el pescado se pasa un cuchillo todo alrededor del molde y se vuelca en una

fuenta redonda. Se adorna con unas hojas de lechuga y rajas de tomate y se sirve así,

con mayonesa aparte.

Esta gelatina se puede hacer con cualquier pescado un poco firme: besugo, merluza, lubina, etc.

622.—MANERA DE COCER EL RODABALLO

En la pescadería se escogerá un rodaballo (o parte de él, si son pocos comensales) que no sea muy grande, pues siendo así es más fina la carne. Se manda quitar la cabeza, las tripas, la cola, las aletas y las barbas que tiene todo alrededor.

Se lava muy bien con agua fresca y abundante. Se espolvorea de sal y se pone en una

besuguera un poco inclinada para que escurra durante unas 2 horas. Pasado este tiempo,

se vuelve a lavar y se coloca en la rejilla de la pesquera (con la piel oscura hacia abajo).

Con un cuchillo bien afilado (si se cuece el pescado entero) se hacen 2 tajos, uno a cada

lado de la espina dorsal y bien profundos.

Se cuece en caldo corto con leche (receta 504).

Se pone a fuego vivo y cuando baja el hervor se baja el fuego, de forma que cueza muy

lentamente durante unos 25 a 30 minutos por cada kg. de pescado.

No se saca antes de servir, como los demás pescados. Se puede conservar en el caldo

corto una $\frac{1}{2}$ hora, pero sin que cueza antes de servirlo.

Si se sirve frío, se dejará enfriar en su caldo antes de sacarlo. Se tendrá que

escurrir muy

bien antes de servirlo, puesto sobre una servilleta doblada. Se le quita la piel antes de

servir.

Si se va a servir en filetes, se mandarán hacer éstos por el pescadero. que tiene más

costumbre.

Se calculan 200 gr. en crudo por comensal.

623.—RODABALLO COCIDO

Servido caliente:

Se cuece como está explicado anteriormente y se sirve caliente con la salsa aparte:

Holandesa (receta 76), o mouselina (receta 75). o mantequilla negra con alcaparras

(receta 87.

Servido en frío:

Mayonesas y sus variaciones.

624.—FILETES DE RODABALLO AL HORNO (6 personas)

1¼ kg. de rodaballo (en filetes),

*1 vaso (de los de vino) bien lleno de
vino blanco,*

3 cucharadas soperas de aceite,

1 vaso (de los de vino) de agua,

50 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil

2 cucharadas soperas de pan rallado, picado.

1 cebolla grande (200 gr.), sal.

Se mandan hacer los filetes en la pescadería y se lavan muy bien en casa.

En una besuguera de metal, cristal o porcelana, resistente al horno, se pone el aceite. Se

echa la mitad de la cebolla muy picada. Se posan los filetes de rodaballo, se

salan, se

espolvorean con la cebolla que queda mezclada con el perejil y después con el pan

rallado. Se pone a mantequilla en trocitos repartida por encima de los filetes. Se

mezclan el agua y el vino y se rocía todo alrededor de la fuente.

Se mete a horno mediano, previamente calentado 5 minutos, durante unos 45 minutos,

rociando de vez en cuando con el caldo de la besuguera.

Se sirve en la misma fuente donde se ha hecho.

**625.—RODABALLO AL HORNO
CON MEJILLONES (6 personas)**

1¼ a 1½ kg. de rodaballo en un trozo,

2 yemas de huevo,

1 kg. de mejillones,

1 cucharada sopera de perejil picado,

*1 vaso (de los de vino) de buen vino
blanco,*

sal.

2 cucharadas soperas de aceite fino,

Caldo corto con leche:

25 gr. de mantequilla,

agua fría,

*1 cucharada sopera colmadita de
harina,*

leche,

*1 vaso, más o menos (de los de agua),
de caldo (o rodajas de limón,*

*agua y una pastilla de Maggi, Gallina
Blanca, etc.),*

1 hoja de laurel,

sal y pimienta en grano.

Véase receta 504.

Se lava muy bien el rodaballo en varias aguas, después se sala ligeramente y se deja

escurrir en un plato inclinado por un lado para que expulse el agua.

Después de esto se prepara el caldo corto con leche, se pone el rodaballo encima de la

rejilla, se sumerge en el líquido de la pesquera y se cuece (más o menos 40

minutos)

muy lentamente, de modo que el agua haga sólo burbujas muy pequeñas.

Mientras se cuece, se limpian muy bien los mejillones, quitándoles las barbas.

Se lavan

y se ponen en una sartén. Se rocían con el vino blanco y a fuego mediano se saltean para

que se abran. Una vez abiertos se saca el bicho de su concha y se reserva. Se cuele el

caldo por un colador y una tela fina puesta dentro de éste.

En una sartén se pone el aceite y la mantequilla a calentar; cuando ésta está derretida se

añade la harina, se dan unas vueltas y, poco a poco, se añade el agua de los mejillones y

después el caldo en la proporción que haga falta. Se cuece unos 10 minutos sin dejar de

dar vueltas a la salsa, y se echa sal.

En la fuente donde se vaya a servir el rodaballo se coloca éste sin piel y en trozos

grandes, pero sin espinas.

En un tazón se ponen las yemas y se revuelven con un poco de salsa, con mucho

cuidado para que no se cuajen. Se agrega entonces lo del tazón a la salsa, así como los

mejillones. Se revuelve bien y se vierte por encima del rodaballo. Se espolvorea muy

ligeramente con el perejil, y se sirve.

626.—SALMON COCIDO

Se cuece el salmón en un caldo Corto especial o con vino blanco, en rodajas, o la cola

entera, e incluso el salmón entero teniendo muchos comensales y una pesquera bastante

grande (véanse recetas 645 y 501).

Ha de tenerse en Cuenta que, una vez roto el hervor fuerte, se debe balar el fuego para

que cueza el salmón muy lentamente. El tiempo es de unos 25 minutos por cada kg. de

pescado.

Se puede servir frío o caliente con varias salsas.

Caliente: Con salsa holandesa, muselina, etc.

Frío: Con toda clase de mayonesas.

Se suele poner una servilleta doblada en la fuente de servirlo para que empape el agua.

Se adorna con unas patatas cocidas y unos ramitos de perejil.

627.—SALMON ASADO (6 personas)

3 rodajas grandes o 6 pequeñas de salmón,

1 vaso (de los de agua) de aceite fino,

sal.

Salsas: Cualquier mayonesa simple o historiada.

Se lava y se seca muy bien el pescado.
Se pone el aceite en una fuente y se ponen las

rodajas encima. Se les da la vuelta de vez en cuando, dejándolas en total una hora

macerando en el aceite.

Pasado este tiempo se sacan, se salan por las dos caras. Se unta de aceite (que sobra del

adobo del salmón) una parrilla, se calienta bien al horno y se ponen las rodajas de

pescado en la parrilla, poniendo una besuguera debajo de la parrilla para recoger lo que

gotee. Se vuelven las rodajas un par de veces, con cuidado, para que no se pegue el

salmón.

Se verá que está ya asado el salmón y en su punto cuando al tratar de sacar el hueso

central de la rodaja con un tenedor

pueda éste salir fácilmente.

Se sirve en una fuente previamente calentada, con la salsa en salsera aparte.

628.—RODAJAS DE SALMON AL HORNO CON MANTEQUILLA (6 personas)

3 rodajas grandes o 6 pequeñas de salmón,

100 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de agua) de aceite fino,

1 cucharada sopera de perejil picado,

sal.

Se lava bien el pescado y se seca con un paño limpio. Se pone el aceite en una fuente

amplia y se posan las rodajas de salmón encima, sin que monten unas encima de otras.

Se dejan $\frac{1}{2}$ hora y se vuelven para que la otra cara toque el aceite.

Se retiran y se escurren un poco las rodajas, se salan por las dos caras y se colocan en

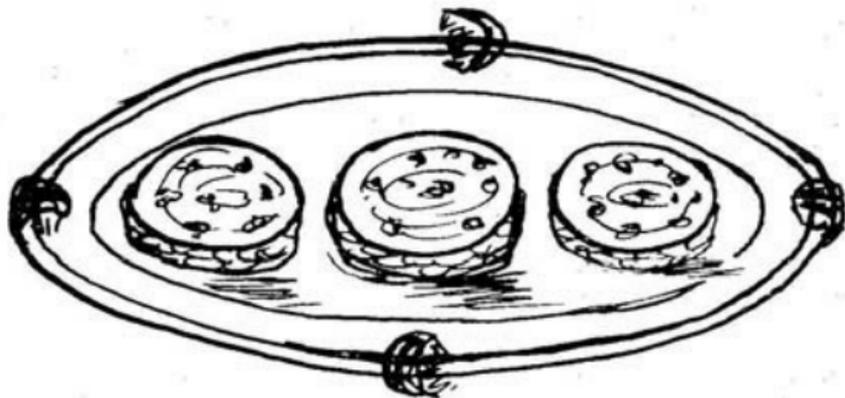
una besuguera de porcelana o cristal resistente al horno. Se pone en cada rodaja un buen

trozo de mantequilla y se meten a horno mediano hasta que estén bien doradas, más o

menos 1/2 hora. Se recoge varias veces el jugo y se rocía el pescado con él mientras se

cuece. Se saca del horno, se espolvorea con el perejil y se adorna la fuente con gajos de

limón enganchados en el borde de la besuguera. Para esto se separa la piel del limón



como si se fuese a pelar, algo menos de la mitad de la altura de cada gajo de limón. Se

sirve.

629.—MEDALLONES DE SALMON EMPANADOS (6 personas)

1 kg. de salmón,

2 huevos,

½ kg. de champiñones frescos,

1 plato con harina,

40 gr. de mantequilla,

1 plato con pan rallado,

el zumo de ½ limón,

1 litro de aceite (sobrará),

½ litro de crema líquida (o bechamel),

sal.

En la pescadería se manda quitar la piel

y las espinas del salmón y se corta en filetes,

que se aplastan un poco.

En casa se lavan y se secan muy bien los filetes y se salan.

Se limpian bien los champiñones, lavándolos al chorro, y se cortan si hace falta, en

trozos más bien grandes. Se ponen en un cazo con la mantequilla, un poco de sal y el

zumo del $\frac{1}{2}$ limón. Se ponen a fuego mediano. salteándolos de vez en cuando. Después

de unos 10 minutos se retiran y reservan al calor.

En una plato sopero se baten los huevos como para tortilla. Se pasan los filetes de

salmón, primero por harina muy ligeramente, después por huevo y por último por pan

rallado.

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto (esto se comprueba

friendo una rebanadita de pan) se fríen los filetes por tandas para que no

tropiecen. Se

reservan al calor colocándolos en la fuente donde se vayan a servir.

En el cazo de los champiñones se va añadiendo poco a poco la crema líquida, moviendo

bien con una cuchara de madera, para que al calentar ésta no cueza y no se corte.

Cuando esta salsa está bien caliente, se vierte por encima del pescado o se sirve en

salsera aparte.

Nota.-Si no se tiene crema líquida, se puede sustituir por bechamel clarita:

1 cucharada sopera de harina.

2 cucharadas soperas de aceite,

20 gr. de mantequilla.

½ litro de leche fría.

(Véase receta 67).

630.—MANERAS DE ADEREZAR EL SALMON AHUMADO

Sea para canapés o sea para plato, el salman ahumado se puede servir con varios

acompañamientos, según el gusto de cada cual.

- 1) Un picadito de cebollas francesas.
- 2) Un picadito de huevo duro.
- 3) Unas gotas de zumo de limón, etc.

Nota.-El salmón ahumado mejora mucho si se rocía con un poco de aceite de oliva fino

antes de cualquier aderezo.

**631.—SALMON A LA PESCADORA
(AL HORNO, CON GAMBAS Y
MEJILLONES) (6**

personas)

1 kg. de salmón (en 2 rodajas,

1¼ vaso (de los de vino) de vino blanco,

¼ kg. de gambas grandes.

1 vaso (de los de agua) de agua.

½ kg. de mejillones,

1 limón,

6 cucharadas soperas de aceite,

2 yemas de huevo,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

1 cucharada sopera de leche fría,

un plato con harina,

60 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil picado,

sal.

Se lavan y se secan muy bien las dos rodajas de salmón. Se salan las dos caras y

después se pasan, también las dos caras, por harina.

En una besuguera se pone el aceite y la cebolla muy picada. Se posa el salmón encima,

se rocía con el zumo de limón y el vino blanco. Se colocan las gambas peladas

alrededor y unos trozos de mantequilla encima de cada rodela (más o menos la mitad de

la mantequilla). Se cubre la besuguera con un papel de plata y se mete a horno

moderado (previamente calentado) unos 30 minutos.

Mientras tanto se limpian las barbas de los mejillones, se lavan muy bien y se

ponen en

un cazo con algo de sal y 1 vaso (de los de agua) de agua, a fuego moderado. Se saltea

de vez en cuando el cazo y cuando están abiertos los mejillones se retiran del fuego. Se

quitan los bichos de sus conchas, se cuela por un paño fino el agua de cocerlos, dejando

la justa para que los cubre y no se sequen.

Se pone el salmón con cuidado (con una espumadera) en una fuente; se colocan

las

gambas alrededor y se cubre con el papel de plata. Se tiene así en el horno (apagado)

para que no se enfríe.

En un tazón se mezclan las yemas de huevo con la cucharada de leche. En un cazo se

echa la salsa del pescado de la besuguera colada por un colador, y los mejillones con su

caldo; se mezcla y calienta bien y se añade un poco de esta salsa a las yemas, teniendo

cuidado de mover bien para que no se cuezan y corten. Se mezcla todo, se añade el

perejil picado, se vierte por encima del salmón y se sirve en seguida.

Nota.-Si se quiere la salsa un poco más trabada, se disuelve con la leche 2 cucharadas

(de las de café) de fécula de patata, se añade a la seise de la besuguera, se cuece un par

de minutos y se une esto a la crema con las yemas. Se espolvorea el perejil.

632.—SALMONETES AL HORNO

(6 a 8 personas)

6 salmonetes de ración (200 gr. cada uno),

80 gr. de mantequilla,

4 cucharadas soperas de aceite,

el zumo de un limón,

sal.

6 rodajas de limón,

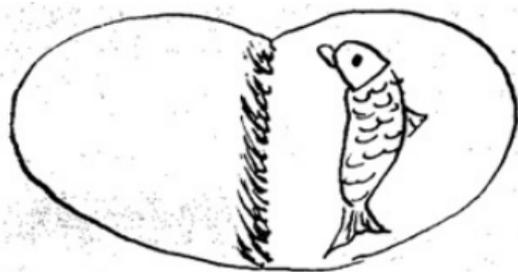
Se mandan limpiar los salmonetes en la pescadería.

Se lavan y se secan bien los salmonetes.

Se les hacen dos rajadas en el lomo. En una

besuguera de metal, cristal o porcelana resistente al horno se pone el aceite, cuidando de

que quede todo el fondo cubierto, Se ponen los salmonetes con un poco de sal en la



tripa y media raje de limón en cada tajo. Se colocan de forma que no monten unos

encima de otros. Se salan ligeramente, se rocían con el zumo de limón y se pone la

mantequilla en trocitos por encima del pescado. Se meten en el horno (previamente

calentado) durante más o menos 25 minutos y se sirven en la misma fuente donde se

han hecho.

633.—SALMONETES AL HORNO ENVUELTOS EN PAPEL (PAPILLOTES) (6 a 8

personas)

Este guiso tiene la ventaja de que el pescado puede esperar un buen rato antes de

servirlo sin que se reseque, y que además no se extienda el olor a pescado.

6 salmonetes de ración (200 gr. más o menos cada ramitas de tomillo o de hinojo),

uno),

sal,

1 cebolla grande (250 gr.),

6 hojas de papel de barba blanco.

6 cucharadas soperas de aceite.

*unos pellizcos de hierbas aromáticas (o
unas*

Córtense las bolas de papel 5 cm. más
largas que los salmonetes y después
darles la

forma de un corazón.

En la pescadería se mandan limpiar los
salmonetes. Se salan por las dos caras y
por

dentro de la tripa. Se pica la cebolla
muy fina. Se Unta cada salmonete por
las dos caras

con bastante aceite. Se pone un poco de cebolla en el papel y se posa el salmonete

encima. Se espolvorea con un pellizco de hierbas aromáticas o, si no se tienen, se pone

en la tripa una ramita de tomillo o de hinojo. Se espolvorea el lomo de cada salmonete

con cebolla y se cierra el papel por los bordes.

Se posan los 6 paquetes encima de una parrilla y ésta sobre una besuguera o placa de

horno (esto para que el fuego no les dé directamente). Se enciende el horno unos 15

minutos antes de meter los salmonetes con calor mediano. Se meten los salmonetes y se

ponen a horno mediano más bien bajo. Se dejan unos 30 minutos.

Para que el gusto sea bueno, el papel no ha de tostarse.

Pasado este tiempo, se sacan y se sirven en su papel en una fuente.

634.—SALMONETES AL HORNO CON PAN RALLADO Y VINO

RANCIO (6 personas)

6 salmonetes de ración (200 gr. más o menos),

1 cebolla pequeña (50 gr.),

4 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de pan rallado,

el zumo de ½ limón,

50 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de vino) de vino rancio (moscatel, sal.

etc.),

Se limpian los salmonetes, quitándoles las tripas y las escamas. Se lavan y se secan muy

bien. Se salan en la parte de la tripa y por los dos lomos.

En una fuente de cristal o porcelana resistente al horno se pone el aceite y la cebolla

muy picada. Se colocan los salmonetes de forma que no monten unos encima de otros.

Se les hace un tajo con un cuchillo en el lomo y se rocían con el limón y el vino rancio.

Se espolvorean con pan rallado y se pone por encima, en trocitos. la mantequilla. Se

meten a horno mediano, previamente calentado, unos 30 minutos, hasta que estén bien

dorados, y se sirven en su misma fuente.

635.—SALMONETES FRITOS (6 personas)

12 salmonetes,

sal,

1 plato con harina,

1 limón cortado en gajos.

1 litro de aceite (sobrará),

Se quitan las tripas y las escamas de los salmonetes. Se lavan y se secan muy bien. Se

salan por los dos lomos y en el hueco de la tripa.

Se pone el aceite a calentar y, cuando está en su punto, se pasa cada salmonete por

harina y se fríen en tandas, pero sin que tropiecen en la sartén. Una vez bien dorados, se

ponen en una fuente adornada con trozos de limón (con cáscara) y se sirven en seguida.

**636.—SALMONETES EMPANADOS
A LA PARRILLA, CON SALSA
MAYONESA (6**

personas)

6 salmonetes de ración,

el zumo de un limón.

1 vaso (de los de agua) de aceite,

pan rallado en un plato,

sal.

Mayonesa. (Véase receta 95.)

Se quitan las tripas y las escamas de los salmonetes. Se lavan y se secan muy bien. En

una fuente se pone el aceite y el limón. Se salan ligeramente los salmonetes por los

lomos y por el hueco de la tripa. Se ponen durante 2 horas a macerar en el aceite,

dándoles de vez en cuando la vuelta. Pasado este tiempo, se pasan por el pan rallado,

que queden bien cubiertos. Se ponen a

horno caliente en una parrilla untada con aceite

(con un pincel). Cuando están bien dorados por un lado, se les da la vuelta (en total unos

45 minutos). Se sirven en una fuente, con la mayonesa aparte en salsera.

637.—SARDINAS FRITAS (6 personas)

1½ kg. de sardinas medianas,

1 limón en trozos,

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

1 plato con harina,

Se limpian las sardinas quitándoles la cabeza y las tripas, pero sin abrirlas. Se lavan y se

secan muy bien y se salan ligeramente. En una sartén se pone el aceite a calentar;

cuando está en su punto, se pasa cada sardina por harina, por las dos caras, y se fríen por

tandas para que no tropiecen. Se sacan cuando están doradas y se ponen en una fuente,

reservándolas en Sitio caliente hasta que se terminen de freír todas.

Se adorna la fuente con trozos de limón y se sirven en seguida.

Nota.-También se pueden hacer abiertas. Se les quita entonces la cabeza y la espina

central y se procede igual.

**638.—SARDINAS REBOZADAS
CON HUEVO Y FRITAS (6 personas)**

1½ kg. de sardinas de tamaño mediano,

2 huevos,

1 litro de aceite (sobrará),

1 limón en trozos (sin quitarle la piel),

1 plato con harina,

sal.

Se les quita la cabeza y la espina a las sardinas, se lavan bien, se secan y se salan

ligeramente por las dos caras dejándolas abiertas. Se pone el aceite a calentar en una

sartén; cuando está en s punto, se pasa cada sardina por harina, agarrándolas por la cola

(que no se habrá quitado) y sacudiéndolas para que caiga la harina sobrante, y luego por

huevo (batidos como para tortilla, en un plato hondo).

Se fríen en tandas para que no tropiecen demasiado. Una vez fritas, se escurren en un

colador grande y se reservan en sitio caliente.

Una vez fritas todas, se ponen en una fuente adornada con trozos de limón y se sirven

en seguida.

**639.—SARDINAS AL HORNO CON
VINO BLANCO Y PAN RALLADO
(6 personas)**

1½ kg. de sardinas más bien grandes,

3 cucharadas soperas de pan rallado,

5 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de perejil picado,

*1 vaso (de los de vino) no lleno de vino
blanco,*

el zumo de ½ limón,

sal.

40 gr. de mantequilla,

Se les quitan las cabezas y las espinas a las sardinas. Se lavan y se secan muy bien.

Se salan ligeramente por la parte de dentro (donde se ha quitado la espina).

En una besuguera de porcelana o cristal resistente al horno se pone el aceite. Se

colocan las sardinas crudas de forma que no se monten unas encima de otras. Se

rocían con el vino blanco y el zumo de limón. Se espolvorean con el perejil picado y

después con el pan rallado. *Se les pone la mantequilla en trocitos por encima y se*

meten al horno medianamente caliente durante unos 25 minutos, rociándolas de vez en

cuando con su jugo.

Se sirven en la misma fuente.

**640.—SARDINAS AL HORNO
RELLENAS DE ESPINACAS (6
personas)**

1½ kg. de sardinas más bien grandes,

4 cucharadas soperas de aceite,

1½ kg. de espinacas,

40 gr. de mantequilla en trocitos,

100 gr. de mantequilla,

agua,

2 cucharadas soperas de pan rallado,

sal.

Véase en el capítulo de verduras la manera de cocer las espinacas (receta 356). Una vez

cocidas y bien escurridas, se pican con un machete y se ponen en una sartén con los 100

gr. de mantequilla. Se rehogan muy bien y se dejan al calor en espera.

Se quitan las cabezas y las espinas de las sardinas. Se lavan y se secan muy bien y

se ponen en una mesa con la parte de la espina por arriba. Se salan ligeramente. En el

centro de cada sardina se pone un poco de espinacas. Se enrolla cada sardina.

En una fuente resistente al horno se ponen las 4 cucharadas soperas de aceite, que cubran

todo el fondo de la fuente. Se colocan

las sardinas unas junto a otras. Se espolvorean con

el pan rallado y se pone la mantequilla reservada en trocitos. Se meten al horno previamente

calentado y a fuego mediano unos 30 minutos. Se sirven en la misma fuente.



EN ESCABECHE

1 kg. de sardinas (no muy grandes),

2 dientes de ajo,

1 plato con harina,

1 vaso (de los de agua) de vinagre no muy lleno,

1 litro de aceite (sobrará),

1 vaso (de los de agua) de agua no muy lleno,

2 hojas de laurel,

sal.

6 granos de pimienta,

Se limpian las sardinas quitándoles la cabeza, las tripas y la es pina. Se lavan y se

secan muy bien. Se salan ligeramente, se vuelven a doblar y se pasan por harina.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se van friendo las sardinas por tandas. Se

ponen en una fuente un poco honda y unas encima de otras, pero no muy apretadas.

En una sartén pequeña se ponen unas 5 cucharadas soperas de aceite del de

freír las

sardinas (pero colado por un colador de tela metálica). Se fríen las hojas de

laurel, la pimienta y los dientes de ajo. Una vez bien dorados y fuera del fuego, se

añade el vinagre y el agua. Se vuelve a poner al fuego y se cuece unos 5 minutos,

después de los cuales se vierte por encima de las sardinas para que queden bien

cubiertas. Se sacude un poco la fuente y se deja enfriar antes de comerlas.

No pongo cantidades por personas, pues estas sardinas se toman más bien de aperitivo o

de entremeses.

642.—TRUCHAS FRITAS:

1.a manera:

Se escogen las truchas de 150 gr. más o menos (más pequeñas no tienen carne y mayores no se fríen bien). Se destripan, se escaman, se lavan y se secan muy bien.

Se salan en la parte de la tripa y los lomos y se tienen así 10 minutos para

que

penetre bien la sal. Se pasan por leche y después por harina y se fríen en una

sartén amplia y con aceite abundante durante unos 10 minutos, más o menos.

Se sirven en seguida con trozos de limón (con su piel).

2.a manera:

Se escogen y limpian igual que las anteriores. Se pone una sartén amplia bien llena de

aceite y se pasan por harina muy ligeramente y después por huevo batido

como

para tortilla y luego por pan rallado. Se fríen unos 10 minutos y se sirven

también con limón.

643.—TRUCHAS A LA MOLINERA
(6 personas)

12 truchas pequeñas (125 a 150 gr. por pieza),

½ litro de aceite (sobrará),

1 plato con harina,

el zumo de un limón,

1 plato con leche fría,

1 cucharada sopera de perejil,

100 gr. de mantequilla,

sal.

Se destripan las truchas, se escaman, se lavan y se secan muy bien con un paño limpio.

Se salan en la parte de la tripa. Se pone en una sartén el aceite a calentar. Se pasan las truchas primero por leche y luego por harina y se fríen por tandas y con el aceite no demasiado caliente, para que se cuezan por dentro antes de dorarse por fuera. A medida que están

fritas, se salan por las dos caras y se ponen en la fuente donde se vayan a servir y se reserva ésta al calor (horno bajo, o encendido primero fuerte y luego apagado). Se vacía todo el aceite de la sartén y se pone a derretir la mantequilla a fuego mediano para que quede transparente; una vez líquida toda la mantequilla, fuera del fuego se le añade el zumo de limón, se mezcla bien y se echa por encima de las truchas. Se espolvorea el perejil y se sirve en seguida.

**644.—TRUCHAS ESTILO SAROBE,
VARIANTE DE LAS TRUCHAS A
LA MOLINERA (6**

personas)

12 truchas pequeñas (de 125 a 150 gr. cada una),

el zumo de 1½ limones,

tocino de jamón, 350 gr. (más o menos),

50 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil muy picado,

sal.

Se vacían, se escaman, se lavan y se secan las truchas. Se salan copiosamente

por los

dos lomos y por el sitio de la tripa y se dejan reposar así 10 minutos con el fin de que

se salen bien. En una sartén se derriten los trozos de tocino de jamón (que no esté

rancio). Una vez derretido, se quitan los chicharroncillos formados y en la grasa

caliente se colocan las truchas (en dos tandas, por ejemplo, para que no se monten

unas encima de las otras). Se fríen muy despacio con la sartén tapada durante 3

minutos y luego con mucho cuidado se les da la vuelta y se dejan otros 3

minutos con la sartén también tapada. Luego se retira ésta del fuego y se dejan

reposar las truchas un minuto. Se trasladan con cuidado a una fuente de metal o

porcelana resistente al fuego y se reservan al calor. Una vez fritas todas las truchas,

se rocían con el zumo de limón, se espolvorean con el perejil y se pone la

mantequilla en trocitos por encima de las truchas. Se mete al horno mediano, y

cuando la mantequilla está derretida se sirven rápidamente en su misma fuente.

645.—TRUCHA ASALMONADA EN CALDO CORTO ESPECIAL (3 personas)

1 trucha asalmonada de ½ kg. más o menos,

1 loncha de tocino veteadado de 100 gr.,

25 gr. de mantequilla,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

2 cucharadas soperas de aceite,

½ litro de vino blanco,

2 ó 3 zanahorias medianas (150 gr. las 2 ó 3),

½ litro de agua,

1 cebolla mediana (50 gr.),

pimienta y sal, una cucharada sopera.

Salsa holandesa:

Véase receta, 76. Se sirve en salsaera aparte.

Se vacía, se escama, se lava y se seca bien la trucha. Se sala por dentro de la tripa y por los lomos y se deja reposar así unos 10 minutos para que penetre bien la sal.

En una sartén honda se pone la mantequilla y el aceite a calentar, mezclados. Cuando están calientes, se echan las zanahorias, la cebolla y el tocino, todo ello cortado en trocitos. Se rehoga bien, se sala ligeramente y se añaden las hierbas aromáticas y la pimienta. Se dan unas vueltas más y se añade el agua y el vino. Se deja hervir muy lentamente durante 2 horas y luego se cuele el caldo. Se pone éste en una besuguera y se mete la trucha dentro (debe estar cubierta de líquido). Se tapa con una tapadera y se pone a fuego lento para que apenas cueza sin hervir a borbotones. Se deja más o menos unos 30 minutos, hasta que esté cocida.

Se sirve en una fuente con una servilleta doblada debajo de la trucha y con la salsa holandesa aparte en salsera.

**646.—TRUCHAS CON JAMON,
ALMENDRAS Y AJO (6 personas)**

6 truchas de ración (1/4 kg. Cada una),

1 punta de jamón serrano de 100 gr.,

1 plato con harina,

8 almendras crudas,

2 vasos (de los de agua) de aceite,

3 dientes de ajo,

6 lonchitas pequeñas de jamón serrano,

2 ramitas de perejil,

zum de un limón,

3 cucharadas soperas de jerez,

sal y pimienta molida.

Se vacían, se lavan y se secan bien las truchas. Se les pone sal y pimienta.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se frí en ligeramente las 6 lonchitas de jamón, dándoles sólo una vuelta para que no se endurezcan. Se mete en la tripa de cada trucha este jamón. Se enharinan las truchas y se

fríen por tandas. Se van colocando en la fuente (resistente al horno), de forma que no queden muy apretadas.

Se mondan las almendras (poniéndolas en un tazón con agua caliente durante unos 10 minutos se les quita muy bien la piel), se pican menudas. Se pelan los dientes de ajo, que se pican muy menudos también, así como la punta de jamón y el perejil.

En una sartén pequeña se ponen unas 8 cucharadas soperas de aceite a calentar, se les añade el jamón, las almendras, los ajos y el perejil. Se refríe un poco hasta que los ajos y las almendras se doren ligeramente (unos 5 minutos). Se agrega entonces el jerez y el limón, se revuelve

bien y se vierte todo por encima de las truchas. Se meten en el horno a gratinar a fuego mediano durante unos 10 minutos y se sirven en su misma fuente, o se trasladan a otra, como más guste, vertiendo la salsa por encima de las truchas.

647.—TRUCHAS CON JAMON (A LA NAVARRA) (6 personas)

6 truchas de ración,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

6 lonchas finas de jamón serrano,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

3/4 de litro de aceite (sobrará),

1 cebolla mediana (80 gr.)

(facultativo),

1 plato con harina,

sal.

1 kg. de tomates,

*1 pimiento colorado fresco (de 300 gr.
más o*

menos) o una latita de conserva,

Se vacían, se escaman, se lavan y se secan bien las truchas. Se salan por los dos

lomos y se dejan reposar así unos 10 minutos para que penetre bien la sal.

Se cortan por el lado de la tripa para abrirlas. Se pone en cada trucha una loncha de jamón y se

vuelven a cerrar, atándolas con un palillo para que no se abran y se salga el jamón. Se hará la

salsa de tomate espesa (receta 63) y se le agregará, una vez hecha, unas tiritas de pimiento de lata o asado, previamente' pelado y vaciado después, si es fresco. Esta salsa, bien caliente, se pone en

la fuente donde se sirvan las truchas.

Esta fuente se reservará al calor.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríen las truchas, pasándolas antes por

harina, hasta que estén bien doradas. Se ponen en la fuente y se sirven en seguida.

Nota.-Hay quien no las sirve con el tomate; también están muy buenas, y hay quien en vez de poner

el jamón dentro de la tripa sólo se lo pone alrededor de la trucha (sujetándolo con un palillo) y

friéndola sin harina.

Estas dos variaciones son cuestión de gusto.

648.—TRUCHAS AZULADAS (6 personas)

6 truchas de ración,

2 zanahorias medianas,

1 vaso (de los de agua) de vinagre.

1 cebolla mediana,

Caldo corto con vino tinto hecho con:

1 hoja de laurel,

2½ litros de agua,

1 ramita de perejil,

1½ vasos (de los de agua) de vino tinto,

2 6 3 granos de pimienta negra,

1 cucharada de sal.

Se tendrá hecho el caldo corto de antemano (receta 502), pero no se dejará enfriar

como para los demás pescados cocidos. Se vacían las truchas, pero sin escamarlas y tocándolas

lo menos posible. Se ponen en una fuente honda. Se calienta el vinagre en un cazo y cuando empieza a hervir se

vierte por encima de las truchas, se les da la vuelta para que toquen bien el vinagre.

Después se sacan y se zambullen en el caldo corto hirviendo. Se cuecen despacio durante unos 15

minutos, tapadas. Pasado este tiempo se sacan, escurriéndolas en la rejilla y colocándolas en una fuente con una servilleta doblada para que empape bien el caldo de las truchas. Se sirven en

seguida con salsa holandesa o con vinagreta historiada (recetas 76 y 90).

649.—TRUCHAS FRIAS EN GELATINA (6 personas)

6 truchas de ración,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

½ litro de agua,

1½ vasos (de los de vino) de vino blanco,

1 vaso (de los de vino) de vinagre,

el zumo de ½ limón,

sal.

4 ó 5 granos de pimienta,

1 cucharada sopera de sal.

Caldo corto:

3 litros de agua,

Gelatina:

1 hoja de laurel,

½ litro de caldo corto,

*1 trozo de cebolla pelada y cortada en
2 trozos (60 2 cucharadas soperas de
gelatina (Maggi o Royal).*

gr., más o menos),

Adornos para las truchas:

Hojas de lechuga o berros, rodajas de

tomate, de huevo duro, etc. Mayonesa en salsa

aparte (receta 94).

Se prepara lo primero el caldo corto, haciéndolo cocer unos 20 minutos y echando,

en el momento de romper a hervir, el vino blanco (receta 501).

Se destripan, se lavan y se secan las truchas sin escamarlas. Se ponen en una fuente

honda.

En un cazo se pone a cocer el $\frac{1}{2}$ litro de

agua con el vaso de vinagre. Una vez que rompe el

hervor, se separa del fuego y cuando está aún caliente, pero no en seguida de apartarlo, se

vierte sobre las truchas. Se les da a éstas un par de veces la vuelta para que estén bien

empapadas. Se sacan y se colocan en la rejilla de la pesquera, zambulléndolas en seguida en el

caldo corto, que estará cociendo. Se separa inmediatamente del fuego y se dejan enfriar en el caldo

corto. Una vez frío éste, se saca la rejilla, se escurren muy bien las truchas y con mucho

cuidado se les quita la piel desde la base de la cabeza hasta un poco antes de la cola. Se colocan

en una fuente.

Se separa $\frac{1}{2}$ litro de caldo corto y se prepara la gelatina según la explicación de cada marca,

utilizando en vez de agua el caldo corto. Se deja templar, y, cuando empieza casi a cuajarse, con una brocha plana se pasa por encima de cada trucha. Esta operación se repite 3 ó 4 veces, con el

fin de

que las truchas queden bien cubiertas de gelatina. Se meten en la nevera durante por lo me. nos 3 ó

4 horas (más si se quiere preparar este plato con tiempo). Se deja cuajar la gelatina que ha sobrado, que se pica y se pone alrededor de la fuente. Esta se adornará con berros u hojas de lechuga, rodajas de tomate y de huevo duro, trufas, etc.

Se sirven acompañadas de mayonesa en salsera aparte.

MARISCOS

650.—ALMEJAS A LA MARINERA
(6 personas)

3 kg. de almejas medianas,

1 hoja de laurel,

1 cebolla mediana (80 gr.),

*1 cucharada sopera rasada de perejil
picado,*

2 dientes de ajo,

el zumo de ½ limón,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 vaso (de los de vino) de agua fría,

*1½ cucharadas soperas de pan rallado
(sin tostar),*

sal.

1 vaso (de los de vino) de vino blanco.

Se lavan muy bien las almejas con agua abundante y sal. Se ponen en una sartén con

el vaso de agua y a fuego vivo. Se sacude la sartén y cuando se vayan abriendo las almejas se

retiran de una en una quitándoles una de las conchas (la vacía). Se van apartando en una

cacerola. Se cuele el jugo que han soltado por un colador con un trapo fino dentro para que no pase

nada de arenilla.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está a punto, se añade la cebolla y 2 dientes de ajo muy picados hasta que la cebolla esté transparente (unos 5 a 7 minutos); se añade entonces el pan

rallado, se rehoga un poco y después se pone la hoja de laurel (que se retira al ir a servir las almejas), el vino blanco, el agua de cocer las almejas, el zumo del $\frac{1}{2}$ limón y la sal. Se da unas vueltas y se añaden las almejas. Si se ve que la

salsa queda corta, se puede añadir algo de agua. Se espolvorea con el perejil picado, se saltea todo junto y se sirve en platos de barro individuales, repartiendo las almejas y la salsa.

651.—BECHAMEL DE ALMEJAS (6 personas)

1½ kg. de almejas grandes,

el jugo que han soltado las almejas,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

1 vaso (de los de vino) de mitad agua y mitad vino

blanco,

25 gr. de mantequilla,

2 huevos,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 plato con pan rallado,

*1 cucharada sope ra colmada de
harina,*

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se lavan las almejas con agua y un buen pellizco de sal, moviéndolas bien con la

mano y

sacándolas en seguida para que no se les vaya su agua. Se ponen en una sartén con el vaso de agua y

vino, a fuego vivo, salteándolas de vez en cuando. Una vez abiertas, se les quita el bicho y se pica en trozos grandes. Se abren las conchas para que queden sólo medias conchas, y se reservan. Se cuele el agua de abrirlas por un colador de tela metálica con un paño fino puesto dentro con el fin de que no pase arenilla.

En una sartén se pone la mantequilla y el aceite a derretir; una vez calientes, se echa la cebolla pelada y picada muy fina. Cuando ésta se pone transparente (5

minutos más o menos), se añade la harina, se da unas vueltas con una cuchara de madera y se agrega poco a poco la leche fría y más o menos $\frac{1}{2}$ vaso (de los de vino) del jugo de las almejas. Se echa sal y se deja cocer esta bechamel unos 10 minutos. Se agregan entonces las almejas picadas, se da un par de vueltas y se retira.

Se rellenan con esta bechamel las conchas de las almejas y se dejan enfriar. En un plato sopero se baten los huevos como para tortilla. Se pasan las conchas rellenas, por la cara del relleno, por el huevo batido y después por el pan rallado.

En una sartén amplia se pone el aceite a

calentar; cuando está en su punto (se prueba con una rebanadita de pan), se fríen las almejas y se sirven calientes.

Este plato se sirve sobre todo de aperitivo.

**652.—ANGULAS EN CAZUELITAS
(6 personas)**

600 gr. de angulas,

12 cucharadas soperas de aceite.

12 dientes de ajo,

2 guindillas,

Se compran las angulas ya cocidas en la

pescadería. Deben estar bien blancas y sueltas

para que sean recientes.

Se sirven en platitos de barro individuales resistentes al fuego. En cada plato se ponen 2 cucharadas soperas de aceite con 2 dientes de ajo. Se pone a fuego vivo hasta que estén los ajos dorados. Entonces se retira la cazuela del fuego y se deja que el aceite se temple; se ponen entonces las angulas repartidas en las cazoletas y un par de rodajitas de guindilla cortadas con unas tijeras. Se vuelven a poner a fuego vivo, moviendo las angulas con un tenedor de madera, de forma que todas se calienten y se impregnen de aceite. Cuando rompe

el hervor, se retiran del fuego y se sirven en seguida, poniendo la cazuelita en un plato y tapándola hasta llegar a la mesa con otro plato para que no salpiquen aceite y se conserven muy calientes.

Se han de comer en seguida con tenedor de madera. No se pueden recalentar, pues están incomibles.

653.—BOGAVANTE

Se cuece o se prepara como la langosta. Teniendo en cuenta que es un marisco menos fino que la

langosta, no se debe comprar mayor del kg. para que la carne sea buena y fina.

CALAMARES Y CHIPIRONES

Véase en la parte de los pescados: recetas del 544 al 548.

654.—CANGREJOS DE MAR PEQUEÑOS

Estos se sirven de aperitivo y también se ponen de adorno en la paella cuando no se tienen

cangrejos de río, que son más ricos de comer y más finos.

Para 3 docenas de cangrejos:

4 cucharadas soperas de aceite,

1 diente de ajo,

agua fría,

pimienta en grano (3 piezas).

*un buen pellizco de hierbas aromáticas
(o una Si es molida, poca,*

*ramita de tomillo, 2 hojas de laurel y
una ramita de*

perejil),

sal.

Se lavan con agua fría y sal los cangrejos, sin dejarlos en el agua. Se les quitan las

patas (esto va a gusto del consumidor, pues hay quien prefiere conservarlas). Se machacan en el

mortero 4 ó 5 cangrejos.

En un cazo se pone el aceite a calentar; cuando está a punto, se le añade el diente de ajo pelado; una vez dorado se agregan los cangrejos machacados. Se les dan unas vueltas y se añaden los

cangrejos enteros (con o sin patas). Se echa el pellizco de hierbas aromáticas o el ramillete y

se cubren de agua. Se echa sal y la pimienta y, cuando rompe el hervor, se dejan cocer unos 10

minutos a fuego vivo.

Se retiran del fuego y se escurren en un pasapurés de agujeros grandes. Cuando están fríos, se

sirven de aperitivo se colocan por encima de la paella en el momento de servir.

655.—CANGREJOS GRANDES DE MAR

Véanse las recetas de centollos números 663 y 664

656.—MANERA DE LIMPIAR LOS CANGREJOS DE RIO

Se lavan en agua abundante fría en el momento de ir a cocerlos (pues si se hace con anticipación se

vacían de su agua). Se les arranca el intestino amargo, para lo cual se retuerce y rompe la aleta del centro de la cola, tirando de ella para que salga el intestino entero.

Así quedan en condiciones de cocerse o de guisarlos, según se elija.

657.—MANERA DE COCER LOS CANGREJOS DE RIO

Una vez preparados como anteriormente se explica, se hace un caldo corto como sigue:

Para 2 docenas de cangrejos medianos
(más o menos):

Agua fría (unos 2 litros),

2 hojas de laurel,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco.

1 ramita de perejil,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

1 ramita de tomillo,

1 cebolla mediana (50 gr.),

1 cucharada sopera de aceite fino,

6 granos de pimienta,

sal.

Se ponen todos estos ingredientes en una cacerola o una olla, con la cebolla y las

zanahorias peladas y cortadas en trozos.

Se pone a fuego vivo y, cuando rompe el hervor, se

zambullen los cangrejos de manera que queden bien cubiertos de líquido. Se aviva el fuego y,

cuando vuelve a romper el hervor, se cuecen entre 5 y 8 minutos, según sean pequeños o grandes.

Pasado este tiempo, se escurren en un colador grande y, después de escurridos, se pueden comer

templados o fríos.

658.—CANGREJOS CON ARROZ BLANCO Y SALSA AMERICANA

Se procede igual que para los langostinos (receta 684).

659.—COLAS DE CANGREJOS CON SALSA BECHAMEL Y COÑAC (6 personas)

(Para rellenar volovanes o cazoletas.)

Según sean de tamaño, se calculan de 6

a 10 colas para cada comensal.

Cocer los cangrejos (receta 657). Una vez cocidos, se preparan.

75 gr. de mantequilla,

1 cucharada (de las de café) de concentrado de

tomate,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

2 cucharadas soperas de coñac,

2 cucharadas soperas de harina,

1 trufa,

½ litro de leche fría,

sal y pimienta.

Una vez cocidos los cangrejos (receta 657), se separan las cabezas y se sacan las

colas de su caparazón, reservándolas.

En un cazo se pone 50 gr. de mantequilla y las cabezas. Se calienta y se dan unas vueltas. Se

vierte esto en el mortero y se machaca mucho. Después se vierte esta pasta en un trapo fino y

limpio y se retuerce bien para recoger el

jugo que sale y que se reserva.

En una sartén o cacerola se pone el resto de la mantequilla y el aceite a calentar; cuando está

derretida, se añade la harina y se dan unas vueltas con la cuchara de madera o las varillas.

Poco a poco se va añadiendo la leche y se deja cocer unos 10 minutos. Se sala, se echa pimienta y se añade el concentrado de tomate.

En un cazo pequeño se pone el coñac a calentar y se le prende con una cerilla; se vierte por encima de las colas de los cangrejos y se revuelve un poco hasta

que se apague el coñac.

Se corta la trufa en láminas finas y se echa a la bechamel, así como las colas con su coñac y el

jugo sacado de las cabezas. Se revuelve todo bien un minuto en el fuego, se prueba de sal y

pimienta, rectificando si hace falta.

Se tendrán los volovanes al calor templado en el horno. Se rellenan y se sirven en seguida.

660.—CANGREJOS DE RIO AL ESTILO DE BURDEOS (6 personas)

36 cangrejos grandes,

*1 buen pellizco de hierbas aromáticas
(o un*

*ramillete con un diente de ajo, perejil,
tomillo y*

*2 zanahorias grandecitas (125 gr.),
laurel),*

1 cebolla pequeña (50 gr.),

3 cucharadas soperas de aceite,

1 chalote (40 gr.),

30 gr. de mantequilla,

*2 tomates bien maduros y medianos
(150 gr.),*

1 cucharada sopera de perejil picado,

*1 vaso (de los de agua) de vino blanco
seco,*

*sal, pimienta común y un pellizquito de
pimienta de*

1 vaso (de los de agua) de agua,

Cayena (es muy fuerte).

3 cucharadas soperas de buen coñac,

En una cacerola se pone el aceite a
calentar; se añaden las zanahorias

peladas, lavadas

y picadas muy menudas, así como la cebolla y la chalote, también muy picadas.

A fuego lento y tapada la cacerola, se dejan unos 10 minutos. Después se vierte el agua y se deja

cocer otros 10 minutos. Aparte se limpian los cangrejos como va explicado anteriormente y se les

quita la cola central con el intestino (receta 656). Se ponen en una sartén con el vino blanco y

sal. Se saltean a fuego más bien vivo,

tapada la sartén, hasta que se ponen colorados. Se calienta

el coñac en un cazo pequeño y se prende con una cerilla. Una vez prendido, se vierte en los

cangrejos, se saltean y se reservan.

En la cacerola donde se está haciendo la salsa se añaden los tomates partidos en trozos y quitadas las simientes. Se machacan bien y se añaden los cangrejos y su salsa, el pellizco de hierbas aromáticas y la pimienta. Se tiene todo cociendo unos 10 minutos. Después se sacan los cangrejos con una espumadera y se reservan al calor. Se cuece la salsa otros 10 minutos. Se pasa por el chino,

apretando mucho; si hiciese falta, se puede añadir algo de agua caliente, se echa la cayena, se prueba de sal, se añade la mantequilla y los cangrejos. Se espolvorean con el perejil. Se saltea todo un poco para que estén bien calientes los cangrejos y se sirven en seguida en una fuente con su salsa.

661.—TORTILLA DE COLAS DE CANGREJOS DE RIO

Se calculan unos 6 cangrejos medianos por persona, 2 huevos, 20 gr. de mantequilla y 3

cucharadas soperas de aceite.

Se limpian y cuecen los cangrejos como

va explicado anteriormente (recetas 656 y 657). Una

vez preparados, se separan las colas y se les quita el caparazón. Si los cangrejos son

grandecitos, se cortan las colas en dos o tres trozos; si no, se dejan enteras.

Se pone la mantequilla en un cazo, así como las colas, un poco de sal y pimienta molida.

Se saltean de 1 a 2 minutos. Se baten los huevos y se salan un poco. Se calienta el

aceite para la tortil a; cuando está a punto se vierten los huevos y, después

de escurrida la

grasa de los cangrejos, se echan éstos en el huevo, procurando que queden repartidos. Se

procede entonces como para una tortilla a la francesa corriente.

662.—CARABINEROS

Son mucho menos finos que los langostinos.

Se pueden utilizar muy bien para sopas. Si se quieren comer en vez de langostinos, puesto que

resultan mucho más baratos, se aconseja

comprar los carabineros que no sean grandes. Se les

quitan las cabezas, que es lo que al cocer les da el gusto más fuerte, y después se cuecen igual que los langostinos (receta 681). Sirven las mismas recetas.

**663.—CENTOLLO FRIO A LA
PESCADORA (6 personas)**

2 hermosos centollos,

1 vaso (de los de vino) de vinagre,

300 gr. de merluza,

1 cucharada sopera de vino blanco,

4 cucharadas soperas de aceite fino,

10 granos de pimienta,

3 yemas de huevo duro,

3 hojas de laurel (una para la merluza),

½ cucharadita (de las de moka) de mostaza,

1 casco de cebolla (25 gr.),

el zumo de un limón,

sal.

5 litros de agua,

Se prefieren los centollos hembras, pues tienen huevas, que es lo que más gusta.

Tienen que ser muy frescas para que tengan mucha carne.

En una olla se pone el agua, el vinagre, la pimienta, 2 hojas de laurel y la sal. Se pone a fuego

vivo y cuando rompe el hervor se zambullen las centollas, se tapa la olla con tapadera y, cuando vuelve a romper el hervor, se cuecen durante 15 minutos a fuego muy vivo. Se sacan entonces del agua y se

dejan enfriar. También, mientras tanto,

se cocerá la merluza. Se pone para ello en agua fría una hoja de laurel, una cucharada sopera de vino blanco, un casco de cebolla y sal. Cuando rompe a hervir,

se retira del fuego. Se saca del agua, se le quita la piel y las espinas, se desmenuza y se reserva.

Una vez cocidas las centollas y frías ya, se abren con cuidado para no romper el caparazón. Se saca la carne del cuerpo y de las patas y se corta en trocitos. Se limpia y se lava el caparazón y se reserva. Las huevas y la parte marrón se ponen en el mortero. Se machacan con las yemas de los huevos duros, la mostaza, el zumo de limón y poco a

poco se le agregan las 4 cucharadas
soperas de aceite, para que

esté bien ligada la salsa. Se rectifica de
sal. Esta salsa se revuelve con la
merluza y la carne de las centollas. Se
rellenan los caparazones y se reservan
en sitio fresco hasta el momento de
servir.

664.—CENTOLLOS AL HORNO (6 personas)

8 centollos de ración,

2 dientes de ajo,

300 gr. de merluza,

5 cucharadas soperas de buen coñac,

2 cucharadas de aceite,

1 cucharada sopera de perejil picado,

30 gr. de mantequilla,

*pimienta común, una punta de cuchillo
de pimienta*

de Cayena,

50 gr. de mantequilla,

*3 ó 4 cucharadas soperas de caldo de
cocer la*

pan rallado,

merluza.

6 cucharadas soperas de salsa de tomate espesa sal.

(½ kg. De tomates y hacer la salsa con anticipación),

2 cebollitas francesas medianas (50 gr.),

Se cuecen los centollos (hembras) y la merluza como en la receta 663.

Se saca la carne del cuerpo y de las patas de las centollas y se pica. Se quitan las

espinas y la piel de la merluza, se desmenuza y se reserva mezclando estas dos cosas.

Sólo se limpian, se lavan y se reservan 6 caparazones de centollas (pero se compran 8 para tener más carne).

En una sartén se pone el aceite y los 30 gr. de mantequilla a derretir. Una vez calientes, se les añaden los 2 dientes de ajo pelados; se dejan dorar y se retiran. Se echan entonces las cebollitas peladas y muy picadas, se revuelven unos 5 minutos hasta que estén transparentes, se agrega entonces la salsa de

tomate y, seguidamente, el coñac y las
huevas con la parte oscura de las
centollas. Se dan unas

vuel tas y se agrega el pescado
mezclado. Se pone el perejil, la sal y la
cayena (poco, p ue s e s mu y fue r te) y,
si ha ce f al ta, un poco de cal do d e
cocer la merluza, si la pasta está espesa.

Se reparte esto en los caparazones. Se
espolvorea con un poco de pan rallado y
se ponen

unos trocitos, como 2 ó 3 avellanas, de
mantequil a en cada centolla.

Se meten al horno fuerte durante 5
minutos y se sirven en seguida en los

mismos

caparazones.

665.—CIGALAS

Manera de cocer las cigalas:

Se pone una olla con agua abundante y sal a cocer; cuando hierve a borbotones se meten las cigalas

con el agua que las cubra muy bien; cuando vuelve a romper el hervor, se retira la olla y se deja

enfriar durante 8 minutos.

Entonces se sacan las cigalas, se

escurren y se sirven frías.

666.—CIGALAS CON MAYONESA Y CIGALAS CON VINAGRETA

Una vez cocidas como se explica anteriormente, se sirven con mayonesa en salsera

aparte (receta 94).

Con vinagreta:

Se preparan la víspera. Se hace una vinagreta con aceite, vinagre (una cucharada sopera de vinagre por 3 de aceite), cebolla picada muy fina, perejil también muy picado, huevo duro, sal, pimienta y una

cucharada sopera de buen coñac. Se sacan las colas de las cigalas de su caparazón y se cortan

en rodajas de 2 cm. de gruesas. Se ponen en un plato hondo, bien cubiertas por la vinagreta, y

se dejan por lo menos de 8 a 10 horas en sitio fresco. Se sirven frías.

667.—CHANQUETES FRITOS

Como se suelen servir de aperitivo, no ponemos cantidad. Sólo diré que $\frac{1}{4}$ kg. hace muy bien

para unas 4 personas.

No se lavan los chanquetes. En un plato se tiene puesta bastante harina y, cogiendo un puñado

de chanquetes, se rebozan bien en ella. Después se ponen en un colador grande de tela metálica

y se les hace saltar para que se les caiga la harina sobrante.

Se fríen en aceite abundante y bien caliente (se echa un chanquete para probar el punto).

Después de fritos, se sala cada puñadito que se va sacando y se ponen en una fuente. Se sirven en

seguida bien calientes.

668.—MANERA DE COCER LAS GAMBAS

Se pone agua abundante con sal. Cuando ésta hierve a borbotones se echan las gambas y se reduce el

fuego para que cuezan más lentamente. Se cuecen de 3 a 5 minutos, según el tamaño. Se escurren

en seguida en un colador grande y se dejan enfriar.

669.—COCKTAIL DE GAMBAS (6 personas)

1½ kg. de gambas,

1 huevo duro picado.

1 lechuga grande,

Mayonesa:

Con coñac y tomate (receta 96).

Se cuecen las gambas como va explicado anteriormente. Una vez frías, se pelan

dejando sólo las colas. Se lava y se pica a tiritas la lechuga. Se escurre muy bien

(envolviéndola en un paño limpio y sacudiéndola para que quede bien seca).

Se

prepara también la mayonesa.

En unas copas de champagne o copas especiales de mariscos, se pone un fondo de lechuga encima

de una cucharada sopera de mayonesa; después, las gambas. Se cubren éstas con mayonesa y se

espolvorean con un poco de huevo duro picado muy menudo. Se meten en la nevera, para que

estén bien frías, durante una hora o dos y se sirven en su misma copa.

670.—GAMBAS CON VINAGRETA

Se prepara igual que está explicado en cigalas a la vinagreta. Únicamente se dejan las colas de

las gambas enteras. Por lo demás, se procede lo mismo (receta 665).

671.—GAMBAS AL AJILLO (6 personas)

1½ kg. de gambas grandecitas,

3 ó 4 dientes de ajo muy picados,

12 cucharadas soperas de aceite crudo,

sal.

1 guindilla,

No se deben lavar las gambas. Se pelan en crudo, dejando sólo las colas enteras. Se

sirven en cazoletas de barro individuales. Se pone en cada una 2 cucharadas soperas de aceite y

un trozo de guindilla (un arito cortado con unas tijeras). Se ponen las gambas repartidas en los

platos, se salan y se espolvorean con el ajo picado. Se ponen a fuego vivo unos 8 a 10 minutos

escasos, moviendo la cazoleta de vez en

cuando. Se sirven en seguida, tapando cada cazoleta con un

plato, hasta llegar a la mesa, para que no se enfríen y no salpiquen aceite.

672.—GAMBAS CON GABARDINA

Como se suelen servir de aperitivo, o bien juntas con otros pescados para fritos (calamares,

boquerones, etc.), no pondré cantidades (se suele calcular para esto unos 150 gr. de gambas por

persona).

Masa de envolver:

3 cucharadas soperas de harina,

sal,

1 pellizco de azafrán en polvo,

1 litro de aceite (sobrará),

sifón,

No se lavan las gambas, puesto que se pelan. Se les deja sólo un poco de caparazón

junto a la cola. Se salan ligeramente. Se pone el aceite en una sartén y a fuego mediano. Mientras se calienta, se hace la masa. En un plato sopero se pone la harina y, dando vueltas con unas varillas

o una cuchara, se va añadiendo sifón poco a poco hasta tener una papilla. Se echa un poco de sal y el pellizquito de azafrán para dar bonito color. Se cogen las gambas de una en una y se envuelven con la masa,

agarrándolas por la cola para que ésta quede limpia. Se van echando en el aceite por tandas, para que no tropiecen, y cuando está la masa dorada se sacan del aceite con una espumadera y se reservan al calor.

Una vez hechas todas las gambas, se sirven en seguida, pues cuanto más recién fritas estén mejores son. -

673.—REVUELTO DE GAMBAS,

ESPINACAS Y HUEVOS (Véase receta 358)

674.—MOUSSE DE GAMBAS (Véase receta 44)

675.—MANERA DE PREPARAR Y COCER LA LANGOSTA

Para 2 personas se calcula de 500 a 600 gr. de langosta.

Se ata la langosta en una tabla de madera fina para que tenga bonita forma. Se ponen en una olla

3 ó 4 litros de agua fría, una zanahoria mediana raspada y cortada en rodajas gordas, un trozo de

cebolla pelada entera (40 gr.), una hoja de laurel, una ramita de tomillo, otra de perejil, ½ vaso

(de los de vino) de vino blanco seco, una cucharadita (de las de café) de sal, unos 6 granos de

pimienta. Se pone a cocer esto a fuego vivo y cuando rompe el hervor se sumerge la langosta, se

tapa la cacerola y, cuando vuelve a cocer a borbotones el agua, se baja el fuego y se cuece a fuego

mediano unos 15 minutos por cada kg. de langosta (para 2 kg., 25 minutos, etc.) Se separa la olla

del fuego y se deja enfriar en el agua unos 20 minutos. Se saca entonces la langosta del agua, se desata y se deja escurrir.

Se separa la cabeza de la cola. Esta se abre con unas tijeras grandes por la parte de debajo del

caparazón. Se saca la carne de la cola entera y se le quita la tirita negra que tiene a lo largo. En la cabeza se le quita (sobre todo al bogavante) la bolsa del estómago, que suele tener gravilla.

Se sirve siempre fría cuando está cocida.

676.—LANGOSTA COCIDA,

SERVIDA CON SALSA MAYONESA

Se prepara como va explicado anteriormente.

En una fuente alargada se pone la cabeza vaciada de las partes comestibles y el caparazón. Encima del caparazón de la cola se

ponen las rodajas cortadas de la carne de la cola y alrededor de la fuente las patas y, en trozos, las partes de la cabeza. Se adorna también con hojas de lechuga, rodajas de tomate, huevo duro, etc.

Se sirve una mayonesa aparte, receta 94.

677.—LANGOSTA EN VINAGRETA

Se prepara igual que las cigalas con vinagreta, calculando una langosta de 600 gr. (más o menos) para 2

personas (receta 666).

678.—LANGOSTA A LA AMERICANA (4 personas)

2 langostas vivas de 700 gr. cada una (o una sola 1 diente de ajo,

pieza da 1½ kg., más o menos, para 4 personas),

1 pellizco de hierbas aromáticas,

50 gr. de mantequilla,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

1 vaso (de los de agua) de aceite,

1 chalote (20 gr.),

*1 vaso (de los de agua) de buen vino
blanco seco,*

1 cucharada sopera de harina,

1 vaso (de los de vino) de buen coñac,

un poco de pimienta de Cayena,

*300 gr. de tomates bien maduros (3
piezas),*

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

carne

Maggi, Liebig, etc.),

sal.

Cortar las langostas en dos a lo largo o en trozos si es grande (por las articulaciones de

la cola). En un tazón se recoge el líquido que pueda soltar la cabeza, así como las partes blandas de dentro, las huevas si las hay y la carne de las patas. Se pone todo con la mantequilla y un poco de coñac. Se deja en espera, machacándolo

un poco.

Póngase en una sartén la mitad del aceite, caliéntese y póngase un diente de ajo pelado y aplastado (dándole para esto un golpe con el mango de un cuchillo). Cuando está dorado el diente de ajo, se saca y se tira. Se ponen entonces los trozos de langosta con sus caparazones y se saltean hasta que están bien rojos. Se tira el aceite. Se calienta el resto del coñac en un cazo pequeño, se prende con una cerilla y se flamean los trozos de langosta. Una vez bien flameados, se vierten en un plato sobero y se reservan.

En la misma sartén se pone el resto del aceite, se calienta y se añade la cebolla

y la chalote peladas y muy picadas; se dejan unos 5 minutos hasta que se pongan transparentes, se agrega la harina y se dan unas vueltas con una cuchara de madera. Se añaden los tomates pelados, quitadas las semillas y cortados en trozos pequeños; se refríen un rato, machacándolos con el canto de la cuchara, y se añade el vino, el extracto de carne, las hierbas aromáticas, la sal (con cuidado, pues el extracto es salado), la pimienta negra molida y la pimienta de Cayena (con moderación, pues es muy fuerte). Se cuece esta salsa durante unos 15 minutos y, pasado este tiempo, se agrega la langosta. Se cuece otros 10 minutos. Hay quien entonces

prefiere quitarles los caparazones a las langostas; esto según los gustos. Se machaca

mientras tanto lo del tazón, se calienta un poco para que se deshaga bien la

mantequilla, se pasa por un colador o un trapo fino y se añade al guiso. Este se puede

servir así o acompañado de arroz blanco.

679.—LANGOSTA ASADA (2 personas)

*1 langosta pequeña (600 gr. para cada
2 2 cucharadas soperas de aceite fino,*

personas),

pimienta molida,

60 gr. de mantequilla,

sal.

2 cucharadas soperas de pan rallado,

Se cortan las langostas cuando están vivas aún. Se espolvorean de sal y pimienta y se

untan con una brocha plana (o la punta de los dedos) con un poco de aceite. Se meten a

horno mediano (previamente encendido

5 minutos antes) durante unos 15 minutos.

Entonces la carne se ha separado del caparazón. Se pone un poco de mantequilla

entre los dos. Se espolvorea ligeramente con pan rallado y se ponen trocitos de

mantequilla como avellanas por encima. Se vuelve a meter al horno más vivo para que gratine

bien y se sirven en su caparazón rápidamente.

Si hiciese falta algo más de mantequilla, se puede añadir para que quede la

langosta bien

jugosa.

**680.—LANGOSTA CON
BECHAMEL AL HORNO (4
personas)**

2 langostas de unos 600 gr. cada una,

zumo de ½ limón,

130 gr. de mantequilla,

50 gr. de queso gruyère rallado,

½ litro de leche,

1 trufa grande en láminas finas,

*1 cucharada sopera colmada de harina,
un pellizco de curry,
2 yemas de huevo,
sal.*

Caldo corto como para cocer la langosta (receta 675).

Una vez cocidas las langostas y templadas, se parten a lo largo en dos mitades. Se les

cortan las patas y las antenas. Se suelta la carne de la cola, sin sacarla, y se vacían las

medias cabezas de todo lo que tienen (quitándoles la bolsita del estómago, que suele tener

arena, y el hilo negro de la cola, que se tiran). Todo lo que se quita de la cabeza, las

huevas color coral y las patas, se ponen con 100 gr. de mantequilla en un cazo. Se calienta

y se machaca todo lo posible. Cuando la mantequilla empieza a espumar, se le vierte el $\frac{1}{2}$

litro de leche hirviendo. Se da un hervor y se vierte en un colador grande donde se habrá

puesto un trapo limpio. Se cuele y se retuerce el trapo para sacarle toda la sustancia que

tenga. Se deja reposar un poco, y entonces con una

cuchara se retira la grasa color rosa fuerte que flota encima de la leche, y se reserva en

una taza.

En una sartén se pone 30 gr. de mantequilla a derretir; se le añade la harina, se dan unas

vuelatas con la cuchara de madera y, poco a poco, se agrega la leche. Sin

dejar de dar

vueltas se cuece durante unos 10 minutos. Se sala, se pone el curry y la trufa en láminas

finas. Se añade poco a poco la mantequilla roja apartada en la taza y, batiendo bien, se

incorpora a la bechamel.

En un tazón se ponen las yemas y el zumo de limón y se les añade poco a poco unas

cucharadas de bechamel, moviendo bien con la cuchara para que no se cuajen las

yemas. Se unen a la bechamel de la sartén, ya apartada del fuego. Se vierte por encima

de las medias langostas, puestas con la carne hacia arriba. Se espolvorean con un poco de

queso rallado y se meten en seguida al horno para gratinar. Cuando están doradas se

sirven asimismo en seguida.

681.—MANERA DE COCER LOS LANGOSTINOS

Se calculan unos 6 langostinos de tamaño mediano por persona.

No se deben cocer con mucha anticipación, para que queden más jugosos.

Para 1 kg., más o menos, se pone una olla con agua fría abundante, 2 zanahorias medianas,

peladas y cortadas en rodajas, una cebolla grande (150 gr.) pelada y cortada en trozos grandes, una

hoja de laurel, 6 granos de pimienta y bastante sal (algo más de lo normal). Se pone a cocer el

agua con todos los ingredientes. Cuando hierve a borbotones se sumergen los langostinos, y

cuando vuelve a hervir el agua se cuecen 1 minuto si son medianos, algo más si son grandes.

Se aparta la olla del fuego y se dejan dentro los langostinos hasta que el agua esté templada

(unos 10 minutos).

Se vuelcan entonces en un colador grande para que escurran. Se tienen así más o menos

V2 hora. Se colocan entonces en la fuente donde se vayan a servir.

Si hubiese que dejarlos preparados con alguna anticipación, se debe cubrir la

fuelle con un

trapo mojado y retorcido o con papel de plata, con el fin de que no se resequen.

**682.—CORONA DE
LANGOSTINOS CON GELATINA
(6 personas)**

Se calculan unos 4 ó 5 langostinos medianos por persona.

½ litro de gelatina Maggi, o ½ kg. comprada y unas rodajas de tomate,

derretida,

mayonesa verde (receta 95).

unas hojas de lechuga,

Se cuecen los langostinos como está indicado anteriormente. Se les quitan los caparazones y se reservan. Se hace la gelatina como está indicado en cada marca o

bien se derrite al baño maría, si se compra hecha. Cuando está líquida se vierte un poco

en un molde en forma de corona, pasado previamente éste por agua fría y escurriéndolos. Una vez cuajada la gelatina, se colocan los langostinos en el molde para que tengan bonita presencia y se vierte el resto de la gelatina aún

líquida. Se mete en la nevera para que cuaje y se enfríe, por los menos unas 3 horas. Una vez bien cuajada la gelatina, se pasa un cuchillo todo alrededor del molde y se vuelca en una fuente redonda. (También se puede meter el molde unos segundos en agua caliente, pero con mucho cuidado

para que no se derrita la gelatina.)

Se adorna la fuente con las hojas de lechuga y las rodajas de tomate; se pone la mayonesa en el centro y se sirve.

**683.—LANGOSTINOS
EMPANADOS Y FRITOS (6
personas)**

36 langostinos medianos,

1 litro de aceite (sobrará),

2 huevos,

sal y pimienta,

1 plato con harina,

6 pinchos metálicos.

1 plato con pan rallado,

Se les quitan los caparazones a los langostinos y se doblan para que tengan bonita

forma. Se sazonan con sal y pimienta y

se dejan unos 10 minutos. Se pone el aceite en una

sartén y se calienta.

Mientras tanto se baten los huevos como para tortilla y se pasan los langostinos de uno en uno por harina muy ligeramente, después por huevo y al final por pan rallado. Se pinchan de 6 en 6 en los pinchos (brochettes) y, cuando el aceite está en su punto (para saberlo se prueba con una rebanadita de pan), se fríen de 5 a 6

minutos. Se ponen las «brochettes» en una fuente y se sirven con una mayonesa aparte en salsera.

684.—LANGOSTINOS CON SALSA AMERICANA Y ARROZ BLANCO (6 personas)

Se separan las cabezas de los langostinos y se les quita a las colas el caparazón. Estas colas peladas se reservan en un plato tapadas con otro, para que no se sequen.

Arroz ½ kg. (receta 165, 1.^a fórmula),

1 ramita de perejil,

36 langostinos medianos,

4 ó 5 cucharadas soperas de crema líquida,

1 vaso (de los de vino) de aceite fino,

2 chalotes (o una cebollita francesa mediana),

50 gr. de mantequilla,

1 pellizco de pimienta de Cayena,

1 vaso (de los de vino) bien lleno de vino blanco 1 pellizco de pimienta común,

seco,

sal,

½ vaso (de los de vino) de buen coñac,

unas gotas de carmín (facultativo),

3 tomates grandes bien maduros (más o menos

350 gr.),

1 cucharada (de las de café)

1 pellizco de hierbas aromáticas,

de fécula de patata (facultativo).

Se podrá entonces hacer el arroz que, una vez rehogado, se moldeará en flanes pequeños

o en corona.

Salsa americana:

En una sartén se pone la mitad del aceite y la mitad de la mantequilla a calentar.

Cuando está la mantequilla derretida se saltean las cabezas sazonadas con sal

y pimienta común a fuego vivo unos 5 minutos. Pasado este tiempo, se

retiran y se reservan las cabezas en un plato hondo. En esta misma grasa se

ponen las chalotas (o cebollitas) peladas y picadas, así como el tomate en

trozos y quitadas las simientes. Se ponen también las hierbas aromáticas, la

cayena y el perejil. Se rehoga bien todo otros 5 minutos y se añade el vino. A

fuego moderado se deja cocer la salsa un rato (10 a 15 minutos).

Aparte, en una sartén o cacerola, se pone el resto del aceite y la mantequilla y

cuando están calientes se rehogan las colas de los langostinos, hasta que

tomen un bonito color sin tostarse. En un cazo pequeño se calienta el coñac,

se prende con una cerilla y se vierte prendido en los langostinos, flameándolos

muy bien. Por el chino se pasa la salsa con las cabezas, apretando mucho. Se

vierte esta salsa por encima de los langostinos con su grasa y su co ñac. Se

les deja unos 8 minutos a fuego lento que se hagan, y fuera del fuego se

agrega la crema. Se rectifica de sal y pimienta si hace falta.

Si se tuviese que esperar un poco para servirlos, se pondría la crema sólo a última hora.

Se colocan en una fuente los langostinos con su salsa y a un lado los moldes de arroz, ya

salado y rehogado.

Nota.-Si la salsa está demasiado clara, se espesa antes de poner la crema con una

cucharadita de las de café de fécula, desleída en una cucharada sopera de agua.

685.—MANERA DE COCER LAS QUISQUILLAS

Se pone agua abundante y sal a cocer; cuando hierve a borbotones se echan las quisquillas, y al volver a romper el hervor se dejan cocer unos 5 minutos. Se

echan entonces en un colador grande. Se dejan escurrir y enfriar para servir las.

Sólo se sirven de aperitivo, por ser su tamaño tan, pequeño.

686.—MANERA DE LIMPIAR Y COCER LOS MEJILLONES

Se raspan con un cuchillo las conchas de los mejillones, cogiendo cada uno en

la mano con la parte ancha en el sitio de los dedos y la parte estrecha en la

palma de la mano. Se pasa el cuchillo tirando de las barbas (como hierbas

estropajos) que tienen, dejando la

superficie de la concha limpia. Se lavan bien en agua con un pellizco de sal, pero sin dejarlos permanecer mucho en ella y moviéndolos con la mano. Se sacan, se escurren y se ponen en un recipiente quedado cerrados, pues es señal de que están malos y, por lo tanto, no se pueden aprovechar).

Se les van quitando las conchas, se sacan las dos o solamente la que está sin bicho, según se

vayan a hacer. Se recoge el agua que se cuela por un colador de tela

metálica con una tela fina puesta dentro, con el fin de que no se pase la

arenilla. Así ya están dispuestos para guisar y preparar según la receta que se elija.

687.—MEJILLONES EN VINAGRETA (PARA APERITIVO)

Se preparan como va explicado anteriormente.

Lo único es que se pondrá la cantidad de agua necesaria para que los cubra, con el fin de

que queden bien jugosos.

Una vez abiertos y quitada la concha vacía, se prepara un picadito de cebolla, pimiento rojo (de lata) y unos pocos guisantes (de lata también). Se reparte este

picadito por encima de cada mejillón y se rocían después cada uno con una

vinagreta bien batida y repartida con una cuchara (1 pellizco de sal disuelto

en una cucharada sopera de vinagre y 3 cucharadas soperas de aceite,

después de disuelta la sal; éstas son las proporciones de una buena vinagreta).

688.—MEJILLONES REBOZADOS Y FRITOS

1 kg. de mejillones grandes,

1 plato con pan rallado,

$\frac{3}{4}$ litro de aceite de freír,

mayonesa (facultativo).

1 huevo,

Se limpian, se lavan y se cuecen los mejillones (receta 686). Se quitan de su concha.

Se ponen entre dos paños limpios con algo de peso encima, para que se

escurra todo el agua que llevan dentro.

Se bate el huevo como para tortilla con un poco de sal. Se pone el aceite en una

sartén para que se caliente. Una vez el aceite en su punto (se prueba con una

rebanadita de pan), se pasa cada mejillón por huevo y luego por pan

rallado. Se fríen y cuando están dorados se sacan con una espumadera. Se

sirven en seguida, pinchados con palillos y acompañados de un bol de

mayonesa.

**689.—MEJILLONES A LA
MARINERA (6 personas)**

2 kg. de mejillones.

(Véase almejas a la marinera, receta 650.)

**690.—MEJILLONES EN SALSA
BECHAMEL CLARITA
(POULETTE) (6 personas)**

3 kg. de mejillones,

1 cucharada sopera colmada de harina,

1½ vaso (de los de vino) de agua,

agua de cocer los mejillones,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,
2 yemas,
25 gr. de mantequilla,
1 cucharada sopera de perejil picado,
2 cucharadas soperas de aceite fino,
el zumo de 1 limón,
sal.

Se limpian, se lavan y se cuecen los mejillones (receta 686); únicamente se pone el

agua mezclada con el vino. Una vez

abiertos (los cerrados se desechan por malos), se les quita la concha vacía y se reservan al calor. Se cuele el jugo

que han soltado por un colador fino y por una tela fina puesta dentro del colador para que no pase arenilla.

En una sartén se pone la mantequilla a derretir con el aceite; una vez calientes, se

añade la harina. Se dan unas vueltas con una cuchara de madera y se añade

poco a poco el agua de cocer los mejillones y algo más de agua si hace

falta. Se cuece la salsa unos 5 minutos más. En un tazón se ponen las

yemas, con el zumo de limón, se les agrega poco a poco unas cucharadas de

bechamel para que no se cuajen y sin dejar de mover. Se vierte esto en la

salsa, se añade sal y el perejil picado. Se prueba y se añaden entonces los

mejillones, calentando todo, pero sin que vuelva a cocer. Se sirven en una fuente

honda.

691.—CONCHAS DE MEJILLONES

AL CURRY (6 personas)

1½ a 2 kg. de mejillones,

½ litro de leche fría,

1 vaso (de los de vino) de agua fría,

2 yemas de huevo,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

*1 cucharadita (de las de moka) rasada
de curry,*

1 chalota,

el zumo de ½ limón,

50 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil picado,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

3 cucharadas soperas de pan rallado,

3 cucharadas soperas de harina (no muy llenas),

sal.

Se limpian y se lavan muy bien los mejillones (receta 686) y se ponen en una sartén

con 1 vaso de agua, otro de vino blanco, la chalote pelada y picada menuda y

sal. Se ponen a fuego vivo y se saltean. Cuando están abiertos se retiran del

fuego, desechando los que quedan cerrados, pues es señal de que están

malos. Se vacían de su concha, se pican en dos o más trozos, si son muy grandes, y se

reservan en un tazón tapado para que no se resequen. Se deja cocer el caldo de la

sartén unos 10 minutos más para que quede más concentrado. Se cuele entonces por

un colador de tela metálica con una tela fina metida dentro para que no pase la

arenilla. Se reserva también este líquido.

En una sartén se pone el aceite y algo más de la mitad de la mantequilla a derretir;

cuando está derretida se añade la harina, se dan unas vueltas (sin que llegue a tomar

color) y, poco a poco, se agrega la leche fría, sin dejar de dar vueltas con una

cuchara o las varillas. Se añade entonces como 1 vaso (de los de agua) del líquido de

cocer los mejillones. Se deja cocer unos

5 minutos. Se echa el curry, el perejil y la sal

(se prueba).

En un tazón se tienen las 2 yemas con el zumo de limón. Se mezcla muy poco a poco

con algo de bechamel, para que no se cuajen las yemas, y se vierte esto en la

bechamel, así como los mejillones reservados al principio. Se reparte esto en 6

platitos o mejor en unas conchas verdaderas o de porcelana. Se espolvorean con un

poco de pan rallado y se ponen unos trocitos de mantequilla encima de cada concha.

Se meten al horno fuerte a gratinar, hasta que las conchas estén doradas.

Se sirven en las mismas conchas.

692.—BECHAMEL DE MEJILLONES EN SUS CONCHAS

Se preparan igual que la bechamel de almejas (receta 651).

693.—MEJILLONES CON MANTEQUILLA, AJO Y PEREJIL

2 kg. de mejillones grandes,

Mantequilla:

1 vaso (de los de vino) de agua fría,

250 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

3 dientes de ajo,

1 chalote,

*3 cucharadas soperas de perejil
picado.*

1 pellizco de hierbas aromáticas,

sal.

Se limpian y se lavan los mejillones (receta 686). Pero se cuecen en la sartén con agua,

vino blanco, una chalote picada, un buen pellizco de hierbas aromáticas y sal. Se

calientan y saltean bien, y cuando las conchas están abiertas se retiran. Se les

quita la concha vacía y se colocan todos los mejillones con la concha tocando el

fondo en platitos de metal individuales.

Se mezcla bien en una ensaladera la mantequilla (que no tiene que estar fría, pero

tampoco a punto de derretirse), los dientes de ajo, pelados y picados muy finos, y

el perejil. Una vez bien mezclada esta pasta, se pone con un cuchillo de punta

redonda un poco encima de cada mejillón. Debe quedar bien cubierto. Se meten en

el horno unos 3 minutos solamente, lo justo para que esté la pasta derretida y muy

caliente, y se sirven en seguida.

**694.—PINCHOS DE MEJILLONES,
BACON Y CHAMPIÑONES (salen 6**

pinchos

grandes y bien llenos)

3 kg. de mejillones grandes,

½ limón,

9 lonchas finas de bacon,

aceite,

*¼ kg. de champiñones de París
medianos,*

sal,

6 pinchos largos.

Se lavan, se limpian y se abren los mejillones (receta 686). Cuando están abiertos se

retiran en seguida del fuego, pues se terminarán de hacer en los pinchos.

Se cogen los champiñones y se separan las cabezas de los podúnculos, se cepillan bien

las cabezas y se lavan en agua fresca con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón.

Se pone en cada pincho la cabeza de un champiñón al principio, en mitad de la

brocheta y al final. Entre medias se alternan los mejillones (sacados de sus

conchas) de dos en dos con unos trocitos de bacon doblados. Se sala todo y con una

brocha plana, mojada en aceite fino, se unta el conjunto del pincho.

Se ponen éstos en una besuguera de forma que el alambre quede en el reborde de la

besuguera y lo que está relleno en alto para que no toque el fondo. Se mete a horno

mediano, previamente calentado, unos 20 a 30 minutos, dando vueltas a los pinchos

de vez en cuando. Tiene que estar el bacon y el champiñón hecho, esto determina el

tiempo de horno.

Se sirven asimismo los pinchos, puestos en una fuente de servir.

695.—MANERA DE COCER LOS PERCEBES

Se lavan primero muy bien con agua fría pero sin dejarlos permanecer en ella mucho

tiempo.

En una cacerola se pone agua muy

abundante para que cubra bien los
percebes, y sal

en la proporción de 2 cucharadas
soperas de sal por litro de agua. Cuando
cuece

el agua a borbotones se echan los
percebes, y cuando vuelve a hervir se
dejan

cocer 5 minutos; después de este tiempo
se aparta la cacerola, y al estar el agua

templada, casi fría, se sacan, se escurren
y se sirven.

**696.—VIEIRAS O CONCHAS
PEREGRINAS (6 personas)**

9 vieiras,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

200 gr. de champiñones frescos,

4 cucharadas soperas de pan rallado,

150 gr. de mantequilla,

*4 cucharadas soperas de salsa de
tomate, espesa,*

zumo de 1 limón,

sal y pimienta de Cayena.

*1½ vaso (de los de vino) de buen vino
blanco,*

1 cebolla mediana (50 gr.) picada,

Se abren las conchas como las ostras. Se tira la concha de arriba y se quita la bolsa

marrón que lleva dentro el bicho y se tira. Se desprenden con cuidado las carnes del bicho y el coral (parte roja).

En un cazo se pone un trozo de mantequilla (unos 35 gr.), la cebolla

pelada y muy picada; se dan un par de vueltas con una cuchara de madera,

se añade la carne de las vieiras y se espolvorean las hierbas aromáticas, un

poco de sal, la cayena, y se rocía con el vino blanco. Se saltean durante unos 5 minutos.

Se lavan con agua y unas gotas de limón los champiñones, quitándoles bien

la arena con un cepillo; se cortan en láminas y se ponen en un cazo, con un

trozo de mantequilla (25 gr.), unas gotas de zumo de limón y sal. Se hacen

a fuego lento durante unos 10 minutos (más o menos) y se reservan.

Una vez salteadas las vieiras, se escurren del jugo y se cortan en

rebanaditas de 1½ cm. de gruesas, así como el coral. Se untan las conchas

con mantequilla abundante y se reparten en ellas la carne de las vieiras, los

champiñones y el coral, que se coloca por encima en el centro.

En el cazo donde se ha quedado la cebolla y el vino blanco se añade el

tomate. Se mezcla y calienta bien y se reparte esta salsa por encima de las

vieiras. Se espolvorean con pan rallado y se ponen varios trocitos como

avellanas de mantequilla encima de cada

concha. Se mete al horno,
previamente calentado, hasta que se
doren por arriba y se sirven en la misma
concha.

BUDINES Y PLATOS CON PESCADOS VARIADOS

697.—BUDIN FINO DE MERLUZA (6 personas)

*¾ kg. de merluza (puede ser fresca o
congelada, pan (mejor del día
anterior), unos 200 gr.,*

u otro

*1½ vaso (de los de agua) muy lleno de
leche muy*

pescado blanco),

caliente,

4 huevos enteros,

un poco de nuez moscada,

2 claras,

50 gr. de mantequilla,

la miga de una barra de

sal.

Salsa:

O bien de tomate clarita, o bechamel clara (con mitad leche y mitad agua

de cocer el pescado) y una yema y unas colas de gambas.

Se pone la merluza a cocer en agua fría y sal, y cuando empieza el agua a hervir a

borbotones se retira y se deja templar.

Se saca entonces el pescado del agua y se

le quita la piel, la raspa y las espinas y se desmenuza muy fino.

Se pone en una ensaladera la miga de pan con la leche hirviendo, y cuando está

bien embebida se mezcla con el pescado y se machaca bien con un tenedor. Se añade

la mitad de la mantequilla, que se deshaga bien, las yemas de huevo, la sal y un

poco de nuez moscada rallada, y, al final, las 6 claras a punto de nieve muy firmes.

Se unta con el resto de la mantequilla una flanera de unos 20 cm. de diámetro y se

vierte la masa dentro.

Se enciende el horno unos 10 minutos antes de meter el budín y se tiene

preparada una bandeja algo profunda con agua hirviendo. Se mete al baño maría,

más o menos una hora, a fuego mediano.

Se desmolda en la fuente donde se vaya a servir, pasando antes un cuchillo por todos

los bordes.

Se cubre con la salsa deseada y se sirve en seguida.

Salsa bechamel:

½ litro de leche,

25 gr. de mantequilla,

¼ litro de agua de cocer el pescado.

2 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de harina fina,

Se procede como siempre (receta 67) y se añade a última hora una yema

(desliéndola con un poco de salsa en un tazón para que no se cuaje).

Si son colitas de gambas, se pone un

poco menos de líquido para hacer la salsa y se

añaden las gambas crudas en cuanto empieza a hervir la salsa, pues así dan más

gusto y se quedan más jugosas.

698.—BUDIN DE PESCADO CON PATATAS Y TOMATE, FRIO O CALIENTE (6

personas)

¾ kg. de pescado blanco (merluza, pescadilla, 1 cucharada (de las de café) de azúcar,

etc.),

sal.

2 patatas medianas (150 gr. cada pieza),

2 huevos enteros,

Caldo corto:

1 clara de huevo,

agua,

50 gr. de mantequilla,

1 chorro de vino blanco (2 cucharadas soperas),

un poco de pan rallado,

2 trozos de cebolla (25 gr.),

sal.

1 hoja de laurel,

Salsa de tomate:

sal.

½ kg. de tomates blandos,

2 cucharadas soperas de aceite,

Con los tomates, el aceite, el azúcar y la sal hacer una salsa de tomate (receta 63).

Después de pasada por el pasapurés se deja unos 30 a 45 minutos que espese mucho, se aparta y se tiene en espera.

Se pone el pescado a cocer en un caldo corto previamente preparado. Cuando

hierve a borbotones, se separa en seguida y se deja unos 10 minutos en el agua

caliente. Después se saca. Cuando está templado se quita la piel y las espinas. Se

desmenuza con mucho cuidado. Se reserva.

Mientras se prepara el pescado se cuecen las patatas —lavadas y sin pelar —

en agua fría que las cubra bien, y sal. Se cuecen durante 30 minutos (más o

menos); se pinchan para saber si están. Se pelan y se pasan por el pasapurés,

poniendo el puré en una cacerola más bien grande. Se les añade la mitad de

la mantequilla, se mueve bien, y después se añade el pescado muy

desmenuzado y 2 cucharadas soperas de tomate (que es más o menos lo que

quedará en la sartén, después de hecho).

Se baten como para tortilla 1 huevo entero con la yema del otro. Se añade al

puré y se echa la sal; por fin se montan las 2 claras a punto de nieve y se

agregan suavemente.

Se unta con el resto de la mantequilla el molde (que puede ser alargado,

pues se corta y aprovecha mejor el budín. Puede tener unos 24 cm. de largo

para esta cantidad). Se espolvorea con pan rallado y se sacude el molde

para que no quede más que el pan
preciso pegado a la mantequilla. Se

rellena con la masa y se mete en el
horno a baño maría, unos 45 minutos
más

o menos. Se pincha a la media hora con
un alambre, y si queda limpio es que
el budín ya está.

Se pasa un cuchillo de punta redonda
todo alrededor del molde.

Se puede servir caliente, cubierto con
salsa de tomate, o con bechamel; o frío
con mayonesa aparte. Se adorna

entonces con rodajas de tomate y huevo duro o

con gambas.

BUDIN DE BONITO FRIO (Véase receta 539.)

Se saca el molde del horno, se pasa un cuchillo de punta redonda alrededor de

la flanera y se vuelca en una fuente redonda y un poco honda. Se vierte la salsa por encima y se sirve en seguida.

699.—GUISO DE PESCADO A LA MARINERA (6 personas)

600 gr. de merluza (pescadilla u otros pescados 1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

que se quiera),

2 pastillas de caldo (Avecrem, Maggi, etc.),

700 gr. de rape,

2 yemas de huevo (facultativo),

4 cucharadas soperas de aceite,

3 cucharadas soperas de leche fría,

1 cebolla grande (150 gr.),

1 pellizco de hierbas aromáticas (o una hoja de

2 zanahorias medianas (100 gramos),

laurel, tomillo y perejil),

2 tomates medianos maduros (200 gr.),

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 diente de ajo,

sal y pimienta.

1 cucharada sopera de harina,

1 vaso (de los de agua) de agua,

Se pone el pescado que se quiera,
siempre que sea de clase bastante fina.

Se

hacen filetes para quitarles las espinas,
se lava y se seca bien y se corta todo en

cuadraditos no muy pequeños. En una
cacerola se pone el aceite a calentar,
una

vez caliente se echa la cebolla pelada y
picada, así como el diente de ajo

picadito; se añaden las zanahorias
también peladas y los tomates pelados,
cortados

en trozos y quitadas las simientes. Se

deja todo esto de 6 a 8 minutos. Se
agrega

la harina, se dan unas vueltas y, poco a
poco, se añade el agua y el vino. Se

ponen las pastillas de caldo deshechas
en un poco de agua y se añade el
pescado

y el pellizco de hierbas aromáticas. Se
da vueltas con una cuchara y se deja
cocer

a fuego mediano unos 20 minutos. Se
sala y se pone pimienta, teniendo en
cuenta

que los calditos son salados.

En el momento de servir el pescado, se ponen en un tazón las 2 yemas de huevo

y se baten con la leche, se añade poco a poco unas cucharadas de la salsa de cocer

el pescado, con el fin de que no se cuajen las yemas. Se vierte esto en el pescado,

se mueve bien, sin que cueza ya (esto es facultativo, aunque mejora mucho el guiso).

Se prueba de sal. Se espolvorea el perejil picado y se sirve en seguida.

700.—CONCHAS DE PESCADO (6

personas)

Un resto de pescado (rape, rodaballo, merluza, ½ vaso, más o menos (de los de agua), de agua de besugo, lubina, etc.),

cocer los desperdicios de las gambas,

150 gr. de gambas,

1 pellizco de curry (facultativo),

30 gr. de mantequilla,

100 gr. de queso gruyère rallado,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

sal.

1 cucharada sopera colmada de harina,

1 vaso (de los de agua) lleno de leche fría,

Se pelan las colas de las gambas y se reservan.

En un cazo se ponen los desperdicios de las gambas, se cubren de agua y se

cuecen unos 20 minutos. Se cuela luego el agua apretando bien los desperdicios

para que suelten bien la sustancia.

En unas conchas naturales o de

porcelana (no teniéndolas se utilizan también los

platitos de los huevos al plato) se reparten los restos del pescado (que estará

cocido, o al horno). En una sartén se pone el aceite y la mantequilla a derretir;

cuando están se añade la harina. Se dan unas vueltas y, poco a poco, se añade la

leche fría. Se cuece unos 5 minutos, se agregan las colas de las gambas, se

revuelven y, poco a poco, se vierte el agua de cocer las gambas; se cuece otros

minutos más. Se añade el pellizco de curry y se sala.

Se vierte esta bechamel por encima del pescado, repartiéndola entre los platitos o

las conchas. Se espolvorea el queso rallado y se meten en el horno para gratinar

hasta que esté dorada la bechamel. Se sirven en las mismas conchas.

Nota.-Se pueden sustituir las gambas por unos mejillones que, además de buen

gusto, hacen bonito. Se lavan, se pelan y se abren éstos según la receta 686.

701.—COPAS DE PESCADO Y MARISCO CON SALSA DE HORTALIZAS

(PIPIRRANA) (6 personas)

½ kg. de gambas,

1 pimienta verde mediano,

1/4 kg. de rape,

1 cebolla pequeña (40 gr.),

½ kg. de pescado blanco (merluza, pescadilla),

3 cucharadas soperas de vinagre,

agua,

6 cucharadas soperas de aceite fino,

1 hoja de laurel,

sal y pimienta molida.

sal.

Salsa:

2 tomates maduros grandes.

1 pepino mediano,

Se cuece cada pescado y marisco aparte

con agua fría que lo cubra, una hoja de laurel y sal. Cuando el agua empieza a hervir a borbotones, se retira del fuego. Se saca

el pescado del agua, se limpia de piel, espinas y caparazones el marisco, y se corta

en trozos no muy pequeños. Se colocan en copas individuales y se deja en sitio fresco.

Se prepara la salsa (receta 100).

Unos 10 minutos antes de que se vaya a servir, se revuelve bien la salsa con su

jugo,

repartiéndola entre las copas.

Nota.-El pescado y el marisco se pueden variar todo lo que se quiera.

702.—ALBONDIGAS DE PESCADO (6 personas)

½ kg. de merluza (puede ser congelada),

Salsa:

*un trozo de miga de pan de 125 gr.
(mejor del día 6 cucharadas soperas de
aceite,*

anterior),

1 cebolla mediana (100 gr.) picada,

*1 vaso (de los de agua) de leche
caliente,*

1 cucharada sopera de harina,

1 diente de ajo,

½ litro de agua (de cocer la merluza),

*1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,*

1 hoja de laurel,

1 huevo,

unas hebras de azafrán,

agua,

sal.

1 plato con harina,

½ litro de aceite (sobraré),

sal.

En un tazón se pone la miga de pan en remojo con la leche muy caliente.

Se pone la merluza en un cazo y se cubre de agua fría con sal. Se pone al fuego

y, cuando el agua empieza a hervir, se

retira en seguida. Se escurre bien, se quitan la

piel y las espinas y se desmenuza con un tenedor. Se mezcla entonces en una

ensaladera el pescado, la miga de pan remojada, el huevo entero, el ajo, el

perejil y la sal. Se mezcla bien y se forman bolitas como las albóndigas de

carne. Se pasan por harina. En una sartén se pone el $\frac{1}{2}$ litro de aceite a

calentar y se van friendo las albóndigas de 5 en 5 para que no se estropeen.

En otra sartén se ponen las 6 cucharadas

soperas de aceite (del que ha

sobrado de freírlas). Se echa la cebolla picada, se deja dorar y después se

añade la harina, removiendo con una cuchara de madera hasta que quede un

poco dorada (5 minutos). Se agrega entonces el $\frac{1}{2}$ litro de agua de cocer el

pescado (colada y enfriada, para que no forme grumos) y la hoja de laurel;

en el mortero se machacan las hebras de azafrán, que se disuelven con un par

de cucharadas de la salsa que está cociendo en la sartén. Se añade esto a la

salsa, que cocerá unos 10 minutos. Se cuele la salsa y se ponen las

albóndigas dentro una vez colada, para que se calienten, y se sirve en

seguida con triángulos de pan frito o moldes de arroz blanco, como más guste.

Nota.-Se pueden servir también las albóndigas con una salsa de tomate

clarita en vez de la salsa indicada anteriormente (salsa de tomate, receta 63).

½ kg. de merluza en rodajas,

1 hoja de laurel,

½ kg. de rape en rodajas,

1 ramita de perejil,

2 salmonetes,

1 cáscara de naranja,

1 lubina de ½ kg.,

1 ramita de hinojo,

1 cola de besugo de ½ kg.,

8 cucharadas soperas de aceite,

½ kg. de cangrejos de mar,

agua hirviendo,

2 cebollas medianas,

1 barra de pan de ½ kg. (del día anterior si puede

ser),

3 dientes de ajo,

sal, pimienta y unas hebras de azafrán.

2 tomates pelados y sin pepitas,

1 ramita de tomillo,

Poner en una cacerola la cebolla picada en trozos grandes, los 3 dientes de ajo

(dados un golpe, para estallarlos), los tomates pelados y sin pepitas, el

tomillo, el laurel, el perejil, el hinojo, la cáscara de naranja. Encima de

todo esto, el pescado más duro (rape, cangrejos, besugo) y las 8

cucharadas soperas de aceite, el agua hirviendo (la suficiente para que

cubra el pescado), la sal, la pimienta y las hebras de azafrán (previamente

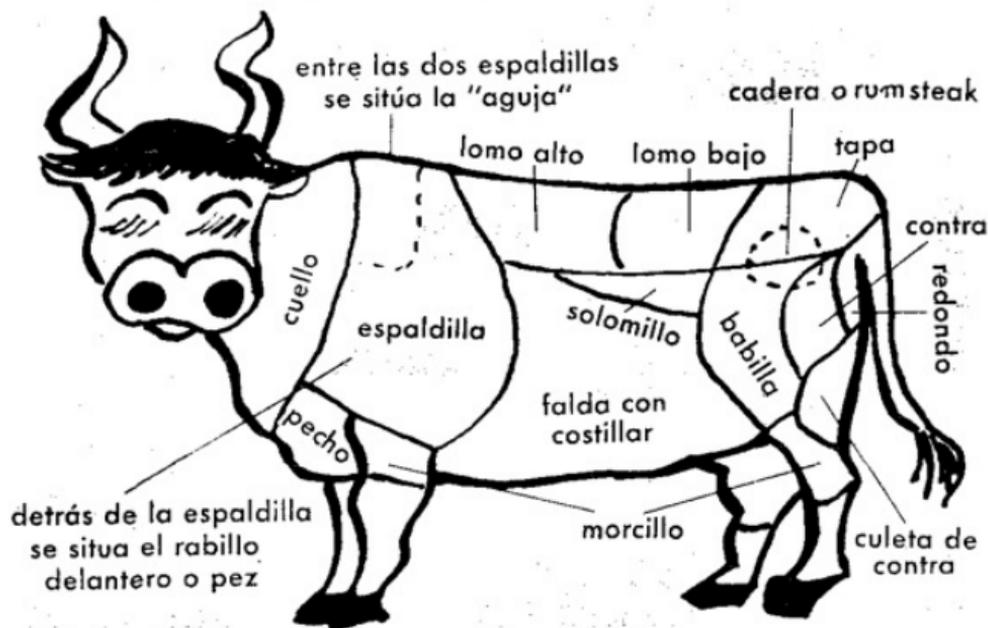
machacadas en el mortero con una cucharada soperas de agua).

Poner a fuego vivo y cuando rompe a

hervir dejar 5 minutos, después de lo cual se añade el resto del pescado y más agua, si hiciese falta. Se pone de nuevo a cocer y, tan pronto como vuelva a hervir, se deja unos 10 minutos.

Retirar entonces del fuego, poner el pescado en una fuente y colar el líquido echándolo en una sopera, en la cual se habrán colocado las rebanadas de pan cortadas de 1½ cm. de gruesas, y verter el líquido por encima.

VACA O BUEY



Carnes y Aves

Para el cocido: pez. morcillo o culata de contra.

VACA

Asados. El horno bien caliente

Fritos o a la plancha

Guisos

desde el principio.

Qué parte Peso por

Tiempo

Qué parte Peso por

Tiempo

Qué parte Peso por Tiempo

pedir

persona

pedir

persona

pedir

persona

3 a 4 minu-

Solomillo en

Solomillo

tos por

filetes

Lomo alto

cada cara

Filetes pica-

Lomo bajo

Redondo

125 gr.

para fri-

150 gr. sin 20 minutos

dos (ham-

Cadera o

Rabillo

180 gr. a

a

tos me

huesos

por cada

2½ a 3

burgue-

Rumsteak

Espaldilla

200 gr.

150 gr.

dianos

250 gr. con ½ kg

horas

sas)

Tapa o con-

Falda

p/persona

p/persona 4 a 6 minu-

huesos

Lomo bajo

tos para

tra

Tapa

Tapa, cade-

bien fri

Tapa (es **más**

ra, babilla

tos

seco)

Se calcula normalmente unos 125 gr. de carne de vaca por persona cuando es para

filetes a la plancha o fritos.

Para asada, unos 150 gr., pues merma algo (solomillo, lomo, etc.) Para guisada, 200 gr.

por persona (redondo, ragoût, etc.), pues es la forma en que mengua más.

704.—FILETES A LA PLANCHA O FRITOS

Los filetes de solomillo, lomo bajo o lomo alto y rumsteak (tapa, o contratapa) son los

mejores.

Son muy buenos también y muy clásicos los filetes de babilla y cadera, pero son

algo más duros y secos, sobre todo si la res estuviese recién matada. Se compran más delgados que los anteriores.

Acompañamientos

Los filetes se pueden acompañar de muchas maneras:

Patatas fritas: cortadas gordas, paja o a la inglesa.

Con puré de patatas.

Con toda clase de verduras: guisantes, judías verdes, pimientos verdes fritos, etc.,

cebollas fritas en buñuelos, tomates rebozados y fritos o al horno asados, etc. (estas

recetas vienen en el capítulo de verduras).

O simplemente con una ensalada.

No pondremos para cada filete el acompañamiento, que será a gusto de cada uno.

705.—FILETES A LA PLANCHA

Se unta un poco de aceite en cada cara del filete y se tienen de $\frac{1}{2}$ a 1 hora así en reposo. Se enciende la plancha (o a falta

de plancha se usa una sartén gruesa tipo

Tefal, Magefesa, etc., de las que no necesitan grasa), unos 10 minutos antes.

Se ponen

los filetes en ella y se tienen de 4 a 6 minutos por cada cara, salando la cara que se

vuelve cuando está ya hecha.

Se suele poner al servir cada filete, una rodaja fina de limón con un montoncito de

mostaza encima (como una avellana con cáscara), o con mantequilla revuelta con

perejil, como más guste.

Mantequilla con perejil:

Se tiene la mantequilla blanda (fuera de la nevera) y se revuelve con perejil picado.

Una vez mezclada, se mete otra vez en la nevera un rato para que se endurezca y tenga mejor presentación.

Se sirve también, cuando son filetes de solomillo (tournedos), con salsa bearnesa

(receta 73) o salsa de mantequilla y anchoas (receta 86), servidas aparte.

706.—FILETES FRITOS

Se salan los filetes por las dos caras y se fríen en una sartén en la que se habrá

puesto un poco de aceite a calentar (sólo el fondo de la sartén cubierto con un

poco de aceite). Se fríen unos 5, minutos de cada lado (este tiempo medio es muy

personal según guste el filete, se puede dejar menos o también más).

Se ponen los filetes en una fuente caliente con la salsa de freírlos por encima.

Se salan antes de freír con el fin de

facilitar la salida de la sangre del filete.

Esta se mezcla al aceite de freír y da una salsa muy buena, con la cual se rocían los

filetes.

**707.—FILETES DE SOLOMILLO
CON SALSA DE OPORTO Y
MOSTAZA (6**

personas)

6 filetes de solomillo,

*1 cucharada (de las de café) de
mostaza,*

*4 cucharadas soperas de aceite,
sal.*

*5 cucharadas soperas de vino de
oportó,*

Con los dedos se unta un poco de aceite en las dos caras de los filetes y se dejan reposar así una $\frac{1}{2}$ hora.

Se echa sal a los filetes, se fríen según guste a cada persona, un término medio de

3 minutos por un lado y 4 minutos por el otro. Se reservan en una fuente al calor.

En la sartén donde se han frito los filetes y con el jugo que han soltado al freírlos

se pone el oporto y la mostaza. Se revuelve bien y se cuece un par de minutos. Se

vierte esta salsa sobre cada filete y se sirve en seguida, acompañando con la

guarnición que se quiera (verduras, puré de patatas, patatas fritas o rehogadas,

etc.)

708.—FILETES DE SOLOMILLO O LOMO, CON UN PICADITO DE CHAMPIÑÓN,

CEBOLLA Y JAMON (6 personas)

6 filetes de solomillo o lomo bajo un poco gruesos, 200 gr. de champiñones frescos,

de unos 150 gr. cada uno),

100 gr. de jamón serrano veteadado (no muy curado,

5 cucharadas soperas de aceite,

pues está más duro),

3 cebollitas francesas medianas (150 gr.),

20 gr. de mantequilla,

zum de un limón,

sal.

Se untan los filetes por las dos caras con el aceite $\frac{1}{2}$ hora antes de ir a hacerlos.

Se lavan y cepillan los champiñones, quitándoles la parte terrosa del pedúnculo. Se

van echando en agua fría con unas gotas de limón. Se escurren en seguida para

que no pierdan su aroma y se pican en trocitos como de $1\frac{1}{2}$ cm. Se ponen en un

cazo con la mantequilla, unas gotas de limón y sal. Se hacen a fuego mediano

durante unos 10 minutos. Se reservan.
En una sartén se ponen 3 cucharadas de
aceite a calentar. Se pelan y se pican las
cebollas y se ponen en la sartén a fuego
mediano, revolviéndolas de vez en
cuando con una cuchara de madera.
Cuando la
cebolla se pone transparente (unos 5
minutos), se le añade el jamón picado,
se
revuelve un poco y se añaden los
champiñones con su jugo. Se reserva al
calor muy
suave.

Se hacen a la plancha o se fríen en una sartén (según se quiera) los filetes. Se salan

cuando ya está una cara frita y luego por el otro lado. Se ponen en una fuente

donde se vayan a servir y con una cuchara se pone encima de cada filete un

montón del revuelto de champiñones, jamón y cebollas con el jugo que ha soltado. Se

sirve en seguida en platos calientes, a ser posible.

**709.—FILETES DE SOLOMILLO
CON MANTEQUILLA Y ANCH**

OAS (p e r s o n a s)

6 filetes de solomillo (pequeños pero gruesos),

8 anchoas (de lata),

3 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada soperas de perejil,

100 gr. de mantequilla,

el zumo de un limón,

sal.

Se untan los filetes con un poco de aceite por las dos caras una ½ hora

antes de

hacerlos.

Se hacen a la plancha o en una sartén con muy poca grasa, unos 5 cinco minutos por

cada cara. Se salan muy ligeramente después de fritos y se reservan al calor.

En un mortero se machacan las anchoas (bien escurridas de su aceite) con parte

de la mantequilla primero. Después de bien hechas puré, se agrega el resto de la

mantequilla. Esto se pone en la sartén

donde se han hecho los filetes. Una vez derretida la mantequilla (sin que se fría), se añade el zumo de limón y el perejil

picado. Se revuelve todo y se vierte por encima de los filetes, ya puestos en su

fuelle de servir (o se sirve en salsa aparte). Se adorna con patatas fritas o puré de

patatas.

710.—FILETES DE SOLOMILLO A LA PIMIENTA Y FLAMEADOS CON

COÑAC- (6 personas)

6 filetes de solomillo (de 150 gr. cada uno),

6 cucharadas soperas de buen coñac (1/2 vaso de

los de vino),

1 cucharada sopera de pimienta en grano (15 gr.)

para cada filete,

3 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Se salan las dos caras de cada filete. Se machacan un poco los granos de

pimienta, de forma que queden en trozos y no en polvo. Se ponen repartidos

encima de las dos caras de cada filete, apretando luego bien para incrustarlos y

que no se caigan al freír éstos.

Se coge una sartén amplia y de chapa gruesa (Tefal, Magefesa, etc.), se pone el

aceite a calentar; una vez bien caliente, se ponen los filetes de 3 en 3 y se dejan

minutos de cada lado (para una carne medianamente frita, cuyo centro saldrá rosado).

Mientras se fríen los filetes, se pone el coñac en un cazo pequeño a calentar.

Cuando está templado, se le prende fuego con una cerilla y flameando se rocían los

filetes: se coge en seguida el coñac con una cuchara sopera y se flamean lo más

posible para que se queme el coñac bien y no resulte fuerte.

Se ponen los filetes en la fuente de servir (que estará caliente) y se rocían

con su

salsa. Se sirven en seguida.

**711.—FILETES DE SOLOMILLO
CON CHAMPIÑON, TRUFA Y
CREMA (6 personas)**

6 filetes de solomillo (150 gr. cada uno),

100 gr. de champiñones frescos,

un poco de aceite fino para untar los filetes,

el zumo de ½ limón,

6 rebanadas de pan tostado,

20 gr. de mantequilla,

20 gr. de mantequilla (para el pan),

1 latita de trufas,

3 cucharadas soperas de buen coñac,

4 a 5 cucharadas soperas de crema líquida,

sal y pimienta.

Se limpian de tierra, se lavan bien los champiñones y se pican. Se ponen en un cazo

con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón, la mantequilla y un poco de sal. Se saltean de vez en

cuando durante los 10 minutos que necesitan para hacerse. Se pica también la trufa y

se mezcla con el champiñón, añadiendo también el jugo de la trufa. Se reserva al calor.

Se unta una cara de las rebanadas de pan (de molde o corriente) con un poco de

mantequilla y se tuestan. Se reservan- al calor. Se fríen los filetes, previamente

untados por las dos caras, con aceite fino. Cuando están fritos de un lado, se

vuelven y se sala la cara ya frita (de 4 a

6 'minutos de cada lado, según guste). Se ponen en la fuente donde se van a servir.

En un cazo se calienta el coñac, se prende con. una cerilla y se vierte prendido por

encima de los ,filetes, flameándolo bien. Se pone entonces debajo de cada filete una

rebanada de pan y se reserva la fuente al calor mientras se hace la salsa. En el

cacito de los champiñones se añade la crema líquida. Se calienta revolviendo todo,

pero con mucho cuidado de que la crema no hierva; se rectifica de sal y se rocían los filetes con esta salsa.

Se sirve con puré de patatas o bolitas de puré.

712.—FILETES CON ACEITUNAS Y VINO BLANCO (6 personas)

6 filetes de lomo bajo o cadera (125 gr. cada uno), ½ cucharada (de las de café) de extracto de carne (Liebig, Mandarín, etc.),

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

4 cucharadas soperas de aceite,

125 gr. de aceitunas sin huesos,

sal.

1 cucharada (de las de café)

de concentrado de tomate (o de salsa espesa),

Se echan las aceitunas en un cazo con agua fría, se ponen al fuego y se les da un

hervor de 3 minutos; después se escurren bien, se secan con un paño limpio y se

cortan en dos mitades. En una sartén se pone el aceite a calentar. Mientras tanto,

se

echa sal ligeramente por cada cara de los filetes. Se fríen de dos en dos y se reservan al calor.

En la misma sartén, escurrida de la mitad de la salsa, se ponen las aceitunas, el vino

blanco, el tomate y el extracto de carne. Se revuelve todo bien y se deja cocer unos 3 ó

4 minutos. Se colocan los filetes en una fuente, con la guarnición que se haya elegido (patatas fritas, puré, etc.), y se

vierte la salsa por encima de los filetes.
Se

sirven en seguida.

**713.—FILETES EMPANADOS (6
personas)**

6 filetes de cadera o babilla,

2 huevos,

delgados (125 gr. cada uno),

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite (sobrará mucho),

1 diente de ajo (facultativo),

sal.

1 ramita de perejil,

1 plato con pan rallado,

Se piden en la carnicería unos filetes delgados; si no, se aplastan para que queden

finos.

En el mortero se machaca el diente de ajo, la ramita de perejil y un poco de sal

(esto es facultativo).

Con la punta de los dedos se untan las dos caras de cada filete con esto.

Después

se pasan por el huevo batido como para tortilla y luego por pan rallado, que tiene

que quedar muy uniforme por todo el filete.

Se preparan con un .poco de anticipación ($\frac{1}{2}$ hora basta) para que el pan rallado

quede bien, adherido.

Se fríen en aceite abundante.

Nota.-Se puede suprimir el ajo y el perejil machacados en el mortero y sólo

salar y empanar los filetes.

714.—FILETES A CABALLO (CON HUEVOS) (6 personas)

6 filetes de solomillo (de unos 150 gr. cada uno),

el zumo de ½ limón,

6 rebanadas de pan de molde,

6 huevos,

50 gr. de foie-gras,

½ litro de aceite (sobrará),

sal y pimienta.

Se cortan los filetes gruesos y se les ata

una cuerda alrededor con el fin de que no

ensanchen al freír.

Se untan con un poco de aceite (con la punta de los dedos) una 1/2 hora antes de

hacerlos. Se salan y se echa pimienta en los filetes (por cada cara) y se fríen en una

sartén gruesa (Tefal, Magefesa, etc.), previamente calentada y sin más grasa que la

que tienen los filetes untados. Se hacen unos 3 minutos por una cara y 4 por la otra (o

más si se quiere). Se reservan al calor.

Mientras tanto, se tuestan o se fríen las rebanadas de pan y, una vez doradas, se untan con un poco de tole-gres por una cara. Se reservan al calor.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríen los huevos. En una fuente se

colocan las rebanadas de pan y encima de cada una 1 filete. Se calienta la salsa que

han soltado, añadiéndole el zumo de limón. Se rocía cada filete con esto y sobre

cada filete se coloca 1 huevo frito. Se suele servir solo o con ensalada aparte o acompañados de patatas fritas (paja o a la inglesa).

**715.—FILETES (CEBON)
RELLENOS DE JAMON,
ACEITUNAS Y HUEVO DURO (6
personas)**

6 filetes de cadera de cebón (125 gr. cada uno, 1 cebolla pequeña (60 gr.), cortados muy delgados),

1 diente de ajo

12 aceitunas,

1 ramita de perejil,

100 gr. de jamón serrano,

1 cucharada sopera rasada de harina,

2 huevos duros,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

harina en un plato para rebozar,

4 vasos (de los de agua) de agua,

aceite para freír, ¼ litro (sobrará),

sal.

Se pican las aceitunas, el jamón y el huevo duro. Con ello se rellenan los filetes,

dejando un poco de relleno para añadir luego en la salsa. Se enrollan los filetes y

se atan con una cuerda fina, dejándole un rabo para poderla agarrar cuando se

vaya a quitar, al servir.

En una sartén se pone el aceite. Cuando está caliente, se rebozan los filetes

ligeramente con harina y se fríen de 3 en 3. Se reservan en un plato.

En una cacerola se ponen 6 cucharadas soperas del aceite donde se han frito los

filetes, se echa la cebolla muy picadita, que se dora. Se ponen entonces los

filetes, el vino blanco y el agua. En un mortero se machaca el diente de ajo con el

perejil y un poco de sal; se deslía lo del mortero con 2 ó 3 cucharadas de salsa

donde está cociendo la carne y se echa en la cacerola.

Se revuelve bien y se cuece a fuego mediano-lento durante unos 45 minutos (según

sean de duros los filetes).

Al ir a servirlos, se les quita la cuerda y se le echa a la salsa el resto del relleno

para que dé un hervor. Se vierte por encima y se sirven con picatostes, arroz blanco

o puré de patatas.

716.—FILETES REUELENOS DE JAMON YORK Y ACEITUNAS (6 personas)

*6 filetes de babilla o cadera, de 125 gr.
cada uno y 1 vaso (de los de agua) de
aceite,*

cortados delgados,

2 cubitos de caldo de pollo o carne,

*3 lonchas grandes (pero finas) de
jamón de York,*

2 cucharadas soperas de harina,

*100 gr. de aceitunas rellenas de
pimientos,*

el zumo de un limón,

2 vasos (de los de vino) no muy llenos

de vino

blanco,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

1½ vasos (de los de agua) de agua,

1 cebolla mediana (50 gr.),

1 diente de ajo,

sal y pimienta.

Se sazona con sal y pimienta ligeramente cada filete. Se coloca en cada uno ½ loncha de

jamón y en el centro un poco de

aceitunas picadas. Se enrolla cada filete y se

mantiene así con un palillo o con una cuerdecita (que luego al servir se quitará).

Se pone en una cacerola el aceite a calentar. Se doran los filetes de 2 en 2 y se van

reservando en un plato aparte. Una vez fritos, se retira un poco de aceite, no

dejando más que el preciso para dorar la cebolla y el diente de ajo, pelados y

picados. Se refríen hasta que están empezando a dorarse (unos 10 minutos).

Se

añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchara de madera y se echa el vino,

los calditos desmenuzados, las hierbas aromáticas y algo de agua. Se da un hervor

a la salsa y se ponen en ella los rollitos de carne, dejándolos cocer a fuego lento

durante 1¼ horas. Se añade entonces el zumo de limón y se cuece durante otros 15

minutos.

Hay que comprobar después de este

tiempo si la carne está tierna (esto depende de la

clase), pinchándola con un alambre; si hace falta, se deja un poco más.

Se sacan los rollitos, se les quita , el palillo o la cuerda y se colocan en la fuente

donde se servirán. Se cubren con la salsa, que se pasará por el chino, apretando

mucho para que dé toda su sustancia la cebolla.

Se puede adornar con puré de patatas o arroz blanco.

**717.—FILETES (CEBON)
GUISADOS CON CERVEZA Y
CEBOLLA (6 personas)**

*6 filetes cortados gruesos (redondo,
rabillo tapa, 1 botella de cerveza (o
1½, según tamaño),*

etc.),

sal.

5 cucharadas soperas de aceite,

3 cebollas grandes (700 gr.),

Se pone el aceite a calentar en una
cacerola. Cuando está en su punto, se
pasan los

filetes sólo un minuto de cada lado y se sacan. Se reservan en un plato.

Se pelan las cebollas y se cortan en redondeles finos a lo ancho (para que cuando se

separe la cebolla forme unos aros). Se pone la mitad de las cebollas donde está el

aceite de freír la carne, se posa la carne encima, se sala y se cubre con la otra mitad

de las cebollas. Se tapa la cacerola y se deja a fuego muy lento durante unos 10

minutos más o menos, hasta que la

cebolla se ponga transparente; entonces se le

echa la cerveza, lo bastante para que cubra la carne. Se vuelve a tapar la cacerola y

se deja a fuego mediano lento unas 2 ó 3 horas (según sea de dura la carne).

En este tiempo conviene mover de vez en cuando la carne en su salsa para que no se

agarre.

Se sirve en una fuente con la salsa y la cebolla por encima de la carne, y se puede

acompañar con molde de arroz blanco o puré de patatas.

718.—LOMO DE VACA CON PEREJIL, MANTEQUILLA Y LIMON

800 gr. a 1 kg. de lomo alto, en 1 ó 2 filetes 2 cucharadas soperas de aceite,

grandes (también se puede hacer lo mismo con

rumsteak),

el zumo de un limón,

50 gr. de mantequilla,

*1 cucharada sopera de perejil picado,
sal y pimienta.*

Se unta el filete grande de lomo con aceite por cada cara. Se enciende el horno

fuerte unos 10 minutos y, pasado este tiempo. se pone encima de la parrilla el lomo

unos 8 minutos por una cara y 10 por la otra. Se saca y se le echa sal y pimienta

por las dos caras, y se coloca en la fuente donde se va a servir. Se corta

entonces en trozos de unos 3 dedos de

ancho (4 cm.) Se recoge el jugo que haya

soltado y se pone en una sartén pequeña con la mantequilla. Se calienta todo sin que

la mantequilla haga más que derretirse y no cocer. Se agrega el limón y el perejil. Se

revuelve bien y se vierte por encima del lomo. Se sirve en seguida en platos calientes.

**719.—LOMO DE VACA CON
SALSA DE VINO TINTO (6
personas)**

800 gr. a 1 kg. de lomo alto, en 1 ó 2 filetes 1¼ vasos (de los de agua) de buen vino tinto,

gruesos y grandes,

3 cucharadas soperas de crema líquida,

4 cucharadas soperas de aceite fino, sal y pimienta negra molida.

2 chalotes medianas (60 gr.),

Se echa el aceite en una sartén grande y, cuando está caliente, se pone el filete de lomo

8 minutos de cada lado (si se quiere medianamente hecha la carne, algo más si se

prefiere, pero esta forma de servir la carne siempre es a base de carne poco hecha

para que esté buena).

Una vez la carne en su punto y estando en la sartén, se sala y se le pone pimienta

de los dos lados. Se retira y se coloca en la fuente donde se vaya a servir,

reservándola al calor. Se pelan y se pican las chalotas, se echan en la sartén

donde

se ha frito la carne y en el mismo jugo se dejan las chalotes unos 5 minutos. Se

revuelven de vez en cuando con una cuchara de madera y se añade el vaso y

cuarto de vino tinto (éste debe de ser bueno, pues es la gracia de la salsa). A

fuego bajo se deja cocer esta salsa durante unos 10 a 15 minutos, con el fin de que

se reduzca. Se añade entonces la crema líquida, teniendo buen cuidado de que no

cueza; se revuelve bien todo y se vierte encima del lomo que está en espera y que

se habrá trinchado en tiras gruesas de 3 dedos de ancho cada una (unos 4 cm. de ancho).

Se sirve en seguida acompañada de patatas cocidas o salteadas, o simplemente de

una buena ensalada servida aparte.

Nota.-Se puede sustituir la crema líquida por 75 gr. de mantequilla. Esta se

incorpora a la salsa al final, en 3 veces, batiendo cada vez mucho y sin que cueza.

720.—FILETES PICADOS O HAMBURGUESAS (6 personas)

Para 6 personas se suelen comprar 750 gr. de carne picada. Esta puede ser de cebón

o de vaca, pero siempre es más sabrosa si se mezcla con carne de salchichas o

simplemente con magro de cerdo.

La proporción para las hamburguesas es de $\frac{1}{2}$ kg. de carne picada y $\frac{1}{4}$ kg. de cerdo o

salchicha.

Para las albóndigas o la carne en rollo,
se suelen poner 400 gr. de vaca o cebón
y 150

gr. de cerdo o salchicha.

También se puede mezclar vaca y
ternera, mitad y mitad.

**721.—FILETES PICADOS
(HAMBURGUESAS) REBOZADOS
(6 personas)**

6 hamburguesas,

¼ litro de aceite,

1 plato con harina,

sal.

2 huevos,

Se salan las hamburguesas por las dos caras. Se pasan ligeramente por harina y

después por huevo batido como para tortilla.

Se tiene una sartén con el aceite caliente y se van friendo los filetes por tandas.

Una vez fritos todos, se sirven en una fuente con el acompañamiento que se quiera.

Nota.-Están también muy buenos los filetes de carne picada solamente salados,

pasados por harina y fritos sin rebozar en huevo.

**722.—FILETES PICADOS
(HAMBURGUESA CON CEBOLLA
(6 personas)**

6 hamburguesas,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 plato con harina,

½ vaso (de los de vino) de agua,

1 cucharada (de las de café) de harina,

1 cebolla grande (250 gr.),

*1 vaso (de los de agua) de aceite
(sobrar ),*

sal.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Cuando est  caliente, se salan las

hamburguesas por las dos caras, se pasan por harina y se fríen de 2 en 2. Se van

poniendo en una cacerola amplia para que no se monten unas sobre otras. Se

quita casi todo el aceite de la sartén, dejando sólo un fondo (como 3 cucharadas

soperas). Se pela la cebolla y se corta toda a tiras finas. Se fríe y cuando empieza a

dorarse se echa la harina, dando unas vueltas con una cuchara de madera; luego se

añade poco a poco el vino y el agua. Se cuece la salsa unos 5 minutos. Luego se vierte

en la cacerola donde están las hamburguesas y se da un hervor de 10 minutos. Se

colocan las hamburguesas en la fuente donde se vayan a servir, se recoge la cebolla

con un tenedor y se coloca encima de ellas y se vierte la salsa en el plato. Se sirve

en seguida acompañado de puré de patatas, o patatas rehogadas.

**723.— HAMBURGUESAS
CON QUESO (6 personas)**

6 hamburguesas,

150 gr. de queso gruyère rallado,

1 plato con harina,

unas ramitas pequeñas de perejil,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

sal.

Se salan las hamburguesas, se pasan por harina y se fríen en una sartén con aceite

caliente (unos 4 minutos de cada lado).

Se ponen entonces en una parrilla y se

espolvorean por encima con queso rallado. Se meten al horno con el gratinador

bien caliente. Se dejan hasta que el queso esté medio derretido. Se adorna cada

hamburguesa con unas ramitas de perejil y se sirven en seguida.

724.—ALBONDIGAS (6 personas)

½ kg. de carne picada,

Salsa:

1 ramita de perejil,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 diente de ajo,

100 gr. de cebolla picada,

4 cucharadas soperas de pan rallado,

2 tomates maduros medianos,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

2½ vasos de agua (de los de agua),

1 huevo batido,

unas ramitas de azafrán (pocas),

½ litro de aceite,

*2 cucharadas soperas rasadas de
harina,*

1 plato sopero con harina,

sal.

sal.

En una ensaladera se pone el perejil y el ajo muy picados y el huevo un poco

batido. Se pone la carne (puede ser ternera, vaca, mezcla de las dos, o mezcla de cada

una de ellas con un poco de cerdo), el pan rallado, el vino y la sal. Se mezcla

muy bien con una cuchara de madera.

Después de bien mezclado todo se hacen

bolas con las manos y, una vez formadas, se pasan ligeramente por harina.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríen las albóndigas, dándoles unas

vuelatas para que se doren un poco. Se retiran y se van colocando en una cacerola

donde no estén apretadas.

Se hace la salsa.

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está, se echa la cebolla y se deja

dorar unos 5 minutos, después se añaden los tomates en trozos y se machacan con el

canto de una espumadera otros 6 u 8 minutos. Se agregan entonces 2 vasos de agua

y la sal. Cuando rompe el hervor, se pasa por el pasapurés sobre la cacerola de

las albóndigas.

En un mortero se machacan en seco las ramitas de azafrán, se añade un poco de

agua del $\frac{1}{2}$ vaso reservado. Se vierte por encima de las albóndigas, se enjuaga el

mortero con el resto del agua y se vuelve a echar sobre las albóndigas,

moviendo

para que se mezcle bien la salsa.

Se dejan cocer de 20 a 30 minutos las albóndigas en su salsa (20 minutos para ternera, 30 minutos para otras carnes).

725.—ROLLO DE CARNE PICADA ASADA (6 personas)

½ kg. de carne picada,

1 Huevo batido,

1 ramita de perejil,

1 plato con harina,

1 diente de ajo,

5 cucharadas soperas de aceite,

1 puñado de miga de pan (125 gr. más o menos),

1 vaso (de los de agua) de agua,

1 vaso (de los de vino) de leche hirviendo,

un poco de harina (para envolver la carne),

*6 cucharadas soperas de vino blanco,
sal.*

En un tazón se pone la miga de pan y se le vierte la leche hirviendo. Se deja un

rato (10 minutos más o menos) para que se empape bien. En una ensaladera se pone el

perejil y el diente de ajo muy picados, la carne (que puede ser vaca o ternera,

mezclada con algo de cerdo), el huevo un poco batido (como para tortilla), el pan

remojado, 3 cucharadas soperas de vino y la sal.

Se mezcla bien con una cuchara de madera. Después de bien mezclado, se

forma

un rollo grande, como un asado. Se envuelve ligeramente en harina.

En una besuguera donde se vaya a asar se pone el aceite a calentar. Cuando

está en su punto, se pone la carne y se dan unas vueltas para que quede bien

dorada por todos lados. Se añaden las otras 3 cucharadas soperas de vino blanco y

el agua y se mete al horno. Este estará previamente calentado a fuego mediano

unos 10 minutos antes. Se asa $\frac{1}{2}$ hora,

más o menos, a fuego mediano vivo,
volviendo

y rociando de vez en cuando el asado.

Se sirve trinchado como un asado y
adornado con moldes de arroz blanco, o
puré de

patatas, o verduras rehogadas, etc.

726.—ROLLO DE CARNE PICADA EN SALSA (6 personas)

½ kg. de carne picada,

1 cebolla grande (100 gr.),

1 ramita de perejil,

1 cucharada sopera de harina (no colmada),

1 diente de ajo,

un poco de harina para envolver la carne,

1 puñado de miga de pan (125 gr. más o menos),

1½ vasos (de los de agua) de agua,

1 vaso (de los de vino) de leche hirviendo,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

1 hoja de laurel,

1 huevo batido,

sal.

4 cucharadas soperas de aceite,

Se procede a preparar la carne igual que en la receta anterior. Una vez envuelta en

harina, se pone el aceite a calentar en una cacerola, se dora la carne y, una vez

dorada, se saca y se reserva. En este mismo aceite se echa la cebolla pelada y

picada a dorar. Cuando está bien dorada

(unos 10 minutos), se le añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchara de madera y se agrega el vino, el agua, la hoja

de laurel, un poco de sal y la carne. Se tapa la cacerola, que no debe ser muy

grande con el fin de que la carne esté bien cubierta por la salsa. Se cuece durante

unos 35 minutos.

Se sirve trinchada como anteriormente y con la salsa aparte en una salsera.

Nota.-Se puede añadir a la salsa unos

champiñones o unas setas, cortados en láminas y

cocidos en la misma salsa, pero puestos sólo unos 15 minutos antes de terminar de

cocer la carne.

727.—CARNE PICADA CON PURE DE PATATAS Y HUEVOS DUROS, AL HORNO (6

personas)

½ kg. de carne picada de vaca

1 puñado de pasas (facultativo),

1 vaso (de los de agua) de leche caliente,

6 cucharadas soperas de aceite,

40 gr. de mantequilla,

1 kg. de patatas,

1 cebolla grande (200 gr.),

1½ cucharadas soperas de azúcar,

2 huevos duros,

agua y sal.

1 huevo,

Se ponen las pasas a remojar con agua caliente que las cubra bien. Con agua, sal,

patatas, mantequilla y leche caliente se hace un puré de patatas (receta 207) y se reserva al calor.

Mientras se cuecen las patatas del puré, se ponen en una sartén las 4 cucharadas

soperas de aceite a calentar. Cuando están calientes, se pone la cebolla pelada y muy

picada a freír. Se le da vueltas hasta que empiece a dorarse (unos 8 minutos). Se añade

entonces la carne picada y se revuelve con la cebolla durante unos 4 minutos más

o menos; se sala. Se añaden las pasas escurridas y se revuelven con la carne (esto es

si gustan las pasas). Se pone la carne en una fuente de cristal o porcelana resistente

al horno. Encima de la carne se ponen los 2 huevos duros cortados en gajos o en

rodajas no muy finas. El puré de patatas se mezcla con el huevo batido como para

tortilla. Con este puré se cubre la carne. Se rocían las 2 cucharadas soperas de aceite por encima del puré y se espolvorea el azúcar con la mano como si fuese sal.

Se mete en el horno, previamente calentado, durante unos 15 minutos y se sirve en la

misma fuente.

728.—GRATINADO DE CARNE PICADA CON ARROZ Y BECHAMEL (6 personas)

*½ kg. de carne (cerdo, ternera o vaca,
mezcla de 2 40 gr. de gruyère rallado,*

carnes),

2 cucharadas soperas de jerez,

200 gr. de arroz blanco,

sal.

4 tomates grandes ($\frac{3}{4}$ de kg. a 1 kg.),

1 cebolla grande (125 gr.),

Bechamel:

3 cucharadas soperas de aceite,

20 gr. de mantequilla,

1 cucharada sopera de perejil picado,

2 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de harina,

½ litro de leche fría,

sal.

En una sartén pequeña se ponen las 3 cucharadas soperas de aceite a calentar.

Se echa la

cebolla pelada y picada muy fina; cuando se pone transparente (unos 5 minutos), se

le añaden los tomates lavados, pelados, quitadas las simientes y cortados en trozos

medianos. Se hacen a fuego lento unos 5 minutos, moviéndolos de vez en cuando

con una cuchara de madera. Una vez hechos, se reservan.

Se hace el arroz blanco como está indicado en la receta 165, pero sin rehogar, y se

reserva.

Se pica la carne cruda en trocitos de $\frac{1}{2}$ cm. En una ensaladera se pone la carne, el

arroz, el refrito de tomate y cebolla, el jerez y el perejil. Se revuelve todo, se

sala y se echa en una fuente de barro, cristal o porcelana 'resistente al horno.

Se hace la bechamel. En una sartén se pone el aceite y la mantequilla a derretir. Una vez

calientes, se añade la harina, se da un par de vueltas con las varillas o una cuchara de

madera y se añade poco a poco la leche fría. Sin dejar de mover, se cuece la

bechamel unos 5 minutos; ésta debe quedar clarita. Se sala ligeramente. Se vierte la

bechamel por encima de la carne. Se

espolvorea con queso rallado y se mete al horno

flojo unos 20 minutos, y luego se pone a gratinar hasta que la bechamel esté

dorada.

Se sirve en la misma fuente.

729.—ASADO AL HORNO

Para un buen asado se calculan 150 gr. por persona.

Los trozos buenos son: el solomillo, el lomo alto o, siendo res grande, también el lomo

bajo y el rumsteak en un trozo. Este último tiene el defecto de tener que trincharse

atravesado, pero aun así resulta bueno.

Siempre conviene un trozo grande para que el asado resulte bien; es decir, por lo

menos 1 kg. y no más de 3 kg., siendo mejor entonces asar la carne en el mismo

horno, pero en dos trozos. Se ata la carne con una cuerda fina dándole bonita

forma. Se unta con la punta de un cuchillo con manteca de cerdo (no se

sala hasta

después de hecho).

Nota.-Para las personas que les guste la corteza del asado un poco tortada, se puede

calentar la manteca en la besuguera donde se vaya a asar y se dan unas vueltas al

solomillo para que se dore. Esto, durante unos 5 minutos como máximo. Después se

procede corrientemente.

Se tendrá el horno encendido a fuego

fuerte unos 10 minutos antes de meter la carne.

Se mete ésta y a los 15 minutos se baja el fuego a mediano-fuerte para que el

asado se haga también por dentro. Hay que tener en cuenta que este tipo de

carne no es buena más que si queda rosada por dentro. La tabla al principio del

capítulo da las normas de tiempo.

Durante la cocción hay que rociar el asado con su jugo varias veces, dándole también

la vuelta con dos cucharas para no pincharle. Unos 10 minutos antes de terminar de

asar la carne, se sala por todos lados. Se termina de asar, se apaga el horno, se abre

y, al par de minutos, se cierra, para que la carne se quede caliente pero parada la

cocción. El asado siempre se trincha mejor así, reposado.

Salsa:

Se quita el solomillo de la besuguera y se deja al calor en una fuente. Se le quita

el

exceso de la grasa a la salsa de la
besuguera, con una cuchara, y se añade
después

un poco de agua caliente y un chorrito de
zumo de limón. Se pone al fuego y con
un

tenedor se mueve bien, rascando un
poco las partes tostadas que son las que
dan mejor

gusto a la salsa. Esta se sirve aparte en
salsera.

730.—ASADO EN CACEROLA

A falta de horno, se usan unas cacerolas de hierro especiales que son gruesas (cocotte).

Se calienta la manteca de cerdo y, una vez derretida, se pone el asado a dorar por todos

lados; una vez dorada toda la carne se volverá solamente cada 10 minutos,

dejando destapada la cacerola.

CARNES GUIADAS

Para hacer platos de carne guisada se compra redondo, rabillo, aguja, falda, tapa o

espaldilla. También al comprar un lomo para asar, los trozos que sobran al darle

bonita forma son muy buenos para guisar. Igualmente pasa con el solomillo: la

parte baja y la parte alta son buenísimas para guisar en trozos.

Se calcula unos 200 a 250 gr. por persona, sin huesos.

La cacerola donde se haga el guiso debe ser gruesa, pues se hace mejor. Se suelen

encontrar de importación en grandes almacenes o en tiendas especializadas

en baterías

de cocina, etc.

**731.—RAGOUT CON
ZANAHORIAS, CEBOLLITAS
FRANCESAS Y GUISANTES (6
personas)**

*1½ kg. de carne de vaca cortada en
trozos,*

*1 vaso (de los de agua) no lleno de
aceite,*

½ kg. de zanahorias,

1 vaso (de los de agua) no lleno de vino

blanco,

¼ kg. de cebollitas francesas,

1 cucharada sopera rasada de harina,

1 cebolla mediana (50 gr.) muy picada,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

*2 cucharadas soperas de salsa de
tomate espesa 20 gr. de mantequilla
(para las cebollitas),*

(facultativo),

agua y sal.

1 lata pequeña de guisantes (o un

puñado frescos

y sin cáscara),

Se corta la carne en trozos cuadrados de unos 3 dedos de grosor. Puede ser morcillo,

falda, o sea, carne de segunda. En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando

está caliente se ponen los trozos por tandas a dorar, y se van reservando en un

plato cuando están bien rehogados.

Una vez rehogada toda la carne se quita

casi todo el aceite, no dejando más que un

poco en el fondo de la cacerola; se pone la cebolla picada y se deja dorar

ligeramente. Se añade la harina y se rehoga todo unos 5 minutos. Se vuelve a

poner la carne en la cacerola, se le echa el vino blanco, después agua para que justo

la cubra. Se sala y se espolvorea el pellizco de hierbas, se mueve bien, se deja

que rompa el hervor y se tapa con tapadera. Se cuece durante 2 horas y

entonces

se agregan las zanahorias, peladas, lavadas y partidas a lo largo en trozos

grandecitos. Se cuece otra hora. Se añaden entonces las 2 cucharadas de tomate.

Durante este tiempo, se ponen las cebollitas francesas previamente peladas a cocer en

un cazo pequeño con un poco de agua (justo que las cubra) y la mantequilla.

Una

vez que están tiernas, pero enteras, se reservan. Unos 15 minutos antes de

servir el

guiso, se añaden las cebollitas y los guisantes escurridos de su agua.

Se sirve en una fuente, previamente templada, y con los platos del servicio también

templados, pues este tipo de ragoût debe de comerse muy caliente para que no se solidifique la grasa.

RESTO DE CARNE DE RAGOUT, EN CANALONES

(Véase receta 262.)

732.—ADOBADA Y GUISADA EN VINO TINTO (6 personas)

1½ kg. de carne de vaca en trozos (tapa y babilla),

1 ramillete con perejil, 1 diente de ajo y unas ramas

de tomillo,

1 cebolla grande (200 gr.),

150 gr. de tocino fresco veteado en lonchitas,

1 zanahoria grande,

2 cucharadas soperas de aceite,

½ litro de vino tinto,

½ litro de agua caliente,

2 hojas de laurel,

sal y pimienta molida.

*½ de vaso (de los de vino) de buen
vinagre,*

Se corta la carne en trozos cuadrados de
3 a 4 cm. de lado.

En un cacharro de barro hondo se ponen
los trozos de carne, encima se corta ½
cebolla

en unos 3 trozos grandes (después de

pelada), la zanahoria pelada y cortada en

rodajas un poco gruesas (como un duro), las 2 hojas de laurel, el ramillete, se sala

y se echa un poco de pimienta. Después se rocía con $\frac{1}{2}$ litro de vino tinto y el

vinagre. Se tapa con tapadera y se tiene así de 6 a 10 horas, en sitio fresco (pero no

en la nevera), moviendo de vez en cuando los trozos para que todos se remojen bien.

Al ir a hacer el guiso se escurren bien

los trozos de carne en un plato. En una cacerola

se pone el aceite y el tocino; cuando están calientes se les echa la otra $\frac{1}{2}$ cebolla

picada, hasta que quede bien dorada. Se echan entonces los trozos de carne y se les

da una vuelta durante unos 10 minutos, moviéndolos bien con una espumadera para

que todos queden rehogados. Se les añade entonces el adobo (vino, cebolla, laurel,

etc...) y con la cacerola destapada se deja reducir el caldo a la mitad. Se le agrega

entonces $\frac{1}{2}$ litro de agua caliente y se tapa con tapadera, dejándolo a fuego lento de 3

a 4 horas, según la clase de carne.

Se sirve en una fuente honda con acompañamiento de puré de patatas o simplemente

con triángulos de pan frito.

**733.—GUISADA CON VINO TINTO
(BOURGIGNON, ESTILO
FRANCES) (6 personas)**

1½ kg. de carne en trozos (tapa, espaldilla, pecho, 2 cucharadas soperas colmadas de harina, etcétera),

¼ kg. de cebollitas francesas,

1 cebolla mediana (100 gr.),

20 gr. de mantequilla (1 trocito),

200 gr. de tocino veteadado,

agua,

3 cucharadas de aceite,

pimienta y nuez moscada.

1 litro de buen vino tinto,

sal.

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente (sin que salga

humo) se le añade el tocino cortado en dados pequeños y la cebolla pelada y

picada. Se rehoga bien todo unos 10 minutos, hasta que la cebolla empieza a dorarse.

Se retira entonces con una espumadera la cebolla y el tocino, que se reservan. Se agrega

la carne cortada en trozos de 3 cm. de costado; se refrían bien y, cuando están

rehogados por todos lados, se espolvorean con la harina. Se vierte poco a poco el vino

moviendo todo bien con una cuchara de madera, se echa un poco de pimienta molida

y se ralla un poco de nuez moscada. Se revuelve bien todo junto hasta que empieza a

cocer el vino. Se ponen entonces otra vez el tocino y la cebolla ya refritos, y, si

hiciese falta, algo de agua caliente para que cubra justo la carne. Se tapa la cacerola

y se cuece durante unas 2½ horas (según sea de tierna la carne). Se moverá el guiso

de vez en cuando para que no se agarre el fondo de la cacerola.

Aparte, mientras tanto, se pelan las cebollitas francesas, se ponen en un cazo de

forma que no se monten unas encima de otras, se cubren justo con agua fría, se salan y se les añade la mantequilla. Se

cuecen así unos 30 minutos.

Cuando la carne está ya en su punto, se sala muy ligeramente si hace falta, se añaden

las cebollitas y se revuelve todo junto durante unos 15 minutos. Se sirve el guiso en

plato más bien hondo, con su salsa por encima y con patatas cocidas o fritas

alrededor.

CARNE GUISADA CON VINO TINTO (OTRA VARIACION)

Se hace igual que la anterior, pero

después de rehogar bien la carne se añaden 3

cucharadas soperas de salsa de tomate bien espesa, o 1½ cucharada soperas de

concentrado de tomate. Luego se espolvorea la harina, etc., etc.

Se sirve este guiso con unos coditos, cocidos en agua y sal, escurridos y mezclados

con un poco de mantequilla y queso ralado.

734.—RABILLO DE CADERA O TAPILLA GUISADA CON ZANAHORIAS Y

CEBOLLITAS (6 personas)

1½ kg. de un rabillo o tapilla de vaca,

¼ kg. de zanahorias pequeñas y muy tiernas,

4 cortezas de jamón,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

½ pata de ternera grande o una pequeña partida en ¼ kg. de cebollitas francesas,

dos (½ kg.),

20 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de coñac, 1¼

*1 pastilla de caldo (Gallina Blanca,
Starlux de pollo,*

1¼ litros de agua (más o menos),

etc.),

*1 vaso (de los de vino) bien lleno de
vino blanco,*

*1 cucharadita (de las de moka) rasada
de hierbas*

*aromáticas en polvo (o un ramillete;
perejil, 1 diente*

4 cucharadas soperas de aceite,

de ajo pelado, una hoja de laurel, una ramita de

2 zanahorias medianas,

tomillo),

sal y pimienta molida.

Se mecha la carne en la carnicería o en casa y se ata con una cuerda para darle bonita

forma. Se chamusca la pata para quemarle los pelos.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente (sin humear) se

añaden las cortezas de tocino y la cebolla picada; se pone la carne y la pata de

ternera a dorar por todos los lados, volviéndolas con una cuchara de madera y un

tenedor, hasta que estén doradas. Se rocían con el coñac calentado previamente en

un cazo pequeño y prendiéndolo con una cerilla para quitarle fuerza. Una vez

preparada así la carne, se agregan las 2 zanahorias lavadas, raspada la piel y cortadas en rodajas. Se espolvorean las

hierbas aromáticas y se cubre la carne con

agua (más o menos el $\frac{1}{2}$ litro). Se sala ligeramente y se echa un poco de

pimienta molida. Se cubre la cacerola con tapadera y, a fuego mediano, más

bien lento, se deja cocer unas 3 horas. Pasado este tiempo, se añade el vino

blanco, la pastilla de caldo disuelta en 2 ó 3 cucharadas de salsa de la carne

y se incorporan también las zanahorias, peladas y cortadas en dos a lo largo. Se

deja cocer una hora más. Se rectifica de

sal si hace falta. Mientras tanto, en un cazo pequeño se cuecen las cebollitas francesas, peladas y apenas cubiertas de agua, con la mantequilla y un poco de sal.

Cuando la carne está tierna, se saca y se le quita la cuerda que le daba bonita forma. Se

corta en lonchas y se coloca en una fuente. Se deshuesa la pata de ternera y se

ponen los trocitos encima. Se ponen las zanahorias en trozos grandes alrededor,

mezcladas con las cebollitas francesas,
y se cuele la salsa por un chino,

machacando las rodajas de zanahorias y
la cebolla picada. Se sirve con la salsa
por

encima.

RECETA ANTERIOR SERVIDA FRÍA

Se hace igual que la anterior, con
muchas menos cantidades, o mejor, se
aumenta algo

de carne en la otra receta y con las
sobras se hace el paté de carne (con
carne de la

pata de ternera y 100 gr. de jamón serrano, todo en trocitos menudos, como dados). Se

hace también $\frac{1}{2}$ litro de gelatina (Maggi, Royal o comprada, y se derrite).

En un molde alargado (de cake) se pone parte de la salsa del guiso mezclada con la

gelatina; se deja cuajar en la nevera y se adorna el fondo con rodajas de zanahoria y

algunos guisantes (de lata o cocidos): se alternan capas de carne, jamón y pata

mezclados, con algunos guisantes y

trozos de zanahorias. Después se vierte la

salsa, hasta que cubra bien el paté. Se mete en la nevera unas horas, hasta que cuaje

la gelatina.

Se desmolda y se sirve frío, adornado con rodajas de tomate, remolacha y hojitas de

lechuga.

735.—CARNE EN ROPA VIEJA (6 personas)

Un resto de carne de redondo (de

cocido, etc.), ya 1 pimiento colorado grande (400 gramos) o de lata, guisado, o trozos de carne sobrante que se freirán

calculando lo que haga falta (1 kg. más o menos en 1 cebolla grande (200 gr.), crudo),

4 cucharadas soperas de aceite,

1 kg. de tomates maduros,

1 cucharada (de las de café) de azúcar, sal.

En una sartén se pone el aceite a

calentar y se añade la cebolla picada; se deja unos

5 minutos que se dore sola. Después se añaden los tomates cortados en

trozos y quitadas las simientes, y se machaca lo de la sartén con el canto de

una espumadera. Una vez que haya cocido unos 15 minutos, se pasa por el

pasapurés y se añade el azúcar y la sal.

En el horno, previamente calentado, se asa un pimiento entero, hasta que esté blando

(unos 35 minutos). Se saca, se deja

enfriar cubriéndolo con un plato o un paño y se pela, quitando las simientes. Se corta en tiras de un dedo de ancho.

En la sartén se echa la carne cortada en trozos grandes, con el pimiento, para que todo

junto dé un hervor.

Se sirve en una fuente con moldecitos de arroz blanco (receta 165,

1.^a fórmula).

2 a 2½ kg. de redondo de cebón,

4 cucharadas soperas de aceite,

2 cebollas grandes (250 gr.),

*1½ vaso (de los de vino) de vino
blanco,*

1 hoja de laurel,

agua y sal.

2 cucharadas soperas de harina,

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente (sin que salga

humo) se pone el redondo a dorar por todos lados. Cuando está bien dorado,

se saca y se reserva en un plato. Se

echan entonces las cebollas peladas y

picadas, que se rehogan hasta que estén bien doradas (unos 12 a 15 minutos).

Se agrega entonces la harina, se dan unas vueltas, se vierte el vino, se

mueve y se vuelve a poner el redondo.

Se sala y se pone una hoja de laurel,

agregando agua templada o fría hasta que lo cubra bien. Se tapa la cacerola y,

cuando vuelve a romper el hervor, se baja el fuego hasta que cueza

lentamente durante unas 3 horas (según sea de dura la carne, más tiempo si

hace falta). Se da de vez en cuando una vuelta al redondo para que se haga bien por todos lados.

Para servirlo se saca de la salsa y en la tabla se trincha en rodajas de 1½ cm. de ancho. Se cuele fa salsa por el pasapurés o por el chino y se sirve en salsera aparte, acompañado de puré de patatas.

Nota.-El redondo de vaca está mejor mechado con unos trozos de tocino. Lo pone más jugoso.

Se puede añadir al redondo una manzana reineta, pelada y cortada en dos, que se pasará

con la salsa.

737.—MANERAS DE UTILIZAR EL RESTO DEL REDONDO

1. En ropa vieja (receta 735)

2. Envuelto con bechamel:

2 cucharadas soperas colmaditas de harina,

2 huevos,

2 vasos (de los de agua) bien llenos de leche fría 1 plato con pan rallado,

(algo más de ½ litro),

aceite para untar la tabla de la carne,

25 gr. de mantequilla,

1 litro de aceite para freír (sobrará).

*3 cucharadas soperas de aceite fino
crudo,*

sal.

En una sartén se pone el aceite con la mantequilla a derretir; cuando están, se añade la

harina, se dan unas vueltas y, poco a poco, se agrega la leche fría, dando vueltas

continuamente para que no se formen grumos. Se cuece la bechamel unos 10 minutos

para que quede espesa, echándole entonces la sal.

Fuera del fuego, se meten de una en una las rodajas de redondo, de forma que queden

bien cubiertas por la bechamel. Se sacan y se ponen a enfriar en la tabla de la carne

bien untada con aceite (para que no se peguen). Se hace esto por lo menos una hora

antes de ir a freírlas.

Un poco antes de ir a servir las, se pone el aceite a calentar. Mientras tanto se

baten los

huevos como para tortilla. Se pasa cada pedazo de redondo primero por el huevo

batido y después por pan rallado. Se fríen hasta que tengan un bonito color dorado y se sirven en seguida.

3. Otra manera de utilizar un resto de redondo, contra, etc., ya guisado, con bechamel y alcaparras (6 personas):

6 ó 12 rodajas de carne (según sean de grandes),

un cubito de Starlux, Gallina Blanca,

etc.),

2 cebollas medianas (150 gr.),

2 cucharadas soperas de alcaparras,

3 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de pan rallado,

25 gr. de mantequilla,

1 diente de ajo,

2 cucharadas soperas de harina,

1 hoja de laurel,

1 cucharada sopera de vinagre,

50 gr. de mantequilla,

1/4 litro de leche,

sal.

1/4 litro de caldo (o agua con

Se pelan y se pican muy menudas las cebollas. En una sartén se pone el aceite a

calentar y, cuando está, se rehogan hasta que estén transparentes (unos 5 minutos).

Se añade entonces la hoja de laurel y el diente de ajo pelado y aplastado con un golpe

con el mango de un cuchillo. Se rehoga un poco y se agregan los 25 gr. de

mantequilla y la harina; se rehoga todo dando vueltas un ratito, y luego, poco a

poco, se añade primero el vinagre, la leche fría y luego el caldo. Sin dejar de

mover, se cuece unos 10 minutos. Se sala.

En una fuente de porcelana, cristal o barro (resistente al horno) se ponen 3 cucharadas

de salsa en el fondo, teniendo cuidado de quitar de ella la hoja de laurel y el

diente de ajo. Se colocan las rodajas de carne. En el resto de la salsa se echan las

alcaparras, se revuelven y se vierte por encima de la carne. Se espolvorea con el

pan rallado, se pone la mantequilla en trocitos por encima y se mete al horno a gratinar hasta que esté bien dorado.

Se sirve en la misma fuente.

738.—GUISADA CON TOMATES Y ACEITUNAS (6 personas)

1½ kg. de carne en trozos (aguja, falda,

*morcillo, 2 cucharadas soperas
rasadas de harina,*

etc.),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

*1 vaso (de los de agua) de aceite
(sobrar ),*

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o un
ramillete con*

*150 gr. de jamón serrano veteado
picado,*

*perejil, 1 diente de ajo y una hoja de
laurel),*

2 cebollas grandes (200 gr.),

agua y sal.

½ kg. de tomates muy maduros (3 grandes),

100 gr. de aceitunas rellenas de pimiento,

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Cuando está a punto (sin que salga humo)

se rehogan bien los trozos de carne y, a medida que están, se retiran y se reservan en

un plato.

Se retira parte del aceite, no dejando más que lo justo para cubrir el fondo de la

cacerola (4 cucharadas soperas, más o menos). Se echa la cebolla pelada y muy picada

para que se rehogue. Cuando empieza a dorarse (unos 8 minutos) se agrega la harina,

se vuelve a rehogar un poco y después se ponen los tomates pelados, cortados en

trozos y quitadas las simientes. Se rehogan otros 5 minutos, machacándolos bien

con el canto de una espumadera o con el de la cuchara. Se incorpora entonces la

carne, el jamón y después el vino blanco. Se sala y se pone el pellizco de

hierbas aromáticas o el ramillete. Se revuelve todo junto unos 5 minutos y se pone

el agua suficiente para que quede la carne cubierta. Se cubre la cacerola, y, cuando

rompe el hervor, se deja cocer a fuego mediano unas 2 horas (este tiempo depende de

la clase de carne que se haya empleado;

puede ser más o menos tiempo). Si

entonces está la carne tierna se incorporan las aceitunas, a las cuales, aparte, se

les habrá dado un hervor de 3 minutos y después cortadas en dos. Se revuelve

bien, se tiene 15 minutos más al fuego con la cacerola ya destapada. Se sirve en

fuelle honda adornada con triángulos de pan frito.

739.—CONTRA GUISADA (6 personas)

1¼ kg. de contra de cebón,

½ kg. de zanahorias,

150 gr. de tocino para mechar,

8 granos de pimienta,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

1 manzana reineta (facultativo),

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

sal,

1 vaso (de los de agua) de agua,

agua, si hiciese falta en la salsa.

2 cebollas grandes (200 gr.),

Se manda mechar el trozo de contra y se ata con una cuerda.

Se pone el aceite a calentar y cuando está caliente se rehoga la carne, de manera que

esté dorada por todos lados. Se retira y se reserva en un plato. En el aceite se pone

la cebolla pelada y picada hasta que empiece a dorarse (unos 10 minutos); se vuelve

a poner la carne y se rocía ésta con el vaso de agua. Se echa la pimienta en

grano y la sal. Se tapa muy bien y se cuece a fuego muy lento durante 1½

horas, dándole de vez en cuando la vuelta. Pasado este tiempo se añaden las

zanahorias lavadas, raspada la piel y en trozos grandes y el vino. Se vuelve a

tapar la cacerola y se cuece otra 1½ horas (este tiempo depende de lo tierna que

esté la carne).

Al ir a servir se quita la cuerda de la carne, se trincha en rodajas no muy gruesas. Se

retiran casi todas las zanahorias menos 2 que se reservan para la salsa; las demás se

pondrán de adorno en la fuente.

Se pasa la salsa por el pasapurés (si está muy espesa después de pasada se añade un

poco de agua), se calienta bien y se vierte por encima de la carne.

Se pueden poner de adorno patatas cocidas, puré o verduras en montones alrededor de la

fuelle.

Nota.-Después de echar el vino, se puede añadir una manzana reineta pelada y cortada

en trozos. Esta se pasará por el pasapurés con lo demás.

740.—CARNE FIAMBRE (6 a 8 personas)

1 kg. de redondo de cebón,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

30 gr. de sal de nitro (comprada en farmacia),

2 puerros medianos,

4 litros de agua,

2 zanahorias medianas (100 gramos),

350 gr. de sal,

2 huesos de rodilla u otros de vaca.

6 granos de pimienta,

1 hoja de laurel,

1 ramita de tomillo,

Se unta la carne ligeramente con sal de nitro y se deja unas horas así en sitio fresco,

pero no en la nevera (toda la noche, por

ejemplo). Después se pone en una

salmuera:

En una cacerola se pone la carne; se cubre con los 4 litros de agua, se le añade la sal, la

pimienta, el laurel y el tomillo, y así se tiene 24 horas. Se mueve de vez en cuando

la salmuera para que la sal no se deposite en el fondo.

Se saca, se lava ligeramente y luego se pone en una cacerola con los puerros y las

zanahorias cortados en trozos grandes,
los huesos, el vino blanco y agua
suficiente

para que la cubra. Una vez que rompa el
hervor, se cuece a fuego mediano
durante

unas 3 horas. Se saca y se prensa (con
una tabla de la carne por encima), y, una

vez fría, se corta y se sirve como si
fuese fiambre, con ensaladilla <o
ensalada de

adorno.

**741.—RABO DE BUEY GUISADO (6
personas)**

2 rabos de buey cortados en trozos,

1/4 kg. de zanahorias,

2 cebollas grandes (180 gr.),

2 vasos (de los de vino) de vino blanco,

1 hoja de laurel,

3 ó 4 litros de agua,

4 granos de pimienta,

sal.

2 clavos (especias),

En una cacerola grande se pone agua fría

y los trozos de rabo de buey, de forma que

bailen bien en el agua (unos 3 litros). Se pone a cocer, y cuando empieza a hervir

el agua se quita la espuma que se forma por encima; sin separarlo del fuego, se añaden

entonces las cebollas enteras, peladas y con un clavo metido en la pulpa de cada

cebolla, los granos de pimienta, la hoja de laurel, las zanahorias raspadas y lavadas,

cortadas en dos a lo largo, el vino y la sal.

Se deja cocer destapado unas 3 a 4 horas, hasta que se separa la carne del hueso y se

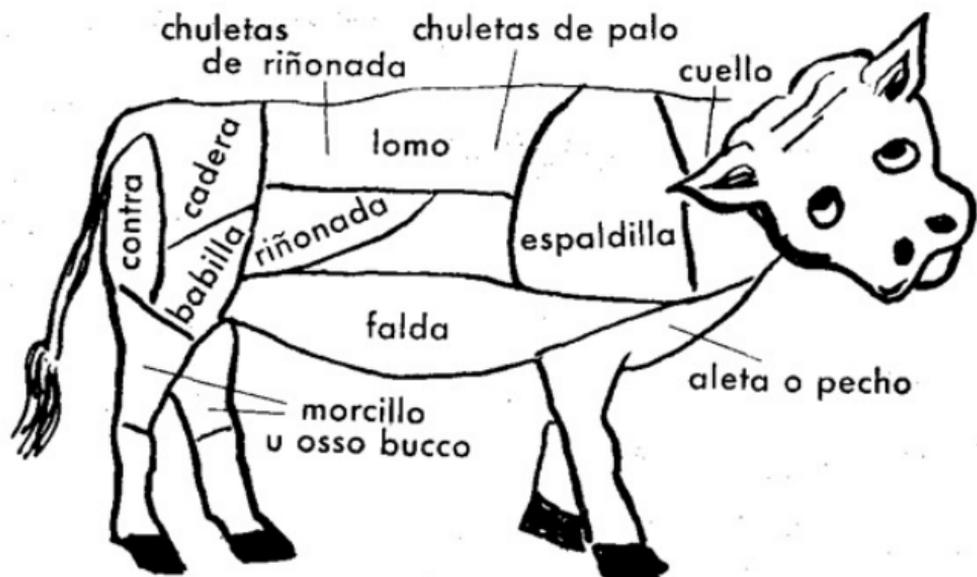
queda el caldo bien consumido (lo justo para hacer una salsa).

Se quitan el laurel y los granos de pimienta y se pasan por el chino o el pasapurés

las zanahorias y las cebollas. Se pone la carne sin los huesos en una fuente y se

cubre con la salsa. Se sirve en seguida, adornado con patatas fritas o puré de patatas.

TERNERA



TERNERA

Asados. El horno mediano al

Frita

principio y más fuerte en la

Guisos

mitad del tiempo de asar.

**Qué parte Peso por Tiempo de Qué parte
Peso por Tiempo de Qué parte
Peso por Tiempo de**

pedir

persona

cocción

pedir

persona

cocción

pedir

persona

cocción

15 minutos

para chu-

180 gr.

2 horas

Chuletas

latas

Falda

150 gr.

Contra

para los

Filetes de norma-

10 a 12 mi- Babilla

250 gr.

30 minutos Aguja

guisos

babil a

les

nutos para Chuletas 250 gr.

por cada

Morcillo

200 a 250 2 a 3 ho

Tapa

los filetes.

sin hue-

Contra

gr.

125 gr.

deshuesa-

$\frac{1}{2}$ kg.

ras para

Cadera

primero a

sos

Osso

para ern-

das o silla

platos en

Espaldilla

fuego vivo,

buceo

panar

salsa

después

más lento

Se calcula para filetes corrientes 150 gr. por persona (125 gr. para empanados, pues

deben ser muy delgados).

Para ternera asada, de 200 a 225 gr. por persona, pues esta carne merma mucho.

Para ternera guisada, 200 a 250 gr. por persona.

742.—FILETES FRITOS (6 personas)

6 filetes de babilla o solomillo,

de cerdo o de mantequilla (60 gr.),

3 cucharadas soperas de aceite,

sal.

2 cucharadas soperas de manteca

Se salan los filetes por las dos caras. Se pone la manteca, o la mantequilla, a calentar

con el aceite (esta mezcla se hace para que los filetes no se peguen en el fondo de la

sartén).

Se fríen unos 5 minutos por cada cara a fuego vivo, procurando darles la vuelta con

una espumadera para no pincharlos, pues así se les va el jugo. Después se tapa la

sartén con una tapadera y se dejan otros 5 minutos a fuego muy lento.

Se sirven en una fuente con el adorno que se haya elegido de verduras o de patatas en

puré, rehogadas o fritas.

Nota.-También se pueden freír sólo con aceite, pero la salsa resulta menos sabrosa.

743.—FILETES FRITOS CON

LIMON Y MANTEQUILLA (6 personas)

6 filetes de babilla,

1 cucharada sopera de perejil picado,

4 cucharadas soperas de aceite,

50 gr. de mantequilla,

el zumo de 1 limón,

sal.

Se salan los filetes. En una sartén se pone el aceite a calentar y, cuando está caliente

(sin que salga humo), se fríen los filetes unos 6 a 7 minutos de cada lado,

procurando darles la vuelta con una espumadera para no pincharlos. Se sacan y se

reservan en la fuente donde se vayan a servir, al calor.

Se escurre un poco de aceite de la sartén, no dejando más que el fondo que está más

oscuro de freír la carne. Se pone la mantequilla a derretir y el zumo de limón. Se

mueve esto junto muy bien, teniendo

cuidado de no dejar cocer la mantequilla,

pues así sienta peor y se pone oscura. Se añade el perejil y se rocían los filetes con

la salsa.

Se adornan éstos como los anteriores.

744.—FILETES DE TERNERA EMPANADOS (6 personas)

6 filetes finos de babilla o tapa,

2 huevos,

1 plato con pan rallado (muy fino),

3/4 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se aplastan bien los filetes y se recortan los bordes para darles bonita forma. Se les

echa sal por las dos caras y se pasan ligeramente por pan rallado muy fino (para

ello se cuele por un colador de agujeros grandes, sacudiéndolo para que caiga sólo lo

más fino). Una vez untados todos los filetes por primera vez, se baten los huevos en

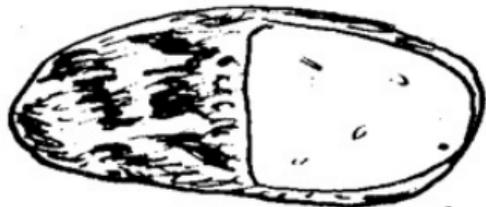
un plato sopero, como para tortilla. De uno en uno se pasan los filetes por el huevo y

después otra vez por el pan rallado, pero esta vez el pan tiene que quedar bien

uniforme.

Se fríen en aceite abundante y caliente (para saber el punto del aceite se prueba friendo

una rebanadita de pan, que no se debe arrebatar en seguida, pues así los filetes quedarían crudos por dentro).



**745.—FILETES DE TERNERA
RELLENOS CON BACON Y
GRUYERE (6 personas)**

*6 filetes de ternera (babilla, tapa o
cadera),*

50 gr. de mantequilla,

6 lonchas finas de bacon,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

6 lonchitas finas de queso gruyère,

zumo de ½ limón,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

sal,

2 cucharadas soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de crema líquida

(facultativo).

Se compran unos filetes delgados y con forma de óvalo más bien alargado. Se

extienden de uno en uno, se salan ligeramente; en la mitad se coloca una lonchita

de bacon (cortándole la parte dura del borde) y encima la lonchita de queso. Se

espolvorean un poco con polvo de hierbas. Se doblan como si fuese una

empanadilla y se pincha el borde o los dos bordes con un palillo, para que no se

mueva el relleno.

Se salan las dos caras externas ligeramente (pues el queso ya sala el filete).

En una sartén se pone a calentar el aceite con la mitad de la mantequilla. Cuando está

caliente se fríen los filetes, primero a fuego vivo un par de minutos por cada cara,

y, después, a fuego más lento 12 minutos de cada lado. Se separan una vez fritos,

se ponen en una fuente caliente y se reservan a la boca del horno templado para

que no se enfríen. En la sartén se quita la grasa que han soltado, si hubiese

mucha, se pone la mantequilla que se

tiene separada y el zumo de limón, y, si se

quiere más salsa, un par de cucharadas soperas de agua caliente. Se revuelve bien,

y, ya fuera del fuego, se echan las 2 cucharadas de crema (calentando con cuidado

esta salsa para que ya no cueza, pues se cortaría la crema).

Se espolvorean los filetes con perejil picado y se rocían con la salsa. Se sirven

en seguida. Se pueden adornar con

patatas paja o puré de patatas.

**746.—FILETES DE TERNERA CON
SALSA DE OPORTO, MOSTAZA Y
PEREJIL (6**

personas)

6 filetes de babilla, tapa o cadera,

1 cucharada sopera de perejil picado,

5 cucharadas soperas de aceite,

*2 cucharadas (de las de café) de
mostaza,*

*5 cucharadas soperas de vino de
Oporto,*

sal.

Se salan ligeramente los filetes. Se pone a calentar el aceite y se fríen de dos en dos,

unos 6 minutos por cada cara, volviéndolos con una espumadera para no pincharlos.

Se van reservando al calor, en la fuente donde se vayan a servir.

Una vez fritos los filetes, se retira un poco de aceite, dejando sólo el fondo con grasa;

se añade el Oporto y la mostaza. Se revuelve bien y se cuece un par de

minutos. Se agrega el perejil y se vierte esta salsa por encima de los filetes,

que se servirán en seguida, con el adorno de patatas (puré, rehogadas, fritas, etc.)

que más guste.

**747.—FILETES MIGNON CON
CHAMPIÑONES Y BECHAMEL (6
personas)**

6 filetes de solomillo de ternera,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

6 redondeles de pan de molde fritos,

25 gr. de mantequilla,

¼ kg. de champiñones de París frescos,

2 cucharadas soperas de aceite,

30 gr. de mantequilla,

*2 cucharadas soperas rasadas de
harina,*

el zumo de ½ limón grande,

*¼ litro de leche fría (2 vasos de los de
agua, muy*

llenos),

sal.

Se separan las cabezas de los champiñones de los podúnculos. Se lavan bien con agua

y unas gotas de zumo de limón, y se escurren. Las cabezas (que deben ser

pequeñas y bastante iguales) se ponen en un cazo con 30 gr. de mantequilla, el

zumo de $\frac{1}{2}$ limón y un poco de sal. A fuego lento se van haciendo durante unos

15 minutos, después se reservan. Los rabos de los champiñones se pican muy

menudos y se reservan así en crudo.

En una sartén se ponen los 25 gr. de

mantequilla y el aceite a calentar;
cuando están

derretidos se añade la harina, se dan
unas vueltas con una cuchara de madera
o unas

varillas y, poco a poco, se va agregando
la leche fría, y, por último, el picadito
de

champiñones crudos y el jugo de los
champiñones del cazo.

Se cuece la bechamel durante unos 10
minutos. Se reserva al calor sin que
cueza más.

Aparte, en otra sartén, se pone el aceite

a calentar y se fríen los canapés de pan, que

deben ser un poco mayores que la carne. Se ponen en una fuente. Se fríen después

los filetes de solomillo, echándoles antes un poco de sal por cada cara y quitando

un poco de aceite de la sartén. Se fríen unos 5 ó 6 minutos de cada lado. Se posa

cada uno sobre las rebanadas de pan. Se rocían con la bechamel que ha de estar

espesa, se ponen las cabezas de los champiñones todo alrededor de los

filetes, pero

encima del pan. Se mete todo unos 5 minutos en el horno previamente calentado, y

se sirve en cuanto empieza a dorarse un poco.

**748.—ESCALOPINES DE
TERNERA REBOZADOS Y CON
PICADITO DE**

CHAMPIÑONES (6 personas)

*12 filetes pequeños y delgados
(escalopines) de 1 cucharada sopera de
harina,*

babilla o cadera,

2 cucharadas soperas de aceite,

2 huevos,

20 gr. de mantequilla,

1 plato con harina,

3 cucharadas soperas de coñac,

*½ kg. de champiñones frescos
medianos,*

1 vaso (de los de agua) de agua fría,

25 gr. de mantequilla,

*3/4 litro de aceite (sobrará),
el zumo de 1 limón pequeño,
sal y pimienta.*

Se preparan los champiñones. Se les quitan las cabezas, se lavan éstas al chorro

cepillándolas bien y se ponen enteras en un cazo con el trozo de mantequilla

(25 gr.), el zumo de $\frac{1}{2}$ limón, 2 cucharadas soperas de agua y sal. Se cuecen

hasta que están tiernos (unos 20 minutos). Se pinchan con una aguja para

saber si están en su punto. Se reservan al calor.

A los podúnculos o rabos se les cortan las partes sanas y sin tierra, se lavan bien

con agua y el zumo del otro $\frac{1}{2}$ limón, se escurren en seguida y se reservan.

En una sartén se pone el aceite y la mantequilla (20 gr.) a calentar. Cuando ésta se

ha derretido, se añade la harina. Se deja que se tueste ligeramente, dándole

vueltas con una cuchara de madera; se añade el coñac y el agua, se mueve

para que no forme grumos y se añaden los podúnculos de los champiñones

picados, la sal y la pimienta. Se deja cocer unos 15 minutos a fuego lento.

En una sartén amplia se pone el aceite a calentar. Mientras tanto se salan los filetes, se

pasan por harina, sacudiéndolos para que caiga la sobrante. Se baten en un plato

sopero los huevos como para tortilla y se pasan los escalopines de uno en

uno dentro del huevo. Se fríen por tandas y se reservan al calor en la fuente

donde se vayan a servir. Se colocan en redondo. Alrededor de la fuente se ponen las

cabezas de champiñón enteras y alguna en el centro, y se sirve con la salsa aparte

en una salsera.

**749.—ROLLITOS DE TERNERA
CON BACON Y ANCHOAS (6
personas)**

*6 filetes de ternera delgados (150
gramos cada 1 vaso (de los de vino) de
vino blanco,*

uno) de babilla, tapa o cadera,

2 vasos (de los de vino) de agua,

12 lonchas de bacon finas,

4 cucharadas soperas de aceite,

6 anchoas en aceite,

1 hoja de laurel,

1 cucharada soperas rasada de harina,

sal.

1 cebolla mediana (80 gr.),

Se ponen los filetes de ternera en una tabla y se sazonan con sal y pimienta. Se corta la

parte dura de las lonchas de bacon con unas tijeras. En cada filete se ponen 2

lonchas, y en el centro se coloca una anchoa a lo largo, bien escurrido el aceite, y

se enrolla cada filete para que tenga la forma de un chorizo. Se ata con una

cuerda (se dejará un rabo para agarrar bien en el momento de ir a quitarla).

En una cacerola se pone el aceite a calentar: cuando está en su punto, se ponen los

rollos a dorar y se van separando cuando están bien dorados,

reservándolos en un

plato.

Se pela y se pica la cebolla y se rehoga en el aceite de la carne durante unos 7 minutos,

hasta que empieza a dorarse. Se agrega la harina y se le da unas vueltas con una

cuchara de madera; se añade el vino poco a poco (para que no haga grumos), y

después 1 vaso de agua y la hoja de laurel. Se ponen los rollos y se echa el agua

del segundo vaso hasta que cubra los rollos. Se sazona con un poco de sal y se pone a cocer. Cuando rompe el hervor se tapa la cacerola y, a fuego mediano, se

deja cocer durante una hora o 1¼ horas.

Se sacan entonces los rollos, se les quita la cuerda y se colocan en una fuente. Se

cubren con la salsa pasada por el chino o pasapurés. Se sirven con triángulos de pan

frito o puré de patatas.

750.—ROLLITOS DE TERNERA

CON TOCINO Y CARNE PICADA (6 personas)

6 filetes de ternera delgados (125 gramos cada 1 cebolla mediana (80 gr.),

uno) de babilla, tapa o cadera,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1/4 kg. de carne picada,

2 vasos (de los de agua) de agua,

1 loncha gruesa de panceta,

4 cucharadas soperas de aceite.

6 ramitas de perejil,

1 hoja de laurel,

1 cucharada sopera rasada de harina,

sal.

Se ponen los filetes en una tabla, se sazonan con un poco de sal y se reparte la carne

picada entre los 6 filetes, aplastándola un poco. En el centro de la carne picada

se pone como un dedo de tocino y una ramita de perejil entera, lavada y seca.

Se

enrolla cada filete y se ata con una cuerda, dejando un rabo para poder agarrarla

después de hechos los filetes y cortarla para quitarla, Para todo lo demás se procede

como en la receta anterior.

TODAS LAS RECETAS QUE SIGUEN SE HACEN IGUAL CON TERNERA

Filetes de solomillo con picadito de champiñón, cebolla y jamón (receta 708).

Filetes de cebón rellenos de aceitunas,

jamón y huevo duro (receta 715).

Filetes rellenos de jamón de York y aceitunas (receta 716). Filetes con aceitunas y vino

blanco (receta 712).

Carne picada en rollo asada (receta 725).

Carne picada en rollo en salsa (receta 726).

Gratinado de carne picada con arroz blanco (receta 728). Albóndigas (receta 724).

751.—CHULETAS DE TERNERA

CON REVUELTO DE TOMATE Y PIMIENTOS

VERDES (6 personas)

6 chuletas de ternera (de riñonada o de palo),

½ litro de aceite,

6 tomates maduros medianos (750 gr.),

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

4 pimientos verdes (400 gr.),

sal.

En una sartén pequeña se ponen 2

cucharadas de aceite a calentar. Cuando está

caliente (sin que salga humo) se echan los tomates pelados, cortados en trozos y

quitadas las simientes. Se machacan con el canto de una espumadera y se hacen a

fuego vivo durante unos 20 minutos para que quede la salsa espesa. Se añade entonces

el azúcar y la sal, y se revuelve bien. Se reserva en su sartén.

En otra sartén se pone un vaso de aceite a calentar. Mientras se calienta, se

preparan

los pimientos, cortándoles el rabo con un trozo de pulpa alrededor y se vacían sus

pepitas. Se cortan en cuadraditos y se salan. Cuando el aceite está caliente, se ponen

los pimientos dentro y, a fuego más bien lento, se fríen durante 20 minutos, tapándolos

con una tapadera. Pasado este tiempo, se escurren de su aceite y se añaden al tomate,

revolviendo bien.

Aparte se fríen en una sartén amplia con unas 6 cucharadas de aceite las chuletas, previamente saladas. Se ponen de 3 en 3 para que no tropiecen. Se fríen unos 8 minutos de cada lado, primero a fuego vivo y después a fuego más lento.

Se colocan las chuletas ya fritas en la fuente donde se vayan a servir. Se pone encima

de cada chuleta un par de cucharadas soperas de revuelto de tomate con pimientos, y

alrededor de la fuente se pueden poner patatas rehogadas.

**752.—CHULETAS DE TERNERA
CON ALMENDRAS Y VINO DE
MALAGA (6**

personas)

6 chuletas de palo o de riñonada,

100 gr. de almendras naturales,

*5 ó 6 cucharadas soperas de aceite (un
vaso de los 1 vaso (de los de vino) de
vino de Málaga,*

de vino bien lleno),

sal.

Se ponen las almendras en un tazón con

agua caliente durante unos 10 minutos.

Se

escurren, se les quita la piel y se cortan con un cuchillo en escamitas muy finas,

o se pican entre un papel fuerte, con un martillo (para que queden un poco gruesas).

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríen las chuletas por tandas (unos 8

minutos de cada lado, primero a fuego vivo y después más lento). Se salan luego

y se reservan al calor en la fuente donde

se vayan a servir.

En la misma grasa se refrién las almendras hasta que estén tostadas. Una vez doradas,

se rocían con el vino, se revuelve bien y se reparten las almendras y la salsa por

encima de las chuletas.

Se sirven con puré de patatas o lo que más guste de acompañamiento.

753.—CHULETAS DE TERNERA EN PAPILOTE (6 personas)

6 chuletas de ternera de palo (200 gr. cada una),

25 gr. de mantequilla,

*3 lonchitas muy finas de jamón
serrano,*

unas gotas de zumo de limón,

*125 gr. de champiñones de París
frescos,*

*10 cucharadas soperas de aceite
(sobrará),*

*1 cucharada sopera de perejil picado,
sal y pimienta,*

2 cebollitas francesas (100 gr.),

3 hojas de papel de barba (o 6 hojas de papel de aluminio).

En un cazo pequeño se pone la mantequilla a derretir; cuando está, se echan las cebollas

peladas y muy picadas. Se rehogan unos 5 minutos y después se añaden a los

champiñones previa. mente limpios de tierra, lavados y picados. Se rocían con un

poco de zumo de limón (una cucharadita de las de café) y se echa sal. Se saltea esto

durante unos 8 minutos y se agrega el perejil; se deja otro par de minutos, y se reserva.

En una sartén se ponen unas 8 cucharadas de aceite a calentar. Se fríen las chuletas

por tandas y sólo un minuto de cada lado. Se retiran.

Se cortan las hojas de papel de barba en dos y se recorta cada media hoja con la forma

de la chuleta mayor. Se unta cada papel muy ligeramente con aceite, con un pincel.

Se echa sal y pimienta por las dos caras de cada chuleta.

Se coloca cada una en su papel, se reparte el champiñón con la cebolla y el perejil, en

un montoncito encima de cada chuleta, y se cubre con $\frac{1}{2}$ lonchita de jamón. Se

cierra muy bien el papel y se ponen los paquetes así formados en una besuguera que se



mete al horno. Este estará encendido previamente unos 10 minutos. Se hacen las

chuletas a horno mediano-lento durante unos 20 minutos (hasta que el papel esté

hinchado y empiece a dorarse). Se debe dar en este tiempo una vez la vuelta a

las chuletas, para que durante un rato se

haga también la parte de abajo.

Se sirven en su mismo papel en una fuente.

Nota.-Al no tener papel de barba, se puede poner papel de aluminio, pero dejando las

chuletas un poco más holgadas en su papel.

**754.—CHULETAS DE TERNERA
EN PAPILOTE CON HIGADITOS
DE POLLO (6**

personas)

6 chuletas de ternera de riñonada,

6 cucharadas soperas no llenas de vino blanco,

6 higaditos de pollo,

sal,

6 ramitas de perejil,

pimienta molida (facultativo),

1 cebolla mediana (80 gr.),

papel de aluminio.

6 cucharadas soperas no llenas de aceite fino,

Se salan y se pone pimienta molida

(poca) en cada cara de las chuletas. Se limpian los

higaditos de nervios, se les quita la bolcita de hiel si la tuviesen y se cortan en dos sin

llegar al final, para formar un filetito pequeño. Se aplica el hígado en una cara de la

chuleta. Se vuelve a salar un poco. Se pone una ramita de perejil, se pela la cebolla

y se cortan redondeles finos, aplicando uno en el hígado. Se rocía con una

cucharada de aceite y luego con otra de

vino blanco.

Se envuelve cada chuleta en papel de aluminio, dejando éste bastante holgado.

Se mete

a horno mediano, previamente calentado, durante 5 minutos, y se dejan las chuletas

durante $\frac{3}{4}$ de hora. Se sirven en una fuente con su papel, tal como salen del horno.

755.—CHULETAS EN SALSA (6 personas)

6 chuletas de palo o riñonada (de 225 gr. cada una, 1 cucharadita (de las de

moka) de extracto de más o menos),

carne,

30 gr. de mantequilla,

*1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,*

8 cucharadas soperas de aceite,

el zumo de ½ limón,

*1 vaso (de los de vino) de vino blanco
ajerezado,*

*1 cucharadita rasada (de las de moka)
de fécula de*

patata,

1 vaso (de los de vino) de agua,

sal.

En una sartén se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente, se fríen las chuletas

por tandas, primero a fuego vivo y luego algo más lento, unos 6 minutos de cada

lado. A medida que están fritas las chuletas, se salan y se colocan en la fuente

donde se vayan a servir y se reservan al calor.

Una vez fritas todas, se escurre la sartén, volcándola un poco para quitarle casi

toda la grasa, dejando sólo el fondo de salsa que han dejado las chuletas. Se echa

entonces el vino y el agua y se cuece a fuego vivo para dejar la salsa

reducida a la mitad. Se añade la fécula disuelta en un poco de agua y se

agrega el resto de la mantequilla, el extracto de carne y el zumo de limón. Se

revuelve todo (sin que cueza ya la mantequilla) y se vierte por encima de

cada chuleta esta salsa.

Se sirven con puré de patatas, patatas fritas o rehogadas, o bien verduras.

756.—CHULETAS EMPANADAS

Se procede como para los filetes empanados, teniendo en cuenta que las chuletas

deben ser más bien delgadas para que salgan buenas (receta 744).

757.—ASADO, DE TERNERA AL HORNO (6 Personas)

1½ kg. de contra, babilla, riñonada, etc.,

*1 cebolla pequeña (50 gr.)
(facultativo),*

*100 gr. de manteca de cerdo o 5 ó 6
cucharadas agua caliente,*

soperas de aceite,

½ limón,

sal.

Se ata el trozo de ternera que se va a
asar para que tenga bonita forma.

En una besuguera se pone el trozo de
ternera bien untado de manteca de cerdo.
Se

mete al horno, previamente calentado, durante 5 a 10 minutos, y a fuego

mediano se derrite la manteca y se da un par de vueltas a) asado. Pasada ½ hora,

se sala, se rocía con un poco de agua caliente (primero ½ vaso de los de vino)

y se pone la cebolla pelada y partida en dos trozos grandes de cada lado de

la besuguera (esto es para que al asarse la cebolla dé un bonito color a la

salsa) y se sube un poco el calor del horno. De vez en cuando se le da la

vuelta al asado y se añade un poco de

agua si hace falta. Se rocía el

asado con su jugo. Se asa durante 1½ horas. Pasado este tiempo, se apaga el

horno, se abre un ratito (2 minutos) y se vuelve a cerrar para que repose

el asado al calor unos 10 minutos antes de trincharlo.

Se quitan las cebollas; se sirve la salsa en salsera aparte y la carne adornada con

verduras, bolas de puré de patatas, etc.

**758.—ASADO DE TERNERA,
PRESENTADO CON MAYONESA Y**

HUEVO DURO

2 huevos duros.

Se prepara y asa igual que en la receta anterior.

Se tiene hecha mayonesa (2 huevos, $\frac{1}{2}$ litro de aceite fino, sal, zumo de un limón, en la

batidora), que tiene que quedar bastante dura (receta 94).

En la fuente de servir la carne se pone la ternera asada y trinchada. Se

cubre con la mayonesa y se espolvorea por encima de ésta los huevos duros

muy picados. Se adorna la fuente con verduras y se sirve en seguida. Aparte, en

salsera, se sirve h salsa de asar la ternera bien caliente. Es un plato muy lucid(y

bueno.

**751.—ASADO DE TERNERA CON
SALSA DE YEMAS PURE DE
TOMATES (6**

personas)

Se hace exactamente igual que el cordero (receta 805).

**760.—ASADO DE TERNERA
HECHO EN CACEROLA (6
personas)**

1½ kg. de contra, babilla o riñonada,

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o un
ramillete con*

perejil, laurel y un diente de ajo)

2 huesos,

1 vaso (de los de vino) de agua,

*5 ó 6 cucharadas soperas de aceite o
100 gr. de*

manteca de cerdo,

sal.

1 cebolla mediana (60 gr.),

Se ata el asado para que tenga bonita forma.

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente, se pone la ternera

y se dora por todos lados. Una vez bien dorada la carne, se añade la cebolla pelada

y partida en dos trozos grandes; se añade sal, el pellizco de hierbas aromáticas, los

huesos y el agua. Se cubre la cacerola con tapadera y a fuego mediano-lento se asa

durante 1½ horas, volviendo la carne cada ½ hora.

Una vez hecha, se le quita la cuerda a la carne, se deja reposar unos 10 minutos en la

cacerola fuera del fuego y se trincha. Se quitan los huesos y se cuela por colador de

agujeros grandes la salsa para quitarle la cebolla. Generalmente hay bastante salsa,

pero si no se añade un poco de agua caliente, se revuelve toda la salsa en la

cacerola donde se ha hecho la carne y se sirve en salsera aparte, adornada la carne con

verduras, bolitas de patata, berenjenas o calabacines rebozados y fritos, etc.

Nota.-La cacerola es mejor que sea de hierro fundido, del estilo de las llamadas en

Francia «cocotte». Al ser gruesa, sale mucho mejor y sabrosa la carne.

**761.—CONTRA DE TERNERA
ASADA CON NARANJA (6 personas)**

1½ kg. de contra de ternera,

*1 naranja grande ó 2 pequeñas para
adorno.*

*100 gr. de manteca de cerdo o 6
cucharadas 20 gr. de mantequilla,*

soperas de aceite,

2 cucharadas soperas de azúcar,

½ vaso (de los de vino) de coñac,

agua y sal.

*1 cucharada sopera de cáscara de
naranja rallada,*

Puré de patatas:

el zumo de 2 naranjas medianas,

1¼ kg. de patatas,

¼ litro de leche,

50 gr. de mantequilla,

agua y sal.

Se ata la carne para que tenga bonita forma. Se calienta un poco el coñac y una vez

puesta la carne en una besuguera se prende el coñac y se flamea con él la

carne. Se unta después con la manteca de cerdo y se mete al horno,

previamente calentado 5 minutos. Una vez que la carne se empieza a dorar,

se sala por todos lados y se añade un poco de agua caliente ($\frac{1}{2}$ vaso de los de

vino). Con el jugo se rocía varias veces el asado, que se tendrá durante $1\frac{1}{2}$ horas

asando a horno mediano, dándole la vuelta de vez en cuando.

Mientras, se cortan las naranjas en rodajas sin pelarlas. En un cazo se pone un vaso

no lleno (de los de agua) de agua, 2 cucharadas soperas de azúcar y un

trocito de mantequilla. Se cuece unos 5 a 7 minutos y se meten las rodajas a

dar un hervor. Se reservan al calor en su caldo.

Cuando la carne está asada, se apaga el horno, se abre y se vuelve a cerrar con el fin

de que deje de asar pero esté caliente. Se deja la carne unos 10 minutos antes de

trincharla. Se trincha y se ponen las lonchas en la fuente donde se vaya a

servir, adornándola con montones de puré de patatas y las rodajas de naranja preparadas anteriormente y escurridas. En la salsa de la besuguera se pone la ralladura de la naranja y el zumo. Se mezcla bien, calentando la salsa, que se servirá en salsera aparte.

**762.—OSSO BUCCO EN SALSA
CON CHAMPIÑONES (personas)**

6 trozos de osso bucco,

*1 vaso (de los de agua) de caldo (o
agua con una*

pastilla de Starlux, Gallina Blanca, etcétera),

5 ó 6 cucharadas soperas de aceite,

1 plato con harina,

3 tomates grandes y maduros (500 gr.),

sal y pimienta (ésta es facultativo).

¼ kg. de champiñones de París frescos,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

Se limpian y se lavan bien los champiñones, cortándolos en trozos grandes. Se reservan.

En una cacerola se pone el aceite a calentar (lo suficiente para que cubra el fondo,

pero sin sobrar). Una vez caliente, se pasa cada trozo de carne por harina y se van dorando.

Se añaden los champiñones y también se les dan unas vueltas para que se rehoguen.

Se echan entonces los tomates pelados, quitadas las simientes y cortados en trozos no muy grandes. Se rocía todo esto con el vino y después con el caldo. Se

echa un poco de pimienta y de sal (con cuidado, pues el caldo ya sala el

guiso, si es de pastilla).

Se tapa la cacerola y se cuece a fuego lento durante 1½ a 2 horas (según sea de tierna la

carne).

Se sirve en una fuente un poco honda con la salsa por encima.

763.—OSSO BUCCO EN SALSA (6 personas)

6 trozos de osso bucco,

1 cucharada sopera de corteza de limón rallada,

1½ vasos (de los de agua) de aceite,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco (bien lleno),

20 gr. de mantequilla,

1 vaso (de tos de agua) de caldo (o agua con una

pastilla de caldo),

unas gotas de zumo de limón,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1/4 kg. de cebollitas francesas,

1 diente de ajo,

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 plato con harina,

3 tomates medianos (300 gr.),

sal y pimienta (facultativo).

*1 cucharadita (de las de moka) rasada
de hierbas*

*aromáticas (o un ramillete con perejil,
tomillo y*

laurel),

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto, se pasan los

trozos de osso bucco de uno en uno por harina, se sacuden para que no quede

demasiada pegada y se fríen hasta que estén bien dorados por las dos caras.

Una vez

dorados, se reservan en un plato al calor.

En una sartén se ponen unas 3 cucharadas soperas del aceite de freír la carne (pero

colándolo para que no quede harina). Se

rehoga la cebolla hasta que empiece a dorarse

(unos 8 minutos). Se añaden entonces los tomates lavados y cortados en trozos, quitadas

las simientes. Se machacan bien con el canto de una espumadera durante 10 minutos,

se echan las hierbas aromáticas y el limón rallado y se revuelve bien.

Se colocan los trozos de osso bucco en una cacerola. Se echa en la sartén el vino

blanco, el caldo, la sal y la pimienta

molida. Se revuelve y se vierte por encima de

la carne. Se cuece a fuego lento durante 2 horas con la cacerola tapada.

Mientras tanto, en un cazo se cuecen las cebollitas francesas peladas, con agua que las

cubra, la mantequilla, unas gotas de zumo de limón y sal. Cuando están tiernas

(más o menos 25 minutos, se pinchan con un alambre para saber si están cocidas), se

escurren de todo su caldo. Se ponen 2

cucharadas soperas de aceite (del de freír la carne,

colado) en el mismo cazo, se doran las cebollitas y se reservan.

Se sacan los trozos de osso bucco de su salsa y se colocan en una fuente caliente y se

vierte por encima la salsa pasándola por el pasapurés. Se adorna la fuente con

las cebollitas y se espolvorea con el perejil picado; se sirve en seguida.

Nota.-Hay quien prefiere la salsa sin pasar.

**764.—GUISO DE TERNERA EN
SALSA DE WHISKY CON ARROZ
BLANCO (6**

personas)

*1½ kg. de morcillo o falda o aguja de
ternera,*

1 cucharada sopera de harina,

½ kg. de arroz,

2 cucharadas soperas de aceite,

1 hoja de laurel,

25 gr. de mantequilla,

2 cebollas medianas (125 gr.),

3 cucharadas soperas de buen whisky,

4 zanahorias medianas (300 gr.),

50 gr. de mantequilla (para rehogar el arroz),

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

*1 cucharada soperas de perejil picado,
agua y sal.*

En un cazo se pone la carne en trozos,
las zanahorias lavadas, raspadas y
cortadas en

dos a lo largo, una cebolla pelada y

cortada en dos trozos, la hoja de laurel,
el vino

blanco, agua fría que cubra bien la carne
y sal. Cuando rompe el hervor, se quita
la

espuma que se forma por encima del
agua y se tapa el cazo. Se deja cocer a
fuego

mediano una hora o $1\frac{1}{2}$ (según sea de
tierna la carne.) Mientras cuece la carne
se

hace el arroz blanco (receta 165, 1.^a,
fórmula). Una vez refrescado, se
reserva.

Después de cocida la carne se hace la salsa.

En una sartén se pone el aceite y la mantequilla a calentar; cuando están calientes, se

echa la otra cebolla pelada y picada muy menuda. Se rehoga y cuando empieza a

dorar (unos 10 minutos) se añade la harina, se rehoga un poco y se pone el

whisky y, poco a poco, caldo de cocer la carne (colado). Se mueve bien con unas

varillas o una cuchara y se cuece unos 10 minutos esta salsa. Se pondrán más o

menos $\frac{3}{4}$ de litro de caldo para que la salsa resulte abundante.

Se echa dentro la carne escurrida y se deja cocer unos 10 minutos todo junto.

Se rehoga el arroz con la mantequilla, se sala y se pone en un molde en forma de

corona. Se vuelca y se adorna con las zanahorias picaditas por encima de la coronilla

del molde de arroz.

Se pone la carne con su salsa en el centro del molde y se espolvorea con el perejil

picado. Se sirve en seguida.

**765.—GUISO DE TERNERA CON
ZUMO DE LIMON (6 personas)**

*1½ kg. de ternera en trozos (falda,
aguja o 1 cucharada (de las de café) de
azúcar,*

morcillo),

*1 cucharadita (de las de moka) de
concentrado de*

1 cucharada sopera de harina,

carne (Bovril, Liebig, etc.),

6 cucharadas soperas de aceite,

*1 cucharada (de las de café) de
mostaza,*

el zumo de 3 limones,

*1 cubito de caldo (Gallina Blanca,
etc.),*

la ralladura de un limón,

1 plato con harina,

1 cebolla mediana (60 gr.),

1/4 kg. de cebollitas francesas,

3 vasos (de los de agua) de agua,

15 gr. de mantequilla,

*1 vaso (de los de vino) de moscatel,
sal y pimienta.*

Se rebozan en harina los trozos de carne cortados en cuadraditos, sacudiéndolos, para

que sólo quede la necesaria. En una cacerola se pone el aceite a calentar. Se refríe

la cebolla pelada y picada en trocitos hasta que esté transparente (5 minutos más o

menos). Se ponen los trozos de carne, para darles una vuelta. Una vez dorados, se

espolvorea con la harina, se mueve bien con una cuchara de madera y se añade el

agua templada o fría, el zumo y la ralladura de los limones. Se aplasta un poco

entre los dedos el cubito de caldo y se mueve bien después de echarlo en el

agua. Se tapa la cacerola con tapadera y a fuego mediano se deja durante 1½

horas más o menos (hasta que la carne esté tierna).

Mientras cuece, se preparan las cebollitas francesas. Se pelan y se ponen a cocer en un

cazo con un poco de agua que las cubra y el trocito de mantequilla unos quince minutos.

Cuando se vaya a servir, unos 15 ó 20 minutos antes se prepara la salsa que sigue:

En otro cazo se pone la cucharadita de azúcar a tostar. Cuando está color caramelo se le

añade la mostaza y el moscatel. Se vierte esto sobre el guiso, se mueve muy bien, se

rectifica de sal y se deja cocer todo junto con las cebollitas francesas escurridas del jugo

de cocerlas durante unos 10 a 15 minutos.

Se sirve en una fuente con la salsa por encima y adornada la carne con triángulos de

pan frito o con moldecitos de arroz blanco.

766.—FILETES DE FALDA DE TERNERA GUIRADOS (6 personas)

6 filetes de falda (tiras de unos 200 gr. cada una),

el zumo de un limón,

5 cucharadas soperas de aceite,

40 gr. de mantequilla,

2 tomates medianos maduros,

*1½ vasos (de los de vino) de vino
blanco,*

¼ kg. de cebollitas francesas,

*1 vaso (de los de vino) de agua (o algo
más si*

hiciese falta),

1 cebolla mediana picada (50 gr.),

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o un
ramillete),*

3 dientes de ajo,

sal.

200 gr. de champiñones frescos,

50 gr. de aceitunas deshuesadas,

En una cacerola (o cocotte) se pone el aceite a calentar. Cuando está en su punto, se

doran los trozos de carne de 2 en 2. Se van reservando en un plato. Una vez dorada

toda la carne, se pone la cebolla muy picada y se deja unos 5 minutos, así como

los dientes de ajo, pelados y dados un golpe con el mango de un cuchillo (para

que suelten más aroma). Se vuelve a poner la carne en la cacerola. Se pela y

quita la simiente a los tomates y se cortan en trocitos que se van echando por

encima de la carne. Se rocía el guiso con el vino y el agua, se agrega el

pellizco de hierbas aromáticas y la sal. Se mueve, se tapa y cuando rompe el

hervor se baja el fuego para que cueza despacio durante una hora.

Mientras tanto, se pelan las cebollitas francesas, se ponen en un cazo con agua que las

cubra, sal, la mitad de la mantequilla y unas gotas de zumo de limón. Se cuecen

unos 20 minutos (depende de su tamaño). Una vez cocidas, se reservan.

Se cortan, se limpian y se lavan los champiñones, cortándolos (si hiciese falta) en trozos

grandes. Se lavan en agua con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón, se escurren y se ponen en un cazo

con lo que queda de zumo de limón, la

mantequilla que sobra de las cebollas y sal.

Se tapan y se saltean unos 10 minutos.

A la hora de cocer la carne se incorporan las cebollitas escurridas, el champiñón con su

jugo y las aceitunas partidas en dos a lo largo. Se revuelve todo junto, se deja un 14 de

hora más a fuego mediano y se sirve en una fuente.

**767.—BLANQUETA DE TERNERA
(6 personas)**

½ kg. de arroz,

1½ cucharadas soperas de harina,

*1½ kg. de pecho de ternera en trozo
(como para ¼ litro de leche fría (un
vaso de los de agua),*

ragoût),

½ litro de caldo de cocer la carne,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

*2 cucharadas (de las de café) de perejil
picado,*

1 cebolla pequeña (50 gr.),

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 hoja de laurel,

75 gr. de mantequilla,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

sal.

agua fría,

2 yemas de huevo,

el zumo de ½ limón,

Se pone en un cazo la carne. Se cubre con agua fría, se echa una hoja de laurel, una

cebolla partida en dos, las 2 zanahorias en rodajas, el vino blanco y la sal.

Cuando

empieza a cocer, se quita la espuma que se forma encima y se deja cocer más o menos

una hora o 1½ (depende de lo tierna que ésta sea) a fuego lento, pero sin dejar de hervir.

Aparte se va haciendo el arroz blanco (receta 165, 1.^a fórmula). Una vez escurrido, se

deja en espera.

En una sartén se ponen 25 gr. de

mantequilla y las 2 cucharadas soperas de aceite.

Cuando está caliente se añade la harina y con la leche fría se deslíe. Se agrega

entonces $\frac{1}{2}$ litro del caldo de cocer la carne. En un tazón se ponen las 2 yemas y

el zumo de $\frac{1}{2}$ limón; se van deshaciendo muy poco a poco con la salsa. Se

incorpora todo a la salsa, se espolvorea el perejil y se rectifica de sal. Se guarda al

calor, pero sin que cueza más.

Se ponen en un cazo los 50 gr. de mantequilla a derretir, se añade el arroz y se sala. Se

mueve bien rehogando el arroz, que se coloca en una fuente alargada en la mitad

de la fuente. En la otra mitad se ponen los trozos de carne y, por encima de ésta,

se echa la salsa; se sirve en seguida.

Se deben calentar los platos para la carne, pues este guiso se enfría rápidamente.

768.—ALETA DE TERNERA

RELENA CLASICA (8 a 9 personas)

1 aleta de ternera de 1½ kg.,

1 cebolla grande (225 gr.),

carne picada (los sobrantes de la aleta, o más o 4 cucharadas soperas de aceite,

menos ¼ kg.),

1 manzana reineta en trozos,

125 gr. en una loncha de jamón serrano,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco

seco,

1 huevo duro,

agua fría,

*3 zanahorias medianas (una se reserva
para la*

salsa),

sal.

El carnicero habrá preparado la aleta cortándola en medio por la parte más fina, sin

llegar al otro borde, para que quede como un filete grande. Los picos de

carne de

todo alrededor se cortan y se pican.

Una vez extendida la aleta, se pone un poco extendida en el centro la carne picada. Se

colocan sobre ella y todo a lo largo unas tiras de un dedo de grueso del jamón y

la zanahoria (evitando poner el centro de éstas, que suele ser más pálido) y el

huevo duro pelado y cortado a lo largo en tiras (6 trozos, por ejemplo). Después se

le echa sal y se enrolla toda la aleta a lo

largo; se ata con cuerda fina apretando un

poco para que quede todo bien pegado al desatarlo.

En una cacerola se pone el aceite a calentar y se da una vuelta a la aleta. Cuando está

dorada, se retira. Se pone la cebolla a dorar, picada, y una vez dorada se vuelve a

poner la carne, la manzana pelada y en trozos, una zanahoria en rodajas y sal. Se agrega

el vino blanco y, cuando empieza a dar

un hervor, se echa el agua fría hasta 'que casi la cubra. Cuando rompe el hervor, se tapa y se hace a fuego lento (más o menos 1½ horas) hasta que quede sólo la salsa suficiente para servir.

Se retira la aleta y se quita la cuerda. Se trincha en rodajas de un cm. (como un asado). Se pasa la salsa por el pasapurés y se sirve bien caliente en salsera. Se puede

adornar la fuente de la aleta con grupitos de verduras, puré de patatas o con patatas

fritas en cuadraditos.

**769.—ALETA DE TERNERA
RELLENA CON ESPINACAS Y
TORTILLAS (6 personas)**

*¾ de kg. de aleta de ternera (abierta
por el 1 kg. de espinacas,*

carnicero),

*5 cucharadas soperas de aceite (o
manteca de*

*200 gr. de carne picada con 100 gr. de
jamón cerdo),*

serrano (una punta),

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

2 huevos,

*1 vaso (de los de vino) de agua
caliente,*

*3 cucharadas soperas de aceite (para
hacer las*

tortillas),

sal.

Se limpian de rabos y se lavan muy bien las espinacas. Se cuecen poniéndolas en agua

abundante hirviendo y sal. Una vez

sumergidas, se tapa la cacerola y a los 10 ó 15

minutos se escurren, apretándolas muy bien para quitarles el agua. Se pican con machete y se reservan.

Una vez abierta la aleta, se pone la parte abierta contra la mesa. Si la otra parte tuviese

mucho pellejo, se quita cortándolo con unas tijeras. Se sala ligeramente y se

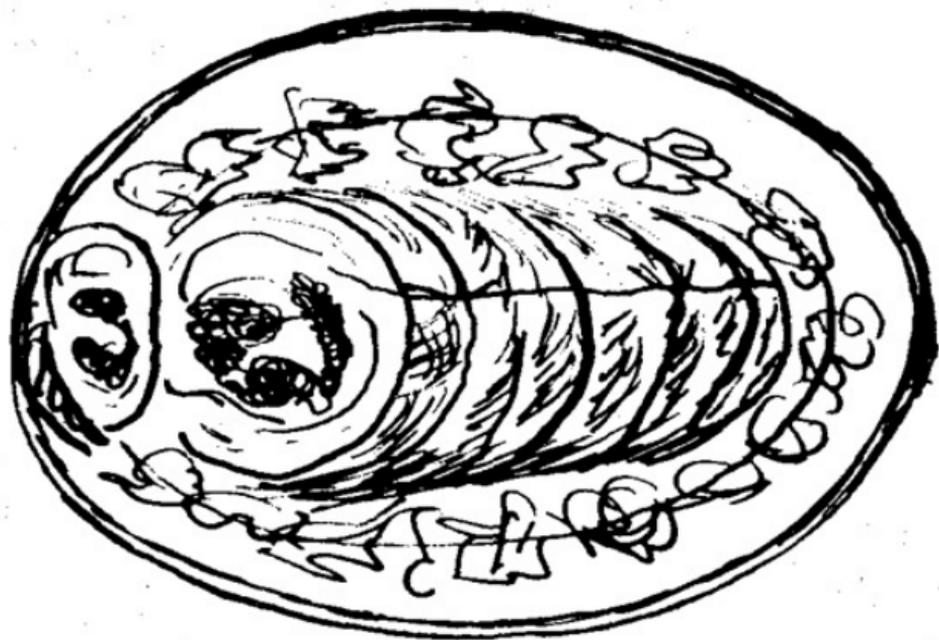
extiende la carne picada. En una sartén pequeña se hacen dos tortillas planas,

como crepes. Para esto se bate cada

huevo por separado, se sala y con $1\frac{1}{2}$

cucharadas de aceite se hace cada tortilla. Se colocan éstas encima de la carne picada,

una al lado de la otra, en la parte más larga de la aleta. Por encima de las tortillas



se ponen las espinacas en una tira ancha de unos tres dedos y todo lo larga que es la aleta. Se enrolla con cuidado de no desplazar nada y se ata con una cuerda fina.

En una besuguera se ponen a calentar las

5 cucharadas soperas de aceite, se dora la

aleta por todos lados, se sala muy ligeramente por fuera y se mete al horno mediano,

previamente calentado durante 10 minutos. Se asa durante $\frac{1}{2}$ hora y entonces se

rocía con el vino. Se asa otra $\frac{1}{2}$ hora y se rocía con agua caliente (primero, $\frac{1}{2}$ vaso y

si va haciendo falta, el otro $\frac{1}{2}$). Se deja unas 2 horas en total, rociando la aleta de vez en

cuando con su salsa.

Se puede servir caliente, pero hay que dejarla reposar con el horno abierto durante unos

15 minutos antes de trincarla; o bien fría, que también resulta muy buena.

770.—ESPALDILLA DE TERNERA GUISADA (6 personas)

1 espaldilla (o sea, paletilla) de 2 kg. más o menos, 1 cucharada sopera de fécula de patata,

50 gr. de manteca de cerdo o 5 cucharadas 1 cucharada (de las de café) rasada de pimentón,

soperas de aceite,

½ cucharadita (de las de moka) de extracto de

1 vaso (de los de agua) de vino blanco, carne,

½ kg. de zanahorias,

1 pellizco de hierbas aromáticas (o 1 ramillete con

perejil, laurel y tomillo),

2 cebollas medianas (200 gr.),

sal y agua,

*3 tomates maduros medianos (400 gr.),
patatas rehogadas o puré para
acompañar.*

Se manda deshuesar la espaldilla en la
carnicería y se piden los huesos. Se
enrolla la
carne y se ata.

En una cacerola se pone la manteca a
derretir (o el aceite a calentar). Se
añade la
carne, las cebollas peladas y cortadas en
trozos, las zanahorias raspadas, lavadas
y

en rodajas o trozos grandecitos y los huesos.

Se dora la carne por todos lados y se agregan los tomates pelados, quitadas las simientes

y cortados en trozos. Se espolvorea con el pellizco de hierbas aromáticas y un poco

de sal. Se rocía con el vino blanco y 1 vaso (de los de vino) de agua templada. Cuando

empieza a cocer, se pone la cacerola en el horno previamente calentado y con calor

mediano; se deja unas 3 horas. Se le da la vuelta de vez en cuando a la carne y se

rocía con la salsa.

Una vez tierna, se saca de la cacerola, se trincha y se reserva al calor. Se pone la

cacerola en el fuego, con una cuchara se le quita un poco de la grasa que esté

encima de la salsa. Se disuelve en un tazón la fécula de patata con un poco de agua y

el extracto de carne. Se añade a la salsa. Se quitan los huesos y se pasa la salsa

por

el chino. Se echa entonces el pimentón, moviendo bien la salsa, se prueba de sal y, si

hace falta, se rectifica. Si la salsa está muy espesa, se añade un poco de agua caliente.

Si está clara, se deja cocer un poco antes de poner el pimentón. Se vierte por encima

de la carne y se sirve adornando la fuente con puré de patatas o patatas rehogadas.

771.—TERNERA CON CEBOLLA Y

VINO DE JEREZ personas)

1½ kg. de babilla, contra o tapa,

*1 vaso (de los de vino) de jerez no
lleno,*

*5 cucharadas soperas de aceite (o 75
gr. de 2 vasos (de los de vino) de agua,*

manteca de cerdo),

2 clavos (de especia),

¾ kg. de cebollas,

sal y pimienta.

2 dientes de ajo,

Se ata la carne como para un asado, dándole bonita forma. En una cacerola (o mejor,

una cocotte) se pone el aceite a calentar (o la manteca a derretir), se pone entonces la

carne para que se dore por todos lados.

Una vez dorada, se agregan las cebollas peladas y picadas en trozos más bien gruesos,

los dientes de ajo pelados y dados un golpe con el mango de un cuchillo; el vino, el

agua, los clavos, la sal y un poco de

pimienta molida. Se tapa la cacerola y, a fuego mediano, más bien lento, se cuece durante unas 2½ horas (más o menos).
Se

saca la carne, se le quita la cuerda y se trincha. Se pasa la salsa por el chino o el

pasapurés, apretando bien. Se sirve con patatas cocidas o con unos coditos cocidos con

agua y sal, y rehogados con mantequilla y un poco de queso rallado.

772.—TERNERA ESTOFADA (6 personas)

1½ kg. de falda, aguja o morcillo en trozos,

1 pellizco de hierbas aromáticas (o una hoja de

laurel, 2 ramitas de perejil y una de tomillo),

1 vaso (de los de vino) de vinagre,

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

1 vaso (de los de vino) de aceite,

sal,

1 cabeza de ajos,

agua (si hace falta).

1 cebolla grande (150 gr.),

En una cacerola se pone la carne en trozos con todos los ingredientes. Se tapa con una

tapadera que encaje muy bien (o con un papel, la tapadera y un peso encima). Se pone

a fuego lento durante unas 3 horas más o menos (hasta que la carne esté tierna).

Durante este tiempo, de vez en cuando se revuelve, para que no se pegue la carne al

fondo, y, si hiciese falta, se puede añadir un poquito de agua caliente para que el

estofado quede jugoso.

Se sirve en fuente más bien honda con unos triángulos de pan de molde fritos.

773.—TERNERA A LA CAZUELA CON SETAS (6 personas)

1½ kg. de redondo de ternera,

¾ kg. de setas frescas,

*100 gr. de manteca de cerdo (o 6
cucharadas 1 cucharadita (de las de
moka) de jugo de carne*

soperas de aceite),

(Mandarín, Liebig, etc.),

1 vaso (de los de vino) de agua,

*1 cucharada (de las de café) de fécula
de patata,*

*1 vaso (de los de vino) de Málaga o
jerez dulce,*

sal.

En una cacerola (o mejor, en una cocotte) se pone a calentar la manteca (o el aceite). Se

rehoga bien la carne a fuego mediano

durante $\frac{1}{2}$ hora. Se añade entonces el vino y el

agua, y se sala ligeramente. Se cubre la cacerola con tapadera y se cuece la carne

durante otra $\frac{1}{2}$ hora, volviéndola de vez en cuando.

Mientras, se limpian de tierra las setas, se lavan y se cortan en trozos más bien grandes. Se secan y se incorporan a la carne. Se vuelve a tapar la cacerola y se deja otra $\frac{1}{2}$ hora.

Pasado este tiempo, se saca la carne y se trincha. Se coloca en la fuente donde se vaya

a servir, reservándola al calor. Se disuelve la fécula y el jugo de carne con un poco

de agua y se vierte en la salsa, se mueve bien y se deja dar un hervor. Se revuelve

bien, se prueba de sal y se cubre la carne con esta salsa y con las setas.

Se sirve en seguida.

Nota.-Se puede hacer también con setas secas, pero habrá que preparar éstas

según

venga explicado en el paquete.

**774.—TERNERA AL AJILLO CON
TOMATE (6 personas)**

1½ kg. de falda o morcillo,

Salsa de tomate:

4 cucharadas soperas de aceite,

1 kg. de tomates muy maduros,

1 cucharada soperas de pan rallado,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

*1½ vasos (de los de vino) de agua
hirviendo,*

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

1 cabeza de ajos (50 gr. más o .menos),

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o una
hoja de*

laurel y una ramita de tomillo),

*1 pastilla de caldo (Starlux, Gallina
Blanca, etc.)*

sal.

sal.

Primero se hace una salsa de tomate que quede muy espesa (receta 63).

En una cacerola (o cocotte) se pone el aceite a calentar. Se echa la ternera cortada en

trozos de 3 dedos de costado. Se rehogan bien, hasta que están dorados los trozos.

Se espolvorea entonces el pan rallado por encima de la carne, se añade la salsa de

tomate, los dientes de ajo pelados pero enteros y el agua hirviendo. Se echa sal (pero no mucha).

Se tapa la cacerola y, a fuego más bien lento, se cuece durante 1½ horas. Se -
agrega

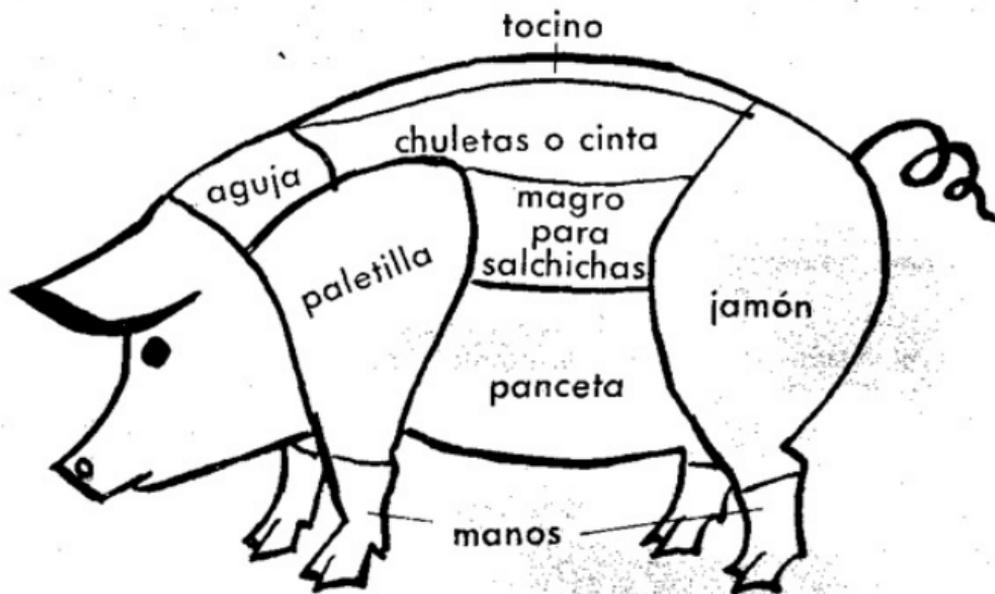
entonces la pastilla de caldo disuelta en un poquito de agua caliente; se revuelve bien

y se cuece otros 15 minutos.

Se retiran los dientes de ajo y se sirve en una fuente con acompañamiento de patatas

rehogadas, de arroz blanco, o simplemente con unos triángulos de pan de molde fritos.

CERDO



CERDO

Frito o a la plancha

Asado

Guisado

Qué parte Peso por Tiempo de Qué parte Peso por Tiempo de Qué parte Peso por Tiempo de

pedir

persona

cocción

pedir

persona

cocción

pedir

persona

cocción

10 minutos

2 a 2½

por cada

200 a 225

Chuletas

200 gr.

Cinta

horas se-

cara, pri-

gramos

40 minutos Costillas

200 gramos

Filetes de 150 gr.

Solomillo

gún el

mero a

(sin hue-

por cada

Aguja

por

jamón

por per-

Jamón

tamaño

fuego vivo

so) por

½ kg.

Paletilla

persona

Cinta

sona

fresco

del

y después

persona

trozo

más lento

La buena carne de cerdo debe ser rosada o roja pálida, según la parte de que sea.

Mengua mucho al asar, freír y guisarla, casi de su peso. Un asado de cinta de

1½ kg. en

crudo se queda en 1 kg. asado.

Es muy sabrosa, pero, como es una carne con mucha grasa, es un poco indigesta.

775.—LOMO DE CERDO ASADO (6 personas)

1½ kg. de lomo de cerdo,

½ limón,

sal y pimienta,

agua.

Se ata el cerdo como un asado corriente.
Se le pone sal y pimienta por lo menos
unas

2 horas antes de ir a meterlo en el horno.

Se pone una besuguera primero sin nada.
Se enciende el horno unos 10 minutos

antes de meter la carne. Se mete y se
deja dorar con su grasa (si la tiene, si
no,

se unta el lomo ligeramente con manteca
de cerdo). Se le da la vuelta varias

veces hasta que esté dorado por todos
lados; entonces se agregan unas 3 ó 4

cucharadas soperas de agua caliente, y con el caldo se rocía el asado de vez en

cuando. Se tendrá asando 1½ horas, después de lo cual se sacará del horno el

asado y se dejará reposar 5 minutos fuera del horno, antes de trincharlo en rodajas

finas. Se mezcla a la salsa unas gotas de zumo de limón antes de servirla en la salsera.

Se sirve adornado con puré de patatas, patatas rehogadas con manteca y perejil,

bolas de puré de patata, berros, nouilles o cintas, etc.

Como el asado de cerdo es buenísimo frío, servido con una ensalada, tiene cuenta

asar más cantidad y reservar un trozo para tomar frío.

Nota.-Hay a quien le gusta más, una vez salada la carne, frotarla con 1 diente de ajo

pelado.

776.—CINTA O LOMO DE CERDO ASADO CON MOSTAZA (6 personas)

1½ kg. de cinta o de lomo,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

*2 cucharadas soperas de buena
mostaza,*

agua caliente,

sal.

Se ata el asado para darle una bonita forma y se sala unas 2 horas antes de ir a asarlo.

Se enciende el horno fuerte unos 10 minutos antes de meter la carne.

Mientras se

calienta el horno, se unta todo el asado con la mostaza.

Se coloca en una besuguera y se mete en el horno. Se deja dorar, dándole la vuelta de

vez en cuando. Cuando la carne está dorada, se va rociando en unas tres veces

con el vino blanco y se baja el fuego. Se rocía de vez en cuando con el jugo

de la besuguera. Estará asado en 1½ horas. Se apaga el horno, se abre un par

de minutos y se vuelve a cerrar para que esté caliente pero no mucho, y se

deja durante unos 10 minutos el asado para que repose. Se saca entonces,

se le quita la cuerda y se trincha en lonchas más bien finas, pues está mejor.

Se ponen en la fuente donde se vayan a servir y se reserva al calor, tapando

la carne con una hoja de papel de aluminio para que no se reseque.

En la besuguera se ponen 2 ó 3 cucharadas soperas de agua caliente. Se revuelve

bien, rascando la besuguera con un tenedor y calentando mucho la salsa. Se

sirve ésta en salsera aparte. La carne se adorna con patatas fritas, puré o

coditos cocidos y revueltos con un poco de mantequilla y queso rallado.

**777.—CINTA O LOMO DE CERDO
CON LECHE (6 personas)**

1½ kg. de cinta o lomo de cerdo,

4 dientes de ajo sin pelar,

1 litro de leche templada,

4 granos de pimienta,

*30 gr. de manteca de cerdo (una
cucharada sal.*

sopera),

Se ata el trozo de cerdo como un asado corriente y se sala un par de horas antes de ir a

hacerlo.

Se pone la manteca a derretir en una cacerola o, mejor en una cocotte. Se dora

la carne por todos lados y entonces se rocía con la leche templada, se añade la

pimienta y los dientes de ajo sin pelar. Destapada la cacerola y a fuego mediano, se

calienta hasta que rompe el hervor,
después se tapa y se deja a fuego lento,
sin

que deje de cocer despacio, durante 2
horas más o menos, teniendo la
precaución

de darle vueltas a la carne de vez en
cuando, para que no se agarre la leche.

Si pasado el tiempo debido para cocer
la carne la salsa fuese mucha, se
destaparía la

cacerola, se sacaría la carne
reservándola al calor y se reduciría la
salsa a fuego vivo.

Para servir, se le quita la cuerda a la carne, se trincha en lonchas más bien finas y se

colocan en la fuente. Esta se puede adornar con puré de patatas o compota de

manzana, como más guste. Se cuele la salsa por un colador de agujeros grandes, o

un pasa-purés, quitando la pimienta y los ajos. Con un tenedor se bate la salsa (se

puede batir también con el aparato de montar las claras a mano), y se sirve aparte en

salsera.

**778.—CINTA DE CERDO ASADA
CON COSTRA DE SAL (6 personas)**

1½ kg. de cinta de cerdo,

1½ a 2 kg. de sal gorda.

En el fondo de una besuguera se pone una capa de sal de 1 cm. de gruesa y del largo y

ancho del asado. Se posa ésta encima y se echa el resto de la sal cubriendo toda la

carne con una capa espesa. Se aprieta un poco con las manos para formar como

un

caparazón. Se enciende el horno unos 5 minutos antes de meter la carne, y, a fuego

mediano, se mete el cerdo durante 1 ³/₄ horas más o menos (el mismo tiempo de un

asado normal). El tiempo lo suele señalar la sal, que se resquebraja. Se rompe la

corteza de sal. Se saca la carne y se trincha como un asado normal.

Esta receta es muy sabrosa pero no da salsa. Se puede tomar la carne caliente,

con

cualquier acompañamiento, o fría.

**779.—LOMO DE CERDO
BRASEADO CON REPOLLO (6
personas)**

1½ kg. de lomo de cerdo,

50 gr. de manteca de cerdo,

*1 loncha gruesa de bacon (100
gramos),*

1 repollo francés de 1 kg.,

agua y sal.

Se ata con una cuerda la carne, como un asado corriente, y se sala por lo menos 2 horas

antes de ir a hacerlo.

En una cacerola, o mejor en una cocotte, se pone la manteca a derretir, se le quita

la corteza dura al bacon y se corta en trocitos, se rehoga y se pone el lomo a dorar,

por todos lados. Una vez dorado, se tapa la cacerola y a fuego lento se hace el lomo.

Mientras tanto se corta en tiritas el repollo, se lava y se pone una cacerola

con

agua abundante y sal, a cocer. Cuando hierva a borbotones, se echa el repollo bien

escurrido. Se empuja con una espumadera para que quede bien sumergido todo él.

Se cuece unos 15 minutos, después de lo cual se añade a la carne poniendo el repollo

alrededor, bastante escurrido. Se tapa otra vez la cacerola y se deja cocer a fuego

mediano una hora, moviendo de vez en

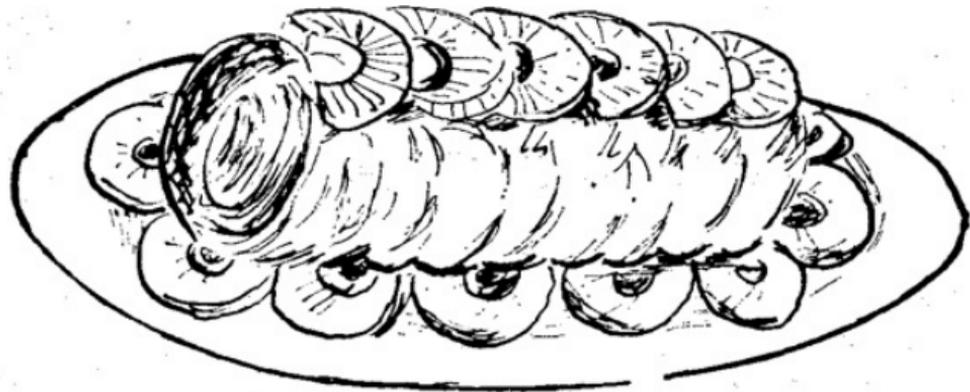
cuando la carne y la verdura.

Se deja reposar la carne en la cacerola unos 5 minutos, fuera del fuego. Se saca, se quita

la cuerda y se trincha en lonchas finas, que se ponen en la fuente donde se servirá, y

se coloca todo alrededor el repollo. Se echa la salsa por encima o se sirve en salsera

aparte, como más guste.



**780.—CERDO ASADO CON PIÑA (6
Personas)**

1½ kg. de cinta o de lomo de cerdo,

1 lata de 6 rodajas de piña en almíbar,

2 cucharadas soperas de mostaza,

*1 cucharada (de las de café) de fécula
de patata,*

30 gr. de manteca de cerdo,

3 cucharadas soperas de agua fría,

sal.

Se ata el asado de cerdo con una cuerda para darle bonita forma. Se sala un par de horas

antes de ir a asarlo.

Al ir a meterlo en el horno, se encenderá éste bastante caliente durante unos 15 minutos

antes. Mientras tanto, se unta el asado con la mostaza.

En la besuguera se pone la manteca a derretir, y en el fuego (no en el horno) se pone el

asado para que se dore; una vez bien dorado por todos lados, se mete en el horno

durante 1¼ hora más o menos, dándole vueltas de vez en cuando y rociándolo con su

salsa (si es necesario se añade un poquito de agua caliente).

Pasado este tiempo se saca el asado, se le quita la cuerda y se trincha en rodajas más

bien finas, que se colocan en la fuente donde se vayan a servir, reservándola al

calor y tapándola con una hoja de papel de aluminio, mientras se hace la salsa, para

que no se seque.

Se escurren las rodajas de piña de su jugo. Se pasan éstas por la salsa de la

besuguera y se cortan en dos. Se ponen unas cuantas medias rajadas encima del

asado y las otras alrededor. En un tazón se pone la fécula y se disuelve con el agua;

se vierte en la salsa del asado, así como el almíbar de la piña. Se revuelve todo junto, calentándolo mucho, y se sirve en salsera aparte.

**781.—CINTA O LOMO DE CERDO
CON MANZANAS (6 personas)**

1½ kg. de cinta o lomo de cerdo,

3 cucharadas soperas de agua

50 gr. de mantequilla,

*1 cucharada (de las de café) de fécula
de patata,*

6 manzanas reinetas pequeñas,

*3 cucharadas (de las de café) de
azúcar,*

3 cucharadas de jerez,

agua y sal.

2 cucharadas soperas de manteca de cerdo (60

gr.),

Se ata la carne con una cuerda como un asado normal. Se unta de sal un par de horas

antes de ir a asarla.

Al ir a hacer la carne, se unta con la manteca de cerdo y se mete en el horno, previamente calentado unos 10 minutos. Se deja dorar dándole la vuelta varias veces y añadiéndole de vez en cuando una cucharada sopera de agua caliente

(hasta unas 3 cucharadas). Se asa así durante $\frac{3}{4}$ hora.

Mientras tanto, se pelan las manzanas y se les quita el corazón duro y las pepitas, pero

con cuidado de no vaciar el fondo de las manzanas. En el sitio del corazón se les

pone $\frac{1}{2}$ cucharada de azúcar y como una avellana de mantequilla y se ponen

alrededor de la carne en la misma besuguera. Se rocían las manzanas con el

jerez ($\frac{1}{2}$ cucharada en cada una) y se asan durante $\frac{1}{2}$ hora a fuego ya más

lento,

pues las manzanas tienen que quedar enteras pero blandas.

Se saca la carne, se le quita la cuerda y se trincha en rodajas más bien finas; se ponen

en la fuente donde se vayan a servir, con las manzanas alrededor. Se le agrega a la

salsa la fécula de patata disuelta con un poco de agua fría, se revuelve todo bien

con la salsa del asado y se vierte por encima de la carne. Se sirve en seguida.

**782.—CINTA DE CERDO
ADOBADA Y GUISADA (6 personas)**

1½ kg. de cinta de cerdo,

*aromáticas (o una hoja de laurel, 1
diente de ajo,*

perejil y tomillo),

50 gr. de manteca de cerdo,

6 granos de pimienta,

½ litro de vino blanco,

*1 cucharada (de las de café) de fécula
de patata,*

3 cucharadas soperas de vinagre,

1 cucharada sopera de concentrado de tomate,

1 cebolla mediana (100 gr.),

sal.

2 zanahorias medianas (100 gramos),

1 diente de ajo,

1 buen pellizco de hierbas

Se ata la carne con una cuerda, como un asado corriente. Se pone en un cacharro de

barro o de cristal, con el vino blanco, el vinagre, la cebolla pelada y partida en

cuatro, las zanahorias raspadas la piel, lavadas y partidas en rodajas, la pimienta y

el pellizco de hierbas aromáticas. Se tapa y se deja así unas 8 ó 10 horas (la noche

anterior).

Al ir a hacer la cinta, se escurre del caldo de su adobo, se sazona con bastante sal, se

unta con la manteca y se pone la cebolla y las zanahorias alrededor de la carne. Se

mete al horno bastante fuerte y previamente calentado durante unos 10 minutos. Cuando

empieza la cebolla y la carne a dorarse, se rocía varias veces con el caldo del

adobo y se le da vuelta a la carne también de vez en cuando. Pasadas 1½

horas, se

saca la carne, se trincha en lonchas más bien fina y se reservan al calor. Se pone la

fécula en un tazón, se deslíe con un poco de agua fría, se añade a la salsa, así

como el concentrado de tomate. Se calienta y se revuelve todo bien; se cuele la

salsa por el chino, apretando muy bien para que pasen las zanahorias. Se puede

servir la carne con patatas cocidas o con coditos cocidos y salteados con

mantequilla y queso rallado. Todo ello cubierto con la salsa.

781.—LOMO O CINTA DE CERDO EN ADOBO (PARA CONSERVAR)

Se corta el trozo de lomo o de cinta en filetes y se ponen en una cacerola. Se

machacan en un mortero unos dientes de ajo, pimentón en polvo y sal. Se disuelve

con agua y se echa por encima de la carne, así como un pellizco de orégano. Se

cubre la carne de agua y se mueve todo para que se reparta bien. Se tiene así en

sitio

fresco (sin ser la nevera) unos 4 ó 5 días.

Pasado este tiempo, se sacan las rodajas de carne del líquido y se escurren. En una

sartén se pone aceite o manteca de cerdo y cuando está caliente se fríen los filetes

por los dos lados, unos 3 minutos cada cara. A medida que están fritos se van

poniendo en un puchero de barro, y cuando están todos preparados se vierte

manteca de cerdo derretida por encima

hasta que los cubra bien.

Así se conserva mucho tiempo la carne.
Para servirlos, se calientan en la misma
grasa

que los cubría y se sirven.

**784.—CERDO GUISADO CON AJO,
CEBOLLA Y TOMATES (6
personas)**

*1½ kg. de filetes de magro de cerdo o
de costillar,*

3 tomates grandes maduros (½ kg.),

4 cucharadas soperas de aceite,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 diente de ajo,

1 hoja de laurel,

1 cebolla grande (125 gr.),

sal.

Se preparan unos filetes de magro de cerdo, o de costillar (siendo éstas quizá se tenga

que calcular un poco más de cantidad, por los huesos), salándolos un par de horas

antes de guisarlos.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto, se rehoga la

cebolla pelada y muy picadita, así como el diente de ajo, también muy picado.

Cuando la cebolla se pone transparente (unos 5 minutos), se va poniendo la carne,

para que se dore por todos lados. Una vez dorada, se rocía con el vino blanco y

después se añaden los tomates pelados, partidos y quitadas las simientes,

y la hoja de laurel. Se tapa la cacerola y,

a fuego lento, se tiene de 30 a 45

minutos (según sea de dura la carne) .

De vez en cuando conviene destapar

la cacerola y mover el guiso para que no se agarre.

Cuando está hecha, se colocan los trozos de carne en una fuente caliente y se vierte la

salsa por encima.

Se puede adornar con pimientos verdes fritos o patatas (rehogadas, fritas o en puré).

785.—FILETES DE CINTA DE

CERDO CON MOSTAZA, SALSA DE VINO Y ZUMO- DE

NARANJA (6 personas)

12 filetes de cinta de cerdo,

1 cucharada sopera de perejil picado muy fino,

mostaza,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cebolla mediana (100 gr.) picada,

1½ vasos (de los de vino) de agua,

1 cucharada sopera rasada de harina,

*1 vaso, no lleno (de los de agua), de
aceite,*

el zumo de una naranja grande,

sal.

Se untan con sal y mostaza las dos caras de cada filete de cerdo. Una vez untados

todos, se fríen por tandas en una sartén donde se habrá puesto el aceite a

calentar, reservándolos después de fritos en un plato, al calor. En esta

misma sartén, en la que se deja sólo un poco de aceite para cubrir el fondo

de la misma, se dora la cebolla (unos 6 a 8 minutos) y después se agrega

la harina, dando a todo esto unas vueltas con una cuchara de madera. Se

añade entonces, poco a poco, el vino, el agua y el zumo de la naranja y se

cuece un ratito, dando vueltas. Se cuela la salsa por el chino y se pone en

una cacerola. Se agrega el perejil picado y se meten los trozos de cerdo a

calentar en esta salsa unos 3 minutos. Se sacan pasado este tiempo, colocándolos en

una fuente, que se adorna con puré de patatas, y se pone un poco de salsa

por encima de la carne, sirviendo el resto de la salsa en salsaera.

Puré de patatas:

1 kg. de patatas,

vaso, de los de agua, bien lleno),

50 gr. de mantequilla,

sal.

¼ litro de leche caliente (un

Receta 207.

786.—FILETES DE CERDO CON SALSA DE MOSTAZA Y CREMA LIQUIDA (6

personas)

*6 filetes de magro de cerdo (o 12 de
cinta $\frac{1}{4}$ litro de crema líquida (o de
bechamel: una*

delgados),

*cucharada sopera rasada de harina y
un vaso no*

lleno, de los de agua, de leche fría).

4 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de manteca (un trozo de unos

35 gr.),

1 cucharada sopera de buena mostaza,

Se salan los filetes un buen rato antes de ir a freírlos.

En una sartén se pone el aceite y la manteca a calentar. Cuando están calientes, se

fríen los filetes por tandas, unos 5 minutos de cada lado, a fuego mediano. Se

ponen en la fuente donde se irán a servir

y se reservan al calor.

En la sartén donde se han frito se echa primero la mostaza y después la crema, se

revuelve bien sin que hierva y se vierte esta salsa por encima de los filetes.

Estos se adornan con patatas rehogadas.

Nota.-Si no se tiene crema, después de la mostaza se añade la harina, se revuelve un

par de minutos y se agrega poco a poco la leche fría. Se cuece esta salsa durante

unos 6 minutos y se vierte por encima de

los filetes.

787.—FILETES DE CINTA DE CERDO CON ALMENDRAS Y VINO DE MALAGA

Véase receta 752.

788.—CHULETAS DE CERDO CON CEBOLLAS EN SALSA (6 personas)

6 chuletas de cerdo de palo,

3 cebollas grandes ($\frac{1}{2}$ kg.),

1 vaso (de los de agua) de aceite (sobrará),

1 cucharada sopera de harina,

20 gr. de mantequilla,

agua caliente,

*1 vaso, no muy lleno (de los de agua),
de leche sal y pimienta.*

fría,

Se les pone sal y pimienta a las chuletas un par de horas antes de ir a freírlas.

En una sartén se pone el aceite a calentar; cuando empieza a estar caliente, se fríen

las chuletas (de 2 en 2 ó de 3 en 3).

Cuando están bien fritas por cada lado
(10

minutos por cada cara a fuego mediano, volviéndolas solamente una vez para no endurecerlas), se reservan en un plato al calor.

Se vacía casi todo el aceite y sólo se deja un poco en el fondo de la sartén (2 ó 3

cucharadas soperas). Se calienta y se echan las cebollas peladas y cortadas a lo ancho en

rodajas finas. Se rehogan las cebollas peladas y cortadas a lo ancho en rodajas finas.

Se rehogan unos 6 minutos, más o

menos, y se cubren (justo cubiertas; es decir, con

poca agua) con agua caliente. Se cuecen a fuego lento unos 15 minutos y se

separan del fuego, reservándolas en su sartén al calor suave.

En otra sartén se ponen la mantequilla y 2 cucharadas soperas de aceite (de freír las

chuletas); una vez caliente, se añade la harina, se revuelve unos 2 minutos y se

agrega la leche fría. Se cuece la bechamel unos 5 minutos sin dejar de moverla. Se

añaden entonces las cebollas y su jugo. Bien revueltas con la bechamel, se deja cocer unos 5 minutos hasta que espese un poco la salsa.

Se ponen las chuletas en la fuente donde se vayan a servir, se cubren con la salsa de

cebolla y se sirven en seguida.

Se puede adornar la fuente alrededor con patatitas redondas rehogadas.

789.—CHULETAS DE CERDO CON CIRUELAS PASAS (6 personas)

6 chuletas de cerdo de palo,

2 cucharadas soperas de azúcar,

1½ vasos (de los de vino) de aceite,

*1 cucharada sopera de fécula de patata
o maicena,*

½ kg. de ciruelas pasas,

1 kg. de patatas nuevas pequeñas,

1½ vasos (de los de agua) de vino tinto,

50 gr. de manteca de cerdo,

1 vaso (de los de agua) de agua,

1 cucharada sopera de perejil picado,

2 palitos de canela en rama,

sal y pimienta.

Se ponen las ciruelas pasas en remojo la noche anterior (o sea, unas 6 horas por lo

menos). Una vez remojadas, se tira el agua del remojo y se ponen en un cazo con el

vino, la canela, el azúcar y el agua que las cubra justo lo necesario. Se revuelve todo

bien y se cuecen a fuego lento, destapadas, durante unos 30 minutos (tienen que estar

blandas, pero sin abrirse). Se reservan, sin que se enfríen.

Se salan y se pone pimienta a las chuletas un par de horas antes de freírlas.

En una sartén se derrite la manteca de cerdo y se ponen las patatas peladas y lavadas

para que se vayan dorando lentamente. Se sacude de vez en cuando la sartén para que

se doren por todos lados. Tardarán para estar buenas de 45 a 60 minutos. Se salan y

se espolvorean con el perejil picado. Se reservan al calor.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríen las chuletas por tandas y con fuego

mediano durante 10 minutos de cada lado, volviéndolas sólo una vez para no endurecerlas.

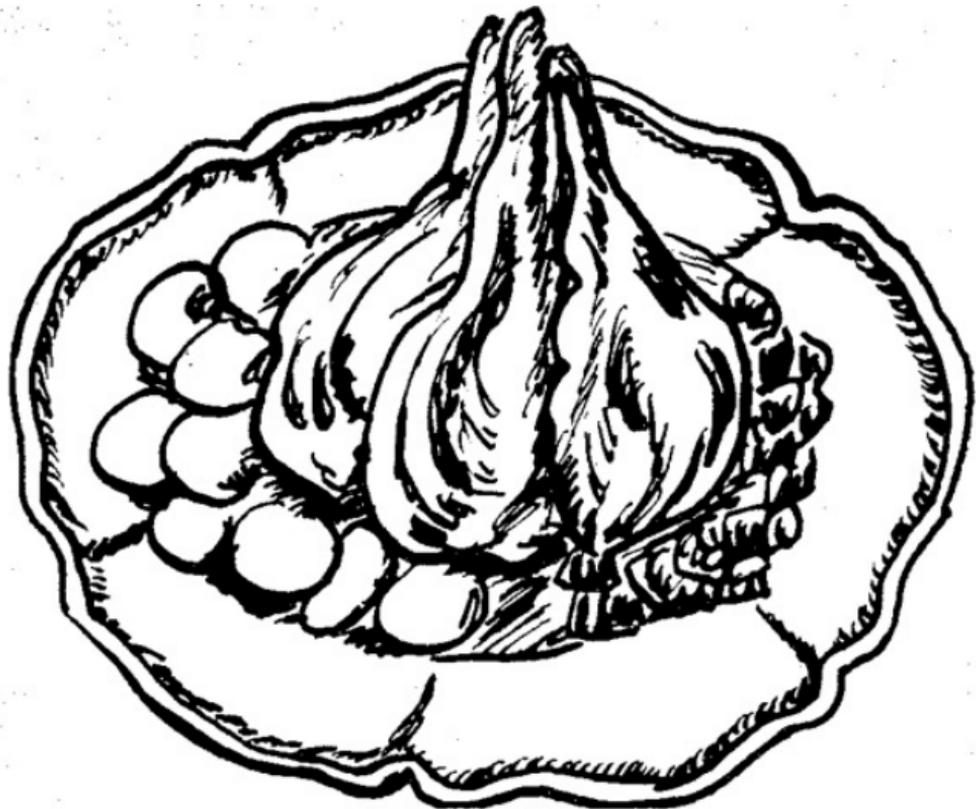
Una vez fritas y bien doradas, se ponen en la fuente donde se vayan a servir con las

patatas de un lado y las ciruelas escurridas del otro.

En la salsa de las ciruelas se agrega la fécula desleída con una cucharada sopera de

agua fría (o maicena, algo menos de cantidad); se revuelve bien para espesar y

calentar la salsa y se sirve en salsaera aparte.



**790.—CHULETAS DE CERDO CON
SALSA DE TOMATE (6 personas)**

6 chuletas de cerdo de palo,

1 diente de ajo (facultativo),

8 cucharadas soperas de aceite,

1 pellizco de hierbas aromáticas (o una hoja de

laurel y una ramita de tomillo),

1 cebolla mediana (60 gr.),

sal.

6 tomates medianos (600 gr.),

$\frac{2}{3}$ de vaso (de los de vino) de vino blanco,

Se salan las chuletas un par de horas antes de ir a freírlas.

En una sartén se ponen 2 cucharadas soperas de aceite a calentar; cuando está a punto,

se echa la cebolla pelada y picada. Se rehoga hasta que se ponga transparente (unos 5

minutos); se agregan entonces los tomates cortados en trozos y quitadas las

simientes. Se añade el diente de ajo pelado y picado, el vino blanco, las hierbas

aromáticas y la sal. Se machaca todo con el canto de una espumadera y se revuelve

bien. Se tiene a fuego vivo durante unos 30 minutos, se pasa por el pasapurés y se vuelve a poner en la sartén, una vez pasada la salsa. Se pone entonces a fuego lento

hasta que quede bastante espesa la salsa (a gusto del consumidor).

En otra sartén se pone el resto del aceite a calentar suavemente y se fríen las chuletas

durante unos 8 minutos de cada lado a fuego mediano, volviéndolas solamente una vez

para no endurecerlas. Se colocan en la

fuente donde se vayan a servir,
cubriendo

cada chuleta con salsa de tomate.

Se puede adornar la fuente con patatas
fritas cortadas gruesas.

**791.—CHULETAS DE CERDO CON
NARANJA (6 personas)**

6 chuletas de cerdo de palo,

*1 cucharada sopera de Cointreau o
Curaçao,*

6 cucharadas soperas de aceite,

sal y pimienta blanca.

2 naranjas,

Se salan y se pone pimienta a las chuletas unas 2 horas antes de ir a freírlas. Se pone el

aceite a calentar medianamente y cuando empieza a estar caliente se fríen las

chuletas por tandas, 10 minutos de cada lado, no volviéndolas más que una vez

para no endurecerlas. Se colocan en la fuente donde se vayan a servir, reservándolas al

calor.

Se pela una de las naranjas y se corta en

rodajas. Con la otra se hace zumo. En la misma sartén donde se han frito las chuletas, se fríen con cuidado las rajas de

naranja. Se escurren y se ponen encima de las chuletas o alrededor de la fuente. En

la salsa se agrega el zumo y el licor. Se calienta y revuelve muy bien y se vierte por encima de las chuletas.

Se puede acompañar la fuente con puré de patatas, y se sirve bien caliente.

CHULETAS DE CERDO QUE SE

HACEN IGUAL QUE LAS DE TERNERA

Chuletas con revuelto de tomates y pimientos verdes (receta 751). Chuletas con

almendras y vino de Málaga (receta 752).

Chuletas en papillote (receta 753).

Chuletas glaseadas (receta 755).

Chuletas en papillote con higaditos de pollo (receta 754).

792.—COCHINILLO ASADO

Se debe escoger un animalito joven (de mes y medio, más o menos). Se limpia por

dentro y se corta en dos partes a lo largo. Se sala muy bien varias horas antes de

asarlo. Se le mete en el interior un buen pellizco de hierbas aromáticas y se unta

por dentro y por fuera con un poco de aceite. Se mete en el horno previamente

calentado unos 10 minutos antes y a fuego más bien flojo. Se rocía de vez en

cuando con el jugo que va soltando y se le da la vuelta de vez en cuando. Se

tiene así durante 1½ horas.

Pasado este tiempo, se rocía por la parte de la piel con un vaso (de los de agua) de vino

blanco. Se rocía con la salsa de vez en cuando y, al estar la salsa casi consumida, se

sirve trinchado en trozos grandes.

Lo clásico era asar el cochinito en un horno de pan; resulta mucho mejor que

hecho en casa, pero es más complicado de lograr, por lo cual damos este método.

793.—CODILLOS DE JAMON SERRANO CON SALCHICHAS, REPOLLO Y PATATAS

(6 personas)

1½ kg. de repollo francés,

6 salchichas de Frankfurt,

6 codillos de jamón serrano grandes,

6 patatas pequeñas,

350 gr. de tocino entrevetado en un trozo,

1 cebolla mediana,

3 cucharadas soperas de aceite.

2 zanahorias medianas,

4 clavos (especias),

agua y sal.

En una olla se ponen los huesos de codillo (deben estar recién partidos para que no estén

salados; si no habría que ponerlos en remojo una hora), el tocino, la cebolla con los

clavos pinchados en ella y las zanahorias, lavadas y raspada la piel.

Se añade agua fría abundante (3 litros, más o menos) y se pone a cocer. Cuando rompe

el hervor, se baja el fuego para que cueza despacio durante ½ hora.

Aparte, se lava y se pica el repollo. Se tiene una olla con agua cociendo y sal. Cuando

hierve a borbotones se echa el repollo, empujándolo con una espumadera para que

quede bien sumergido. Se tapa la olla y se cuece a fuego vivo 5 minutos, a partir del momento en que vuelve a romper el

hervor. Con la espumadera se saca, se escurre y se echa en seguida en la olla donde cuecen los codillos y el tocino.

Cuando vuelve a romper el hervor, se baja el fuego para que cueza despacio durante

30 minutos.

Mientras, se pelan y se lavan las patatas y se echan en la olla. Se vuelve a dejar unos 30

minutos hasta que las patatas estén tiernas pero enteras (este tiempo último depende

de la clase de las patatas).

Una vez cocido todo, se escurre el repollo. En una sartén se pone el aceite a calentar y

se fríen a fuego lento las salchichas (que se habrán pinchado antes con un palillo en

varios sitios). Una vez fritas, se reservan al calor.

En la misma sartén se rehoga el repollo con la grasa de las salchichas, se pone en la

fuerza y las patatas se colocan alrededor de la misma. Entre patata y patata se

pone un codillo, y por encima del repollo las salchichas y el tocino cortado en

tiras de un dedo de gruesas. Se sirve todo en seguida.

Nota.--Con el caldo se hace una sopa muy buena con las zanahorias y las patatas

cocidas y picadas en cuadraditos.

794.—MANERA DE FREIR LAS SALCHICHAS

Se pinchan las salchichas en varios sitios con una aguja un poco gruesa (o un

palillo fino, de los redondos). Se ponen en una sartén, se rocían con aceite y se ponen a fuego lento y se dejan dorar, volviéndolas de vez en cuando hasta que estén en el punto deseado, más o menos doradas.

795.—MANERA DE COCER LAS SALCHICHAS

Se pinchan en varios sitios las salchichas con una aguja gruesa o un palillo fino (de los redondos). Se tiene un cazo con agua abundante hirviendo. Se sumergen las

salchichas y, cuando rompa otra vez el hervor, se baja el fuego para que el agua

cueza muy despacio (sólo con burbujas alrededor del cazo). Se tienen así unos 10

a 12 minutos y se sacan para servir las en seguida.

**796.—SALCHICHAS
ENCAPOTADAS (6 personas)**

Masa de envolver las salchichas:

300 gr. de harina fina,

harina para espolvorear la mesa,

150 gr. de mantequilla,

12 salchichas de Frankfurt,

*1 cucharadita (de las de moka) rasada
de sal,*

1 huevo.

*1 vaso (de los de vino) de agua, más o
menos.*

Se hace la masa quebrada (receta 995,
receta). Se deja reposar una hora por lo
menos.

Se espolvorea la masa con un poco de
harina y se extiende sobre el mármol

cortando unos rectángulos de 18 por 16 cm. Se pone cada salchicha en un

ángulo para enrollarla en diagonal. Se doblan las esquinas apretando un poco con

los dedos y poniendo la punta de la masa hacia arriba. Se bate el huevo como para

tortilla y con una brocha plana se untan todos los rollos. Se colocan sobre una parrilla

en el horno, previamente calentado, durante unos 30 minutos, a temperatura mediana,

dándoles la vuelta una vez doradas y untándoles huevo por la segunda cara.

Se sirven

calientes.



**797.—SALCHICHAS DE
FRANKFURT CON SALSA DE
MOSTAZA (6 personas)**

12 salchichas de Frankfurt,

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

6 rebanadas de pan de molde,

1 cucharada sopera de mostaza,

40 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de pan

*1 cucharada soperas de aceite fino,
rallado,*

1 cucharada soperas de harina.

sal.

En una sartén se pone la mitad de la mantequilla a derretir con el aceite. Una vez

calientes, se añade la harina, se dan unas vueltas con unas varillas y poco a poco

se

agrega la leche; se cuece durante 5 minutos sin dejar de dar vueltas y fuera de/

fuego se añade la mostaza. Se prueba y, si hace falta, se añade sal. Se reserva la salsa.

En un cazo se pone agua a cocer y cuando empieza a hervir se meten las salchichas

dentro y se cuecen durante 8 minutos (despacio, con burbujas alrededor del cazo).

Mientras tanto se tuestan o fríen (como más guste) las rebanadas de pan. Una vez

tostadas, se colocan en la fuente donde se vayan a servir (que será resistente al fuego). Se sacan las salchichas del agua. Se escurren muy bien y se cortan en dos a lo ancho. Se colocan encima de las tostadas.

Se cubren en parte con la salsa, dejando los finales de las salchichas sin cubrir. Se

espolvorean con un poco de pan rallado y se ponen encima como dos avellanitas

de

mantequilla; se meten en el horno fuerte a gratinar hasta que esté la salsa dorada.

Se sirven en seguida.

**798.—JAMON DE YORK CON
ESPINACAS Y SALSA DE
MADEIRA (6 personas)**

*2½ kg. de espinacas bien frescas (o un
1 kg. Salsa:*

congeladas),

3 cucharadas soperas de aceite,

25 gr., de mantequilla,

1 cebolla pequeña,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

1 cucharada sopera de harina,

1 cucharada sopera de harina,

¼ litro de agua,

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

*1 cucharadita (de las de moka) de
extracto de*

*6 lonchas de jamón de York pequeñas y
un poco carne,*

más gruesas de lo corriente,

3/4 de vaso de vino de Madeira (o de Málaga, o de

agua y sal.

Jerez, si no se tiene de Madeira),

20 gr. de mantequilla,

sal.

Se cuecen y se preparan las espinacas con bechamel (receta 357). Se prepara la salsa

(receta 79) y, una vez hecha la salsa, se ponen las lonchas de jamón dentro para

que se calienten. Para servir este plato

se pone la crema de espinacas a un lado
o

en los dos extremos de la fuente. Se
doblan las lonchas de jamón en dos y se

colocan en la fuente. Se vierte la salsa
por encima del jamón, y se sirve.

**799.—JAMON DE YORK CON
BECHAMEL Y CHAMPIÑONES (6
personas)**

*6 lonchas de jamón de York cortadas
algo gruesas, 1½ vasos (de los de
agua) de leche fría,*

125 gr. de champiñones frescos,

1½ vasos (de los de agua) de caldo (o agua más

una pastilla de Avecrem),

20 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de harina,

el zumo de un limón,

1 pellizco (muy pequeño) de curry,

sal.

sal.

Bechamel:

25 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

Se lavan, se cepillan y se cortan en láminas los champiñones. Se van poniendo en agua

fresca con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón. Cuando están todos preparados, se escurren y se ponen

en un cazo con la mantequilla (20 gr.), el zumo del otro $\frac{1}{2}$ limón y sal. Se cubre el cazo

con una tapadera y, a fuego lento, se hacen durante unos 10 minutos.

Mientras tanto, en una sartén se hace la bechamel. Se calienta la mantequilla con el

aceite; cuando está derretida ésta, se añade la harina, se dan unas vueltas y, poco a

poco, se vierte primero la leche, se cuece un par de minutos y después, también

poco a poco, el caldo. Se echa el curry y la sal con cuidado, pues el caldo ya está

salado. Se cuece, sin dejar de mover, unos 5 minutos. Se agregan entonces los

champiñones con su jugo.

Se meten en esta salsa las lonchas de jamón todas juntas, es decir, en un solo bloque.

Se dejan así, separadas del fuego, para que se calienten.

Al ir a servir las, con un tenedor se separan de una en una, se colocan en la fuente

donde se vayan a servir, doblándolas como una hoja de papel. Se vuelve a calentar

un poco la bechamel, que se vierte por encima de las lonchas colocadas, y se sirve en seguida.

800.—JAMON CALIFORNIANO CON PIÑA (10 a 14 personas)

*1 lata de jamón de York de unos 3 kg.
(de muy 1 lata de zumo de pomelo (1/2
litro),*

buena marca),

3 ó 4 rodajas de piña en lata,

300 gr. de azúcar morena,

6 guindas en almíbar.

10 a 14 clavos (especias),

Si se encuentra el jamón de lata con hueso, sale aún más sabroso que sin él.

Se le quita al jamón unos trozos todo alrededor (que se podrán aprovechar para otra

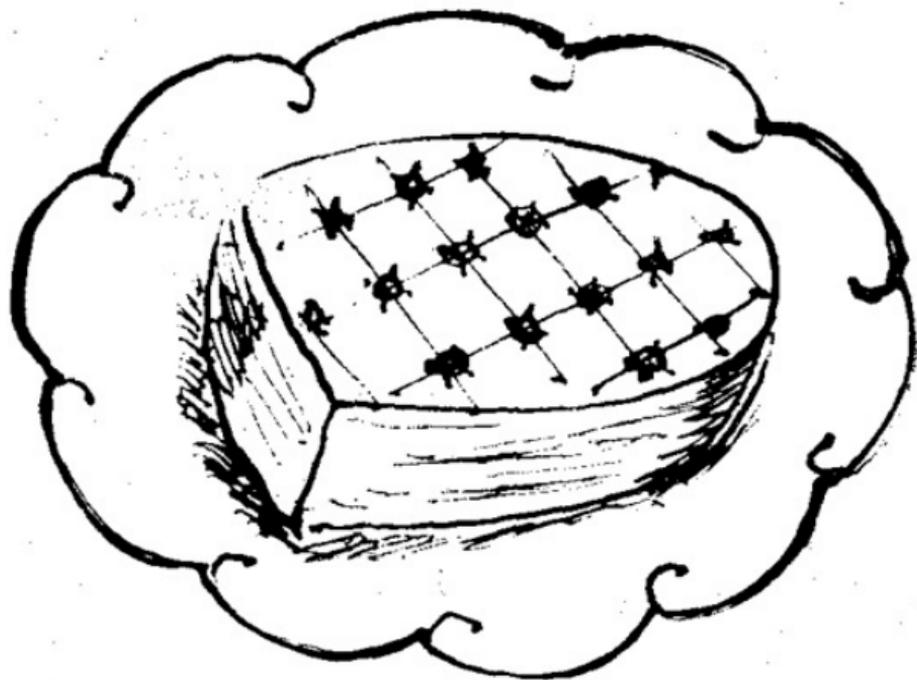
cosa), para dejarlo del tamaño de un asado de ternera grande. Con un cuchillo bien

afilado se hacen unos cuadros por encima. Se cubre el jamón de azúcar, apretando un

poco para que no se caiga. Se pone también azúcar debajo y en los costados. En

cada ángulo de los cuadros se mete un clavo. Se pone el jamón en una chapa de

horno o una besuguera y se rocía con el zumo de pomelo.



Se mete al horno, previamente calentado durante 10 minutos, y con temperatura

mediana durante más o menos una hora. Pasado este tiempo, se adorna por arriba

con las rodajas de piña y las guindas cortadas en dos. Se vuelve a meter en el horno durante unos 5 minutos para que se caliente la piña. Se coloca en la fuente

de servir, cortando unas rodajas, como las de un asado de ternera, y se sirve.

Se puede acompañar con arroz blanco, bolas de puré de patatas, etc.

Nota.-En vez de rociar el jamón con pomelo se puede rociar con cerveza, que también

resulta muy bueno.

CANUTILLOS DE JAMON DE YORK CON ENSALADA RUSA Y GELATINA

(Véase receta 41.)

ROLLOS DE JAMON DE YORK CON MAYONESA Y ESPARRAGOS

(Véase receta 42.)

801 EMPAREDADOS DE JAMON DE YORK (6 personas)

3 lonchas grandes ó 6 pequeñas de jamón de York, 1 plato sopero con leche fría,

12 rebanadas de pan de molde.

2 huevos,

1 litro de aceite (sobrará).

Se pone entre dos rebanadas de pan una loncha de jamón de York. Una vez formado el

emparedado, se pasa rápidamente por la leche.

Se colocan en un mármol y se prensan ligeramente con una tapadera o un plato. Se

tienen así durante $\frac{1}{2}$ hora. Al ir a hacerse corta cada uno en dos triángulos.

Se pone el aceite a calentar en una sartén. Se baten los huevos como para tortilla y se

pasan los emparedados de uno en uno por el huevo. Se fríen y cuando están bien

dorados por un lado se vuelven. Una vez fritos (por tandas, para que no se

estropeen al chocar), se colocan en la fuente donde se vayan a servir, que se reservará

al calor hasta que estén fritos todos los emparedados. Se sirven calientes.

CROQUETAS DE JAMON YORK

(Véase receta 56.)

Para 6 personas se pondrán 200 gr. de jamón de York picado menudo ó 150 gr. de

jamón serrano, también bastante picado. Se tendrá en cuenta que el jamón está

salado, para echar la sal debida a la masa de las croquetas.

FILETES DE JAMON DE YORK CON BECHAMEL Y EMPANADOS (6 personas)

3 lonchas gruesas de jamón de York (125 gr. cada una).

Bechamel:

Envuelto:

*2 cucharadas soperas de harina
(colmadas),*

1 plato con pan rallado,

*2 vasos (de los de agua) bien llenos de
leche fría,*

2 huevos,

25 gr. de mantequilla,

aceite para untar la tabla de la carne,

2 cucharadas soperas de aceite crudo,

1 litro de aceite para freír (sobrará).

sal.

Cortar las lonchas de jamón en tiras de dos dedos de anchas. Hacer la bechamel y seguir

la receta 737/2.

Una vez frito el jamón, se sirve en una fuente adornada con unos ramilletes de perejil

frito.

CORDERO PASCUAL

Frito o a la plancha

Asado

Guisos

Qué parte Peso por Tiempo de Qué parte Peso por Tiempo de Qué parte Peso por Tiempo de

pedir

persona

cocción

pedir

persona

cocción

pedir

persona

cocción

1½ horas

20 minutos

6 minutos

para los

por cada

Chuletas

200 a

de cada

200 a

200 a

guisos

½ kg.

Paletilla

de palo

225 gr.

lado para

Pierna

225 gr.

225 gr.

2 horas

con horno Cuello

o de ri-

(con

una chu-

Paletilla

(con

por per-

para los

previa-

Falda

ñonada

hueso)

leta me-

huesd)

sona

platos

mente ca-

diana

en

tentado

salsa

CORDERO LECHAL

Frito o a la plancha

Asado

Guisos

Qué parte Peso por

Tiempo

Qué parte Peso por

Tiempo

Qué parte Peso por Tiempo

pedir

persona

pedir

persona

pedir

persona

30 minutos

por cada

Chuletas

3 minutos

1/2 kg.

Chuletas

de palo

1/2 corde-

250 gr. por

250 gr.

de cada

250 gr.

con horno

Paletilla

1 1/2 horas

o de ri-

rito

persona

lado

previa-

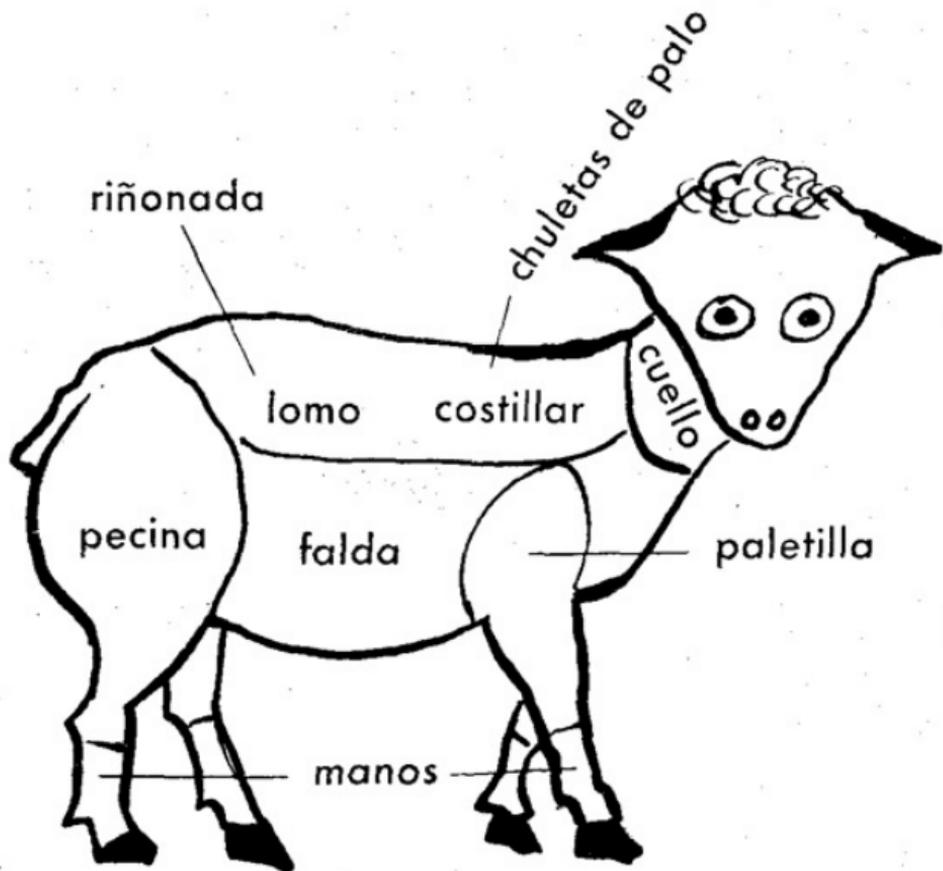
Cuello

ñonada

mente ca

lentado

CORDERO



PASCUAL:

La carne del cordero pascual debe ser color rojo claro. Siendo oscura, es de un

animal

viejo y, por lo tanto, tendrá un sabor fuerte que no agrada.

Debe estar la carne cubierta de grasa blanca. Se debe dejar reposar 2 ó 3 días antes de

comerla, siendo recién matado. Se calculan unos 200 gr. por persona.

LECHAL:

La carne del cordero lechal es sonrosada pero pálida. Es menos alimenticia que la del

cordero pascual, pero muy rica. Se

calculan unos 250 gr. por persona.

802.—CORDERO LECHAL ASADO

Se suele comprar para asar $\frac{1}{2}$ corderito. Se le dan unos golpes en la carnicería para

trincharlo más fácilmente al ir a servirlo. Se frotran los trozos con un diente de ajo. Se

unta ligeramente con manteca de cerdo y se espolvorea de sal. Se mete a horno

mediano durante 30 minutos por cada $\frac{1}{2}$ kg. y se rocía de vez en cuando con su

jugo. Cuando está casi hecho el cordero, se rocía, con una cucharada (de las de café) de vinagre (o, mejor, con una brocha se unta un poco de vinagre por el lado

externo del cordero, es decir, del lado pegado a la piel del animal). Se vuelve a

meter en el horno unos 15 minutos, y se sirve bien caliente.

803.—PIERNA DE CORDERO PASCUAL ASADA (6 personas)

1 pierna de cordero de 1½ a 2 kg.,

*1 cucharada (de las de café) de
vinagre,*

40 gr. de manteca de cerdo,

agua caliente para la salsa,

2 dientes de ajo,

sal.

Se debe escoger con preferencia la pierna redonda y no alargada. Una hora antes de ir

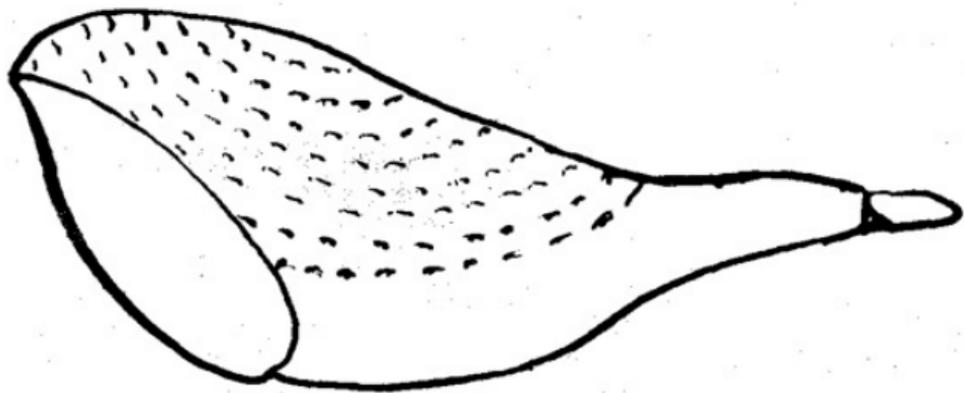
a asar el cordero, se frota bien por todos lados con los 2 dientes de ajo pelados.

Se unta con la manteca de cerdo y se le

pone sal. Se deja así.

Se calienta el horno previamente unos 10 minutos antes de meter la carne. Se pone

ésta en una chapa del horno o en una besuguera y se mete a horno más bien



fuerte durante 15 minutos; después se baja el fuego y se deja mediano (una

hora

en total para una pierna de 1½ kg.: una hora y cuarto para 2 kg.) Se rocía de vez

en cuando con su jugo. Con una brocha se unta con muy poco vinagre un ¼ de

hora antes de acabar el tiempo de asarla.

Cuando está ya asado el cordero, se apaga el horno y se deja la pierna dentro unos 5 6

10 minutos más para que repose al calor. Se saca, se trincha recogiendo todo el jugo

que sale al partirla, y se reserva. Se

pone un poco de agua caliente en la
besuguera, se

rasca con un tenedor el fondo y los
bordes, y en el fuego se calienta bien la
salsa

así hecha, añadiendo el jugo de partirla.
Se sirve en salsera aparte.

Se puede acompañar con patatas
rehogadas, puré de patatas o judías
blancas secas

(receta 198) o frescas de adorno
(frijoles).

804.—CORDERO ASADO A LA SEPULVEDANA

Se puede hacer con cordero lechal o cordero pascual que no sea muy grande.

Se unta la pierna de cordero o el trozo de cordero (costillas, paletilla, etc.) con manteca

de cerdo. Se sala, se pone en la bandeja de horno o en una besuguera. Se enciende

el horno unos 10 minutos antes de meter la carne. Se mete y, cuando está la carne

un poco dorada (unos 15 minutos), se rocía con el siguiente líquido:

En un cazo se cuece (para 6 personas):

1½ vasos (de los de vino) de agua.

½ cebolla grande (100 gr.),

2 ramitas de perejil,

2 cucharadas soperas de vinagre,

2 dientes de ajo (sin pelar),

el zumo de un limón,

1 hoja de laurel,

sal.

Una vez que haya cocido todo durante 5 minutos, se cuela y con esto se rocía la carne.

Al mismo tiempo que se echa el líquido se pueden poner unas patatitas redondas, peladas, lavadas, que se hacen con el líquido de la carne. Esta se rocía de vez en

cuando con el jugo. Cuando el cordero está asado, se deja reposar la carne al calor

unos 5 a 10 minutos antes de trincharla.

**805.—CORDERO ASADO
SERVIDO CON SALSA DE YEMAS
Y PURE DE TOMATE (6
a 8 personas)**

1 pierna de 1½ a 2 kg.,

Salsa:

40 gr. de manteca de cerdo,

2 yemas,

1 cebolla pequeña (60 gr.),

el zumo de un limón,

2 ramitas de perejil,

*1½ cucharadas soperas de perejil
picado,*

½ hoja de laurel,

25 gr. de mantequilla.

1 diente de ajo,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

*4 cucharadas soperas de puré de
tomate (salsa*

espesa),

sal y pimienta.

Se unta la pierna de cordero con la manteca de cerdo, se sala y se le pone un poco de

pimienta molida. En la bandeja de horno (o en una besuguera) se coloca la pierna,

se

pone de cada lado de la carne un trozo de cebolla pelada y partida en dos y el

ramillete hecho con el perejil, el ajo y el laurel. Se calienta el horno unos 10

minutos antes de ir a meter la carne. Se pone el cordero 10 minutos a horno bastante

fuerte, y luego otros 15 minutos algo más flojo. Se rocía entonces la carne con el

vino blanco y se vuelve a dejar otros 25 minutos, rociándola con su jugo de vez en

cuando. Se añade entonces a la salsa el puré de tomate y se deja otros 5 a 10 minutos

más.

Se trincha el cordero y se coloca en la fuente donde se vaya a servir, cubierto con

papel de aluminio para que no se seque. Se reserva al calor.

Se vierte su salsa en un cazo y con una cuchara sopera se le quita la grasa que flota en

la superficie. Se pone el cazo al baño maría con agua muy caliente.

En un tazón se baten las 2 yemas, el zumo de limón y el perejil picado y sólo cuando

se va a servir la carne se hace la salsa. Se pone un poco de ésta en el tazón para

que no se cuajen las yemas y se agregan al cazo, así como la mantequilla, batiendo

la salsa constantemente con unas varillas. Cuando la salsa se ve fina y brillante, es que

está terminada y en su punto.

Se puede reservar un ratito al baño maría, pero poco tiempo, pues se espesa

rápídamente. Se sirve el cordero adornado, si se quiere, con patatas rehogadas, y la salsa

en salsera aparte (previamente calentada con agua casi hirviendo).

806.—PIERNA DE CORDERO PASCUAL. RELLENA (6 a 8-personas)

1 pierna de 1¼ a 1½ kg. (deshuesada),

½ vaso (de los de vino) de agua,

6 salchichas frescas,

3 cucharadas soperas de aceite,

100 gr. de champiñones,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

½ vaso (de los de vino) de jerez,

sal,

20 gr. de mantequilla,

harina en un plato para rebozar.

½ limón,

Se le pide al carnicero que le quite el hueso central a la pierna. En el sitio donde estaba

el hueso se coloca un relleno hecho de

la siguiente manera:

Se lavan muy bien los champiñones y se van echando en agua fría con unas gotas de

zumo de limón. Una vez limpios todos, se pican menudos y se ponen a rehogar con la

mantequilla, unas gotas de zumo de limón y sal en un cazo tapado y a fuego lento

unos 10 minutos.

Mientras tanto, se abren las salchichas y se les quita la piel, se amasa el picado con la

mitad del jerez, las hierbas y los champiñones cuando éstos están en su punto. Se

pone el relleno en el centro de la pierna y ésta se cose o se ata con cuerda fina

para darle una bonita forma. Se le echa sal por encima y se pasa ligeramente por harina,

sacudiendo la sobrante. Se coloca en una besuguera con el aceite y el jerez sobrante

y se pone a horno mediano (más bien lento) durante 1¼ horas o 1½, dándole la

vuelta varias veces y rociándola con la salsa para que se dore por todos lados. Si

hiciese falta, se irá añadiendo poco a poco agua caliente para formar salsa.

Para servir, se corta como un asado corriente, quitando la cuerda antes, y se acompaña

con patatas fritas o en puré, con la salsa aparte en salsera.

807.—PIERNA DE CORDERO COCIDA A INGLESA (6--personas)

1 pierna de 1½ a 2 kg.,

*hierbas aromáticas (o un ramillete:
perejil, laurel,*

tomillo y un diente de ajo),

*1 mata de apio (pequeña o unas
ramas),*

4 granos de pimienta,

3 zanahorias medianas,

agua y sal.

1 cebolla mediana (100 gr.),

1 cucharada (de las de café) de

Esta pierna de cordero se puede pedir al

carnicero deshuesada; se partirá así en lonchas de forma muy bonita y se trinchará entonces como un asado corriente.

Se ponen todos los ingredientes (salvo la carne) en una cacerola amplia con mucha

agua. Se pone a cocer; cuando rompe el hervor, se sumerge la pierna, y cuando

rompe el hervor de nuevo se cuece despacio (sin grandes borbotones), a razón de 15

minutos por cada $\frac{1}{2}$ kg. de carne.

Una vez pasado este tiempo, se saca del agua, se escurre un poco y se trincha.

Se sirve caliente o fría con jalea de menta (como si fuese mostaza).

También se puede acompañar con una bechamel clarita con alcaparras:

25 gr. de mantequilla,

3 cucharadas soperas de alcaparras,

2 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

carne

1½ cucharadas soperas de harina,

(Bovril, Liebig, etc.) (véase receta 70).

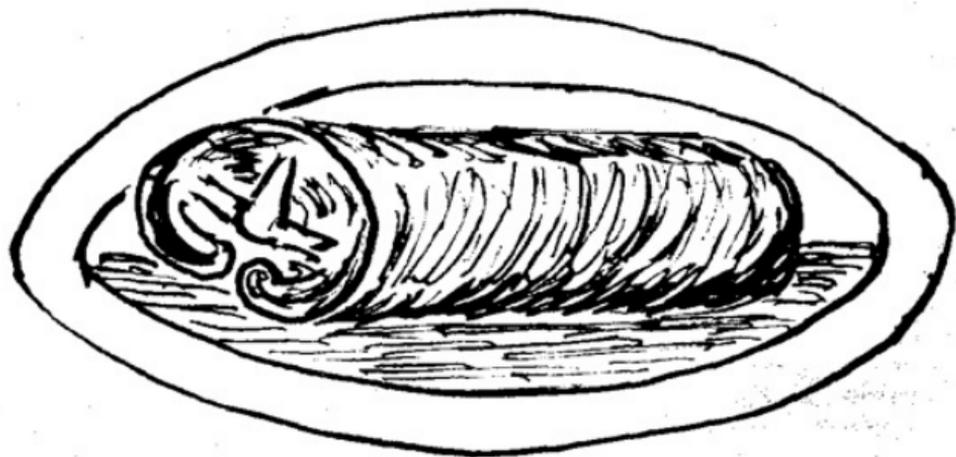
2 vasos del caldo de cocer la carne,

808.—SILLA DE CORDERO ASADA

La silla de cordero es todo el lomo del animal en una pieza. Se enrolla la falda y

se ata como un asado. Se prepara y se asa como la pierna, haciéndole antes de

meterla en el horno unas incisiones poco profundas a lo largo de la carne.



809.—PALETILLA DE CORDERO DESHUESADA (6 personas)

De $1\frac{1}{4}$ a $1\frac{1}{2}$ kg. de paletilla deshuesada por el carnicero y atada como un asado

corriente. Se procede lo mismo que para la pierna de cordero pascual asada (receta

803).

**81.—PALETILLA DE CORDERO
CON PATATAS Y CEBOLLA
(PANADERA) (6**

personas)

1¼ a 1½ kg. de paletilla deshuesada,

80 gr. de manteca de cerdo,

2 cebollas grandes (250 gr.),

*1 vaso (de los de agua) bien lleno de
caldo (o*

*simplemente agua con una pastilla de
Gallina*

1 diente de ajo,

Blanca, Starlux, etc.), sal.

*5 patatas medianas (600 gr.) o, mejor,
patatitas*

nuevas,

Se enrolla, se ata y se sala la paletilla deshuesada. Se frota primero con un diente de

ajo y luego se unta con manteca de cerdo y se pone en una cacerola de

porcelana o una «cocotte» (cacerola de hierro fundido). Se mete destapada en el

horno previamente calentado fuerte durante 10 minutos. Se baja el horno y

se asa la

paletilla durante 30 minutos, dándole la vuelta de vez en cuando para que esté dorada

por todos lados.

Aparte se pelan las patatas, se lavan y se secan bien. Se pelan las cebollas y se cortan

en redondeles finos y las patatas en rodajas de 1½ cm. de grosor.

Se pone el resto de la manteca en una sartén. Cuando está caliente, se echan las

cebollas y se refrien unos 6 minutos hasta que empieza a dorarse. Se añaden las

patatas y se hace todo a fuego mediano, echándole un poco de sal. Cuando la

paletilla lleva los 30 minutos en el horno, se ponen las patatas y las cebollas

alrededor de la carne. Se rocía el caldo por encima de la carne y las patatas, y se

vuelve a dejar en el horno otros 30 minutos, rociando el asado y su acompañamiento

unas 3 ó 4 veces en este tiempo.

Se trincha la carne en la tabla y se coloca en el centro de la fuente con su adorno de

patatas y cebollas alrededor. Se deben calentar los platos de la carne, pues el cordero

y su salsa se enfrían de prisa y no resulta bueno.

811.—PALETILLA DESHUESADA BRASEADA (6 personas)

1 paletilla deshuesada de 1½ a 1¾ kg.,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

2 cebollas grandes (125 gr.),

1 plato con harina,

4 cucharadas soperas de aceite,

*1 cucharadita (de las de moka) de
hierbas*

*aromáticas (o perejil, laurel, tomillo y
un diente de*

*1½ vasos (de los de agua) de caldo (o
agua con ajo),*

*una pastilla de Gallina Blanca,
Starlux, etc.),*

sal.

En una cacerola (o, mejor, una

«cocotte») se pone el aceite a calentar.
Se pelan y se

pican las cebollas, y se ponen a fuego lento en la cacerola con el fin de que se

hagan despacio. Cuando están doradas (unos 10 ó 12 minutos), se sacan con una

espumadera y se reservan en un plato.

Se pasa la paletilla (atada como un asado corriente) ligeramente por harina.

Se pone a

dorar en la cacerola y, una vez dorada por todos los lados, se vuelven a poner las

cebollas. Se rocía todo con el vino, después con el caldo, finalmente se añaden las

hierbas aromáticas y la sal. Se mueve bien todo, se tapa muy bien la cacerola, y a

fuego mediano se deja que rompa el hervor. Después se baja el fuego, y lentamente se

deja cocer durante unas

2 ó 2½ horas (según sea la carne).

Para servir, se saca la carne, se le quita la cuerda que la ata y se trincha. Se cuele la

salsa por el pasapurés o el chino, apurando bien las cebollas, y se vierte por

encima de la carne. Se puede adornar la carne con patatas o, mejor, con pimientitos

verdes fritos enteros.

Nota.-Hay a quien le gusta con unas aceitunas deshuesadas y cortadas en dos o

tres trozos. Entonces se pondrán a cocer durante 5 minutos en un poco de agua.

Se escurren y se añaden a la carne unos 5 minutos antes de retirarla para

trinchar.

1½ kg. de cordero en trozos (paletilla, falda, 1 cabeza de ajos entera, sin pelar,

costillar o cuello),

1 cebolla grande (150 gr.) pelada y en 2 trozos,

1 vaso (de los de vino) de vinagre,

1 hoja de laurel,

1 vaso (de los de vino) de aceite,

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

sal.

En una cacerola se pone con la carne todos los ingredientes. Se tapa muy bien la

cacerola y se pone a fuego lento durante unas 3 horas (hasta que la carne esté tierna).

Durante este tiempo, de vez en cuando se revuelve para que no se pegue la carne al

fondo y, si hiciese falta, se puede añadir un poquito de agua caliente para que el estofado esté jugoso.

**813.—GUIISO DE CORDERO CON
GUISANTES, ALCACHOFAS Y
PATATAS (6**

personas)

2 paletillas de cordero (1½ a 1¾ kg.),

5 a 6 cucharadas soperas de aceite,

1 kg. de guisantes,

½ litro de aceite (sobrar ),

1 kg. de alcachofas,

½ vaso (de los de vino) de vino blanco,

½ kg. de patatas,

agua y sal.

1 cebolla grande (125 gr.),

1 cucharada sopera rasada de harina,

En la carnicería se piden las paletillas cortadas en trozos.

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente, se echa la cebolla

pelada y picada bastante menuda. Se le da vueltas durante unos 5 minutos hasta

que se ponga transparente. Se añade entonces el cordero, se rehoga bien y se

agregan las alcachofas lavadas, quitadas las primeras hojas duras y las puntas de las

hojas, cortadas en 2 ó 4 trozos (según sean de grandes), los guisantes y la harina.

Se rehoga todo junto; se añade la sal, el vino y se cubre el guiso de agua fría. Se

cuece a fuego mediano lento, con la cacerola cubierta con tapadera, durante unos 45

minutos. Se mueve de vez en cuando el guiso para que no se agarre al fondo de la

cacerola.

Mientras tanto, se pelan y se lavan las patatas. Se cortan en cuadraditos. En una sartén

se pone el $\frac{1}{2}$ litro de aceite a calentar y se echan las patatas, que se fríen a fuego

bastante lento con el fin de que queden duritas pero no doradas. Se sacan, se

escurren de su aceite y se añaden al guiso. Se revuelve todo bien y se vuelve a

dejar cocer durante unos 20 minutos, más o menos, moviendo la cacerola de vez en

cuando para que no se agarre el guiso; se sirve en fuente honda.

814.—GUISO DE CORDERO CON ZANAHORIAS Y NABOS (6 personas)

2 paletillas de cordero (1½ a 2 kg.), o falda, o caldo (o agua con un cubito Maggi, Starlux, etc.), costillar, o cuello,

½ vaso (de los de vino) de vino,

5 cucharadas soperas de aceite,

1 clavo (especia),

1 cebolla mediana (80 gr.),

1 ramita de tomillo,

1/4 kg. de zanahorias tiernas,

1 diente de ajo,

3/4 de kg. de nabos,

*2 tomates bien maduros o una
cucharada sopera*

400 gr. de patatas,

rasada de tomate concentrado,

1 vaso (de los de agua) de

sal.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está, se echa la cebolla pelada y

picadita. Se deja ésta hasta que empiece a ponerse transparente, dándole vueltas

con una cuchara de madera (unos 5 minutos).

Se echa el cordero, quitados los huesos más grandes (esto lo hace el carnicero) y

cortado en trozos. Se le deja dorar y se añaden las zanahorias lavadas, raspadas y

cortadas en rodajas más bien finas. Se

agrega el vino, la sal, el clavo, la ramita de

tomillo, el diente de ajo pelado y los tomates lavados, pelados y cortados en cuatro,

quitándoles las simientes.

Se tapa la cacerola con tapadera y se deja a fuego mediano durante una hora. Se añaden

entonces los nabos lavados, pelados y cortados en cuadraditos, así como las patatas,

también en cuadraditos. Se añade el caldo y se vuelve a tapar la cacerola,

dejándolo

otra hora más (más o menos), hasta que la carne está tierna.

Se sirve en una fuente honda, con unos trozos de pan frito si se quiere.

815.—CORDERO AL AJILLO Y TOMATE

Se aprovecha la falda, el cuello o el costillar alto y se procede como para la ternera al ajillo con tomate (receta 774).

816.—CHULETITAS DE CORDERO CON BECHAMEL (6 personas)

18 chuletitas de palo de cordero lechal,

Bechamel:

1 litro de aceite (sobrará),

*2 cucharadas soperas colmaditas de
harina,*

2 huevos,

*2 vasos (de los de agua) bien llenos de
leche fría,*

1 plato con pan rallado,

25 gr. de mantequilla,

sal.

2 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Se pelan muy bien los huesos de las chuletas, de manera que queden limpios.

Se salan las chuletas.

En una sartén se pone aceite (como un dedo de espesor en el fondo). Se

calienta y se fríen las chuletas. Se sacan y se reservan en un plato.

Se unta de aceite un mármol o la tabla de la carne.

En otra sartén se ponen la mantequilla y

el aceite a calentar. Cuando

están, se añade la harina, se dan unas vueltas y poco a poco se va añadiendo

la leche, dando vueltas con unas varillas para que no se formen grumos. Se echa

sal.

Se cuece durante unos 10 minutos con el fin de que la bechamel esté espesa.

Se cogen las chuletitas de una en una por el hueso, se sumergen en la

bechamel de forma que queden bien cubiertas por los dos lados. Se colocan

en el mármol o la tabla untada de aceite y se dejan enfriar.

Cuando se van a servir, se pone todo el aceite en la sartén donde se han

frito y se calienta. Se baten los huevos como para tortilla y se pasan las

chuletas primero por huevo y después por pan rallado. Se fríen por tandas,

reservándolas al calor, y cuando están bien doraditas se ponen en una fuente y se

sirven.

817.—MANERA DE APROVECHAR

UNOS RESTOS DE CORDERO (paletilla o pierna)

En ropa vieja (receta 735).

Con bechamel y alcaparras (receta 737,
n.º 3).

AVES

818.—MANERA DE DESPLUMAR LAS AVES

Se suelen vender las aves con las plumas ya quitadas. Si, por el contrario, se tienen

que quitar las plumas en casa, conviene hacerlo en seguida después de muerta el

ave. En caso de no haber podido quitarlas en seguida, se facilita mucho la operación

sumergiendo el ave en agua hirviendo un minuto, sujetándola para ello por las patas.

Esta manera de desplumar es rápida, pero tiene el inconveniente de que pierde sabor la

carne del animal.

819.—MANERA DE VACIAR LAS AVES

Una vez desplumadas, se hace un corte pequeño atravesado cerca de la

rabadilla y

debajo de ella. Por ese agujero se mete la mano y se sacan las tripas, el hígado, el

corazón, la molleja, etc. La molleja se corta en dos, se le quita la bolsa interior y la

piel de fuera. Se corta el cuello con la cabeza a ras del cuerpo del ave. En el hígado

hay una bolsita con la hiel. Esta se tiene que quitar en seguida y entera, pues de

romperse amargaría mucho el hígado y el pollo.

820.—MANERA DE FLAMEAR LAS AVES

Se agarran por el cuello y las patas y se pasan por la llama del gas, o mojando

un algodón con alcohol se prende y se pasa así el ave por todos lados. Una vez

chamuscados los pelos, con un cuchillo se arrancan los rebeldes que sean más grandes.

Una vez pelada y vaciada y chamuscados los pelos, se cortan las patas (la parte

con piel amarilla y sin carne) y el cuello; así está el ave preparada para

hacerla de

la manera que se desee.

821.—MANERA DE PELAR LAS PATAS

El cuello y las patas (una vez quitada la piel) son muy sabrosos para emplearlos en

un caldo. Para pelar las patas se puede sumergir $\frac{1}{2}$ minuto en agua hirviendo, luego

con un paño se tira de la piel como si fuese un guante. También se puede quemar la

piel y se quita entonces a trozos.

Para que el pollo y las aves en general tengan bonita forma hay que atarles las patas y los alones con una cuerda fina. Esta sujetará también las lonchitas de bacon.

POLLO Y GALLINA

822.—MANERA DE TRINCHAR UN POLLO

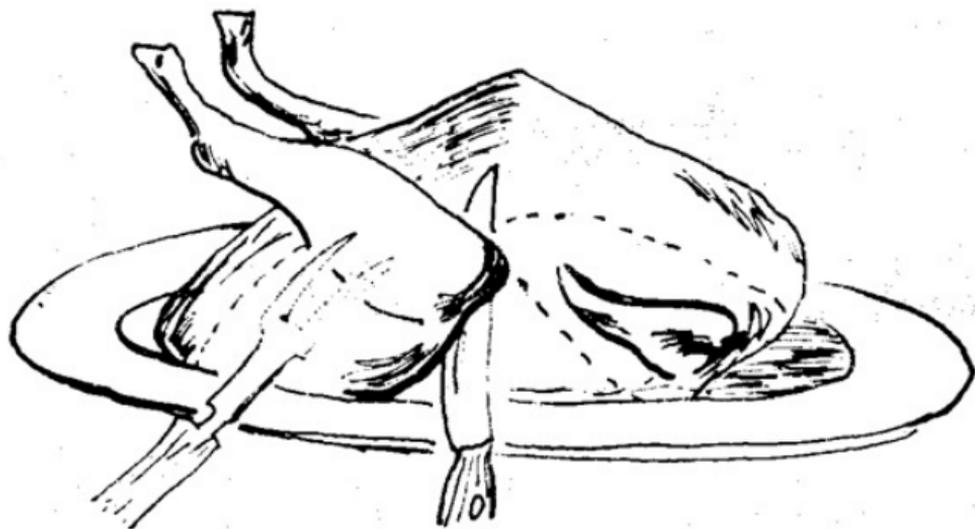
Todas las aves se trinchan más o menos igual; la única dificultad consiste en encontrar

la articulación para sacar la pata entera,

que después se cortará en dos partes, y la

pechuga con el alón, también una vez separada del caparazón, se trinchará en dos o

más pedazos.



823.—POLLO ASADO (4 a 6

personas)

1 pollo tierno y grande (1½ a 2 kg.),

½ limón,

3 lonchas de bacon (finas),

agua caliente,

30 gr. de manteca de cerdo,

sal.

Una vez pelado, vaciado, chamuscados los pelos y quitados el cuello y las patas

(la parte amarilla), como va explicado al principio del capítulo, se unta todo el

pollo con la manteca de cerdo, se sala por fuera y por dentro y se atan 2 lonchas

de bacon, una en la pechuga y otra en la espalda; la 3.^a se mete en el interior del pollo.

Se coloca en una besuguera y se mete en el horno, previamente calentado unos 10

minutos. Se asa a horno mediano, más bien fuerte, más o menos una hora, según el

tamaño, dándole varias veces la vuelta para que se dore bien por todos lados.

Al

volverlo, se rocía bien con la salsa que se va formando en el fondo de la

besuguera. De esto depende que el pollo esté bien asado y sabroso.

Cuando está ya bien asado y dorado, se retira de la besuguera, se le quita la cuerda

y las lonchas de bacon (que se tiran) y se trincha para servir.

En la besuguera, con una cuchara sopera se quita gran parte de la grasa, se añade

agua caliente y un chorrito de zumo de limón. Se pone a fuego vivo, moviendo

bien la salsa con un **tenedor** para raspar toda la parte tostada del fondo de la

besuguera. Se sirve la salsa en salsera y el pollo con patatas paja, verduras o puré

de patatas, como más guste.

824.—POLLO ASADO EN COCOTTE (O CACEROLA)

A falta de horno se pueden hacer los pollos en una «cocotte» (cacerola de hierro

fundido) o incluso en una cacerola corriente, pero de aluminio bastante grueso.

Se prepara el pollo con el bacon y la sal, igual que para asarlo al horno. La

manteca se mezcla con un par de cucharadas soperas de aceite, se calienta y se

pone a dorar el pollo por todos lados.

Una vez dorado, se cubre la cacerola y, a fuego mediano, se hace el pollo calculando

$\frac{1}{2}$ hora por cada $\frac{1}{2}$ kg. Cuando el pollo está hecho, se destapa la cacerola, se sube el

fuego y se deja dorar el pollo dándole vueltas. Se saca, se le quita la cuerda y

el bacon, se trincha y se pone en la fuente de servir.

Se añaden unas 4 ó 5 cucharadas soperas de agua caliente al jugo del pollo y un

chorrito de zumo de limón. Se dan unas vueltas rápidas y se sirve el jugo en una salsera aparte.

825.—POLLO ASADO CON LIMON (8 personas)

2 pollos de 1³/₄ kg. cada uno,

60 gr. de mantequilla,

2 vasos (de los de vino) de vino blanco seco,

1½ cucharadas (de las de café) de paprika,

2 cucharadas soperas de zumo de limón,

2 cucharadas soperas de perejil picado,

2 chalotes medianas,

sal.

Se parten los pollos en dos por la parte de la pechuga y sin llegar al lomo. Se

ponen abiertos en una besuguera, con la parte externa reposando sobre el fondo de la

besuguera, y se salan. Aparte se mezclan todos los elementos de la salsa: el vino

blanco, el zumo de limón, las chalotes muy picadas, el paprika, el perejil y la

mantequilla derretida. Se vierte sobre los pollos y se meten a horno mediano

(previamente calentado durante unos 10 minutos) durante $\frac{3}{4}$ de hora. Pasado este

tiempo, se vuelven los pollos y se rocían con su jugo. Se dejan unos 15 minutos

más, hasta que la piel esté bien dorada.

Cuando están bien asados y antes de servir, se trincha cada pollo en cuatro

partes y se sirve con la salsa por encima. Se pueden servir de adorno patatas paja o

arroz blanco.

**826.—POLLO ASADO CON
POMELOS O NARANJAS (6
personas)**

1 pollo de 1½ kg. a 1¾ (grande),

2 cucharadas soperas de buen coñac,

2 pomelos ó 4 naranjas,

pimienta,

50 gr. de manteca de cerdo,

1 manojo de berros,

2 lonchas de bacon,

sal.

Una hora antes de asar el pollo, se sala por dentro y por fuera, se le pone un poco de

pimienta molida.

En un cazo pequeño se calienta un poco

el coñac y se prende con una cerilla.

Cuando

ha ardido un poco, se vierte dentro del pollo y se meten los gajos de un pomelo

pelado y separados cada gajo.

Cuando se va a asar, se enciende el horno durante unos 10 minutos antes. Se ata el

pollo y se pone una loncha de bacon arriba (pechugas) y otra abajo (lomo).

Se unta

con la manteca de cerdo y se mete al horno. Se asará a horno mediano, a razón de 20

minutos por $\frac{1}{2}$ kg. Mientras se va asando, se rocía de vez en cuando con su jugo

y se le da la vuelta. A medio asar, se añade a la salsa el jugo del otro pomelo y

se sigue rociando el pollo. Cuando está asado, se quita la cuerda y el bacon, se

trincha el pollo y se coloca en la fuente donde se vaya a servir, con los gajos de

pomelo alrededor y 2 ramilletes de berros bien limpios y lavados adornando la

fuelle.

Nota.-Se pueden sustituir los pomelos por naranjas. Se procede en todo igual.

827.—POLLO FRITO (6 personas)

1 pollo de 1½ ó 2 pequeños,

una ramita de tomillo, otra de perejil y un diente de

ajo),

1 vaso (de los de vino) bien lleno de vino blanco,

1 plato con harina,

4 granos de pimienta,

sal,

*1 buen pellizco de hierbas aromáticas
(o una hoja*

de laurel,

1 litro de aceite (sobrar ),

Se trincha el pollo en trozos y se pone en una cacerola de barro. Se sala y se rocía con

el vino; se espolvorea con las hierbas aromáticas (o se ponen éstas entre medias

de los trozos de pollo), se echan los granos de pimienta y se tapa la cacerola

con

una tapadera.

Se tiene así en adobo unas 2 ó 3 horas, revolviendo de vez en cuando los trozos de

pollo.

En una sartén se pone el aceite a calentar y, una vez bien escurridos los trozos de pollo,

se pasan muy ligeramente por harina, sacudiendo bien después cada pedazo, y se

fríen por tandas. Se reservan los trozos

al calor, y se sirven en la misma fuente con patatas paja.

828.—POLLITOS FRITOS (4 personas)

2 pollitos de 700 gr. cada uno,

Salsa de tomate:

4 cucharadas soperas de aceite,

$\frac{3}{4}$ de kg. de tomates maduros,

1 limón,

2 cucharadas soperas de aceite (frito),

1 cebolla mediana (60 gr.),

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

4 ramilletes de perejil para freír,

1 cebolla mediana,

3 ramitas de perejil,

sal.

*1 plato con harina mezclada con 3
cucharadas*

soperas de pan rallado,

pimienta en polvo,

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se chamuscan los pelos de los pollos, se quitan las patas y los cuellos y se parte cada

uno en cuatro trozos. Se salan y se les echa pimienta. Se colocan en una fuente honda o

una ensaladera; se rocían con el aceite, el limón cortado en rodajas, la cebolla pelada

y cortada en rodajas y las ramitas de perejil. Se deja así un par de horas, dando de

vez en cuando unas vueltas a todo para que se impregne bien.

Mientras tanto se va haciendo la salsa de tomate (receta 63), que se reservará al calor

mientras se fríen los trozos de pollo. Al ir a servir el pollo, se escurren bien los

trozos, se pasan por el plato con harina y pan rallado mezclado y se fríen en

aceite abundante, medianamente caliente al principio, unos 10 minutos, y más fuerte

después, 5 minutos más, hasta que los trozos estén bien dorados.

Se colocan en la fuente donde se vayan a servir y se adorna con los ramilletes de

perejil atados con un hilo, lavados, bien secos con un trapo limpio y fritos

(cuidando de separar la sartén del fuego al poner el perejil, pues salta el aceite)

Se sirve con la salsa de tomate aparte en salsera.

829.—POLLO EN TROZOS EMPANADO (4 personas)

1 pollo de 1¼ a 1½ kg.,

80 gr. de mantequilla,

2 dientes de ajo,

sal.

pan rallado,

Se parte el pollo en cuatro (cuartos) trozos. Se le quita la piel y se frotran bien los trozos

con los dientes de ajo pelados. Se les pone sal y se rebozan en pan rallado, apretando

bien para que queden bien cubiertos. Se colocan los trozos en una besuguera,

primero por la parte interior y con la mitad de la mantequilla, se pone un trozo

en

cada cuarto; se asa bien a horno, previamente calentado, fuerte, y cuando se mete

el pollo se deja a fuego mediano hasta que queda bastante dorado. Después se da la

vuelta a los trozos, se vuelve a poner un poco de pan rallado, si hace falta, y el resto de la mantequilla.

Se sirve en seguida que esté el pollo en su punto, con patatas fritas y el jugo que han

soltado.

**830.—POLLO ALIÑADO, AL
HORNO Y DESPUES FRITO (6
personas)**

*1 pollo de 1½ kg. y ½ pollo más
(grande también),*

agua caliente (o fría),

2 dientes de ajo,

40 gr. de mantequilla,

*4 cucharadas soperas de perejil
picado,*

1 plato con harina,

1 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se parte el pollo en trozos quitándole el caparazón (por ejemplo, cada pechuga en dos

trozos). Se mezcla en un plato el perejil y los dientes de ajo pelados y muy

picados. Se sazonan con sal los trozos de pollo y se frotran con el perejil y el ajo,

dejándolo en los trozos de pollo por lo menos unas 3 ó 4 horas antes de ir a hacerlo.

Se rebozan entonces ligeramente con harina, se colocan en una parrilla y debajo de la

parrilla se pone una bandeja con agua (fría o caliente) y dentro la mantequilla.

El

pollo no debe tocar el líquido. Se mete a horno mediano, encendiendo éste unos 10

minutos antes de meter el pollo. Se deja más o menos una hora. Pasado este

tiempo o en el momento de ir a servir el pollo, se pone el aceite a calentar y se

fríen los trozos por tandas, dejándolos

bien dorados. Se colocan en una fuente y se

adornan con patatas fritas.

Se puede servir aparte una salsa mayonesa verde (receta 95) o mantequilla con vinagre y

estragón (receta 93, 2.a manera).

831.—POLLO AL AJILLO (6 personas)

1 pollo tierno de 1.600 gr. o dos pequeños,

4 dientes de ajo,

8 cucharadas de aceite (sobrar ),

sal.

Se parte el pollo en trozos y se salan. Se pone el aceite a calentar en una sartén grande;

cuando est  caliente, se refríen los trozos de pollo hasta que est n dorados, luego

se echan los dientes de ajo, se revuelve con una cuchara de madera de vez en

cuando y se dejan unos 45 minutos; después se tapa la sartén durante unos 15

minutos, se retiran los ajos, se escurre un poco de aceite para que no esté tan grasiento y se sirve en una fuente con su jugo por encima.

Nota.-Se pueden poner, si se quiere, los ajos muy picaditos en vez de enteros para que el gusto sea aún más fuerte.

832.—POLLO GUISADO CON VINO MOSCATEL Y PASAS (6 personas)

1 pollo de 1½ a 2 kg.,

2 vasos de aceite (sobrará),

1 cebolla mediana (100 gr.),

3 vasos (de los de agua) de agua,

1 ramillete con perejil y un diente de ajo,

1½ vasos (de los de vino de moscatel o madeira),

1 plato con harina,

sal y pimienta molida.

1 buen puñado de pasas (100 gramos),

Se corta el pollo en trozos. Se pone en una cacerola a calentar el aceite; cuando está

caliente, se pasa cada trozo de pollo por harina y se fríen por tandas hasta que estén

dorados. Se van separando en un plato. Cuando todo el pollo está frito, se quita casi

todo el aceite, no dejando más que lo justo para cubrir el fondo.

Se pela y se pica la cebolla y se dora en este aceite; se vuelve a poner el pollo, se

rocía con la mitad del vino, se mueve bien y luego, poco a poco, se le echa el agua.

Se pone el ramillete, sal y pimienta molida. Se deja cocer a fuego mediano y cubierta la

cacerola unos 30 minutos (hasta que esté tierno el polio). Aparte, en un cazo

pequeño, se ponen las pasas (sin rabos) y el resto del vino. Se calienta sin

que hierva. Se dejan un buen rato (mientras se hace el pollo) y a última

hora se vierte esto en la cacerola. Se revuelve todo, se quita el ramillete y se

sirve en una fuente con su salsa.

Se puede adornar la fuente con unos

triángulos de pan frito (mojados en leche, según se

quiera que queden blandos o no).

833.—POLLO CON SALSA DE CHAMPIÑON (8 personas)

*2 pollos de 1¼ kg. cada uno,
trinchados en trozos 1 cebolla pequeña
(60 gr.),*

no muy grandes,

5 cucharadas soperas de aceite,

¼ kg. de champiñones frescos,

1 ramillete (un diente de ajo, una hoja

de laurel,

25 gr. de mantequilla,

una ramita de tomillo y una ramita de perejil),

el zumo de ½ limón,

1 litro de agua (menos un vaso de los de vino),

1 sobre de sopa-crema de champiñón (Knorr, la mitad de ¼ litro de crema líquida (facultativo),

Maggi, etc.) de 4 raciones,

sal.

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

En una cacerola se pone a calentar el aceite. Una vez en su punto, se doran los

trozos de pollo por tandas y se reservan en un plato. En este mismo aceite se

echa la cebolla pelada y muy picada, dándole vueltas con una cuchara de

madera durante 7 minutos, más o menos, hasta que se empieza a dorar.

Se vuelven a poner los trozos de pollo en la cacerola.

En un tazón se disuelve la sopa con el vino y se añade el agua caliente (la que

indique el sobre, menos la correspondiente al vino, que suele ser, más o

menos, un litro). Se vierte esto en la cacerola por encima del pollo. Se

añade el ramillete y se sala ligeramente, teniendo en cuenta que la sopa

lleva sal. Se cubre la cacerola con tapadera y, a fuego mediano, se deja de 40

minutos a una hora (según sean de tiernos los pollos).

Mientras tanto, se lavan muy bien los champiñones, se cortan en láminas,

quitándoles

las partes con tierra, y se ponen en un cazo con la mantequilla, el zumo de limón

y sal. Se hacen a fuego lento durante unos 10 minutos. En el momento de ir

a servir el pollo, se retira el ramillete y se agregan los champiñones con su

jugo y la crema (si se quiere). Se revuelve todo muy bien y se sirve en fuente

más bien honda.

Se puede adornar la fuente con unos

triángulos de pan **fritos** o servir un poco de arroz blanco aparte.

834.—GUISO DE POLLO Y CHAMPIÑONES A LA FRANCESA (6 personas)

1 pollo hermoso (1½ a 2 kg.),

¼ kg. de champiñones,

2 zanahorias medianas (125 gr.),

el zumo de ½ limón,

1 cebolla mediana (125 gr.), 50 gr. de tocino 20 gr. de mantequilla,

fresco veteado,

1 cucharada sopera rasada de harina,

5 cucharadas soperas de aceite,

*1 ramita pequeña de tomillo, o una
hoja de laurel,*

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

125 gr. de crema líquida,

*1 vaso (de los de agua) de **agua,***

2 yemas de huevo,

sal.

Se corta el pollo en trozos como para una pepitoria. En una cacerola se pone el aceite a

calentar; cuando está, se refrién dentro el tocino cortado en cuadraditos pequeños y

después la cebolla pelada y picada muy menuda. Se deja dorar ésta un poco (unos

8 minutos), se echan entonces los trozos de pollo, se espolvorean con la harina, se

añaden las zanahorias peladas, lavadas y cortadas en rodajas finas. Se sacude la

cacerola con el fin de que se doren todos los trozos de pollo. Se rocían con el

vino y el agua, se añaden las hierbas aromáticas y se sala.

Se deja cocer, a partir del momento en que empieza a hervir, a fuego mediano $\frac{1}{2}$ hora, si

el pollo es tierno.

Mientras tanto, se lavan muy bien y cortan los champiñones en láminas. Se echan en

agua con unas gotas de zumo de limón. Se escurren y se ponen en un cazo con

20 gr.

de mantequilla y el resto del zumo de limón. Se tapa el cazo y se dejan unos 10

minutos.

En un tazón se baten las 2 yemas con la crema líquida.

Cuando se va a servir el pollo, se agregan los champiñones con su jugo, se sacan unas 3

ó 4 cucharadas de salsa de la cacerola y, muy poco a poco, se incorporan a la crema

(para que no se corte y no se cuajen las yemas). Se vierte lo del tazón en el

pollo. Desde este momento ya no debe cocer la salsa.

Se sirve en una fuente un poco profunda con la salsa por encima.

835.—POLLO EN SALSA CON SETAS SECAS, CEBOLLITAS, CREMA Y YEMAS (6

personas)

1 pollo de 1.600 gr.,

½ vaso (de los de agua) de agua,

18 cebollitas francesas,

150 gr. de crema líquida,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

2 yemas de huevo,

20 gr. de mantequilla,

el zumo de ½ limón,

1 puñado de setas secas (o 500 gr. de frescas),

1 cucharada sopera rasada de maicena,

8 cucharadas soperas de aceite fino,

1 cucharada sopera de agua,

*3 cucharadas soperas de aceite fino
para las sal y pimienta,*

cebollitas,

6 triángulos de pan de molde fritos.

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

Se ponen las setas secas en agua
templada en un tazón para que se
ablanden (unos 15

minutos).

En una cacerola se pone el aceite a
calentar. Cuando está, se echa el pollo

trinchado en

crudo en trozos grandes. Se doran bien por todos lados, moviéndolos con una cuchara

de madera durante unos 7 u 8 minutos. Entonces se echa la mitad de las cebollitas

francesas peladas y, si alguna fuese grande, cortada en dos. Se dejan dorar,

moviendo bien la cacerola por un asa. Cuando todo está dorado, se echa el vaso de

vino blanco y el medio vaso de agua. Se agregan las setas escurridas, si son

secas, o

lavadas, si son frescas. Se echa sal y pimienta molida. Se tapa y se deja a fuego

lento unos 30 ó 40 minutos.

Las otras cebollitas, escogidas muy iguales de tamaño y peladas, se ponen en un cazo

con agua fría que las cubra, azúcar, mantequilla y sal. Se dejan una ½ hora

cociendo despacio y, cuando están cocidas (pinchándolas con un alambre se ve si

el centro está tierno) se escurren y se rehogan en una sartén con las 3 cucharadas

soperas de aceite hasta que estén doradas.

En un tazón se bate la crema líquida con las yemas y el zumo de limón. En otro tazón

se deslía la maicena con el agua y se va añadiendo la salsa de los pollos,

colándola para que no pase la cebolla. Se mueve y se deja dar un hervor para que

no sepa a cruda la maicena. Esto se va

añadiendo muy poco a poco al tazón con la

crema y las yemas. Se baten bien las dos salsas juntas, se ponen en un bol al

baño maría (con el agua caliente pero fuera de la lumbre) para que se conserve bien

caliente.

Se colocan en una fuente honda los trozos de pollo y alrededor los triángulos de

pan fritos y las cebollitas doradas. Se cubre todo con la salsa y se sirve en seguida.

**836.—GUIZO DE POLLO CON
PIÑONES, PIMIENTOS VERDES Y
TOMATES (6**

personas)

1 pollo de 1½ a 1¾ kg.,

*un ramillete con tomillo, laurel y
perejil),*

4 tomates medianos (½ kg.),

2 dientes de ajo,

3 pimientos verdes (¼ kg.),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

2 cebollas medianas (1/4 kg.),

1 vaso (de los de vino) de aceite,

*1 cucharada sopera rasada de pan
rallado,*

*2 pastillas de caldo de pollo (Avecrem,
etc.),*

50 gr. de piñones,

sal y pimienta.

*1/2 cucharadita (de las de moka) de
hierbas*

aromáticas (o

Se trincha el pollo en trozos. En una fuente de barro resistente al horno se ponen las

cebollas peladas y picadas; por encima se colocan los trozos de pollo. Se pelan y se

cortan los tomates en trozos, quitándoles la piel y las simientes, y se colocan por

encima del pollo. Los pimientos verdes se lavan, se secan y se les quita el rabo y la

simiente de dentro, y se cortan en redondeles finos (1 cm. de ancho cada uno), que se

ponen también por encima del pollo.

Se espolvorea el pan rallado y después los piñones, las hierbas aromáticas, la sal y la

pimienta. Se pelan y se colocan los 2 dientes de ajo entre el pollo. Se rocía todo con

el aceite, se revuelve y se mete a horno mediano, previamente calentado. A los 15

minutos se revuelve todo y se añade el vino y los calditos disueltos en un poco de

agua caliente (3 cucharadas soperas).

Se cuece el guiso durante unos 30 minutos más, revolviéndolo de vez en cuando, y se

sirve en la misma cazuela donde se ha guisado, procurando volver a colocar los

redondeles de pimiento por encima del pollo.

Se puede adornar la fuente con unos triángulos de pan de molde fritos.

Nota.-Si los pimientos son nuevos, se hacen antes; por lo tanto, se guardan la mitad y

se ponen por encima de la fuente a la

mitad del tiempo de guisar el pollo para que

no se ablanden demasiado y sirvan de adorno.

837.—POLLO EN SALSA (6 personas)

*1 pollo grande (1½ kg. A 1¾ 2 kg.) o
cucharada (de las de café) rasada de
hierbas*

*aromáticas, o bien un ramillete
(tomillo, laurel y*

*1½ pollos medianos trinchados en
trozos,*

perejil, etc., atado),

1 puñado de miga de pan (en rebanadas gruesas, 1 pellizco de azafrán en polvo,

como de 3 cm., sin corteza),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 diente pequeño de ajo,

¼ litro de aceite,

1 cebolla mediana (100 gr.),

3 vasos (de los de agua) de agua,

2 ramitas de perejil,

sal.

*1 cucharada (de las de café) rasada de
perejil muy*

picado,

Se pone el aceite a calentar en una sartén mediana. Cuando está, se fríen los trozos de

pollo en tandas y se reservan, una vez fritos, en una plato.

Se fríe la miga de pan y se reserva también. Se quita aceite y no se deja más que un

poco, que cubra bien el fondo de la

sartén. Se pone la cebolla a dorar en este

aceite y cuando empieza a dorarse (unos 6 a 8 minutos), se retira con una

espumadera y se pone en el mortero. Se fríe en este aceite un diente de ajo y, cuando

empieza a tomar color, también se retira y se machaca en el mortero con el perejil,

el azafrán, la cebolla y la miga de pan.

Se ponen unas 3 cucharadas soperas de aceite (del de freír el pollo) en una cacerola, se

calienta y se echa el pollo. Se rocía con el vaso de vino blanco y se cuela por encima lo

del mortero, pasándolo por un chino y deshaciéndolo con un vaso de agua vertido

en 2 ó 3 veces. Se revuelve todo bien, se espolvorea con las hierbas aromáticas y se

añade agua, si hace falta, hasta que cubra los trozos de pollo. Se sazona de sal, se

mueve bien y se deja cocer a fuego mediano unos 30 minutos, hasta que el pollo

esté tierno, pero cuidando de que no se deshaga. Unos 10 minutos antes de ir a servir

el pollo, se espolvorea con el perejil picado.

Se sirve en una fuente honda y, aparte, se sirve arroz blanco.

838.—POLLO EN SALSA AL HORNO (6 personas)

1 pollo de 1¾ kg. (ó 1½ pollos de 1 kg., más o 1 cebolla pequeña (50 gr.) muy picada,

menos),

1 diente de ajo pelado,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

2 ramitas de perejil,

25 gr. de manteca de cerdo,

unas hebras de azafrán,

harina en un plato para rebozar,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 cucharada sopera de harina,

sal.

Se corta el pollo en trozos. Se echa sal

en cada trozo y se pasan por harina. En una

sartén se pone el aceite a calentar con la manteca y se van friendo los trozos.

Cuando están bien doraditos, se colocan en una fuente honda resistente al horno

(porcelana, cristal o barro). En el aceite que queda en la sartén se echa la cebolla

picada; cuando está dorada se añade la cucharada de harina.

En el mortero se machaca un diente de ajo, el perejil y el azafrán. Se añade allí mismo

el vaso de vino y esto se agrega a lo de la sartén. Se revuelve todo junto y cuando

rompe a hervir la salsa, se rocía por encima de los trozos de pollo. Se mete a

horno más bien fuerte la fuente durante una $\frac{1}{2}$ hora, y se sirve en la misma fuente.

Se puede preparar este plato de antemano hasta poner el pollo en el horno. Esta

última fase no se hace más que al ir a servirlo.

839.—POLLO ASADO CON SALSA

DE ZUMO DE NARANJAS (6 personas)

1 pollo tierno y grande (unos 1.600 gr.),

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

carne (Liebig, Bovril, etc),

30 gr. de manteca de cerdo,

1 cucharada (de las de café) de fécula de patata,

3 lonchas finas de bacon,

3 naranjas grandecitas,

sal.

1 cucharada sopera de agua

1 para desleír la fécula.

Salsa:

1½ cucharadas soperas de azúcar «glass» (molida como harina),

Guarnición (puré de patatas):

1 cucharada sopera de vinagre,

1 kg. de patatas,

1 decilitro de agua (un vaso de los de vino no 40 gr. de mantequilla, lleno),

1 vaso (de los de agua) de leche caliente.

Véase receta 207.

Se limpia, se flamea y se prepara el pollo como lo indican las recetas 819 y 820. Se

mete al horno, previamente calentado, durante una hora (más o menos) hasta que esté

bien dorado, rociándolo de vez en

cuando con su propia salsa y volviéndolo unas

cuantas veces para que esté dorado. Una vez asado en su punto el pollo, se reserva al

calor en otra besuguera. Se puede tapar con papel de plata para que no se reseque.

Salsa:

A la salsa del pollo se le quita la grasa con una cuchara y se le añaden 3 ó 4 cucharadas

soperas de agua caliente. Con un tenedor se rasca bien el fondo de la fuente. para

que se mezcle bien toda la salsa y lo tostado.

En una sartén se pone el azúcar «glass» a calentar. Cuando se empieza a dorar (como

caramelo), se le añade el vinagre, para lo cual se separa la sartén del fuego, se agrega

en seguida el zumo de 2 naranjas, el decilitro de agua y el extracto de carne. Se

mezcla bien y, tapando la sartén con una tapadera, se deja cocer lentamente unos

10 minutos.

Se trinchan los pollos y se ponen en la fuente donde se vayan a servir. Se adornan con

medias rodajas de naranja y montoncitos de puré de patatas. Se reservan al calor tapados.

En un tazón se disuelve la fécula con un poco de agua, se añade a la salsa de la sartén,

dejándola cocer un par de minutos. Se añade entonces la salsa de asar los pollos y

se sirve en salsera aparte.

Nota.-Si se hacen varios pollos, no hay que multiplicar exactamente los

ingredientes de la salsa, entre otras cosas porque el jugo de los pollos no

aumenta al doble por cada pieza. Para 3 pollos se pondrán 2 cucharadas de

azúcar, 3 zumos de naranja, 2 de vinagre, 2 de extracto de jerez y 2 de fécula. Esto,

más o menos.

840.—POLLO GUISADO CON CEBOLLITAS Y TOMATE

2 pollitos de 1¼ kg. cada uno (cortados

*en trozos ½ vaso (de los de agua) de
vino blanco,*

medianos),

2 vaso (de los de agua) de agua,

100 gr. de tocino veteado,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de perejil picado,

6 tomatitos pequeños,

sal.

8 cebollitas francesas,

1 nuez de mantequilla (15 gr.),

*1 lata pequeña de pimiento colorado
(100 gr.),*

Una vez flameado y preparado, se corta el pollo.

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Cuando está en su punto, se rehogan bien

los trozos de pollo. Se les añade el tocino cortado en dados. Se echan los tomates

pelados, pero enteros. Se sazona con sal

y las hierbas aromáticas. Se mueve bien con

una cuchara de madera y se rocía con el vino y agua. Se cubre con una tapadera la

cacerola y, a fuego mediano, se hace el pollo durante más o menos una hora (si son

tiernos; un poco más si hace falta, pero cuidando de que no se deshagan).

Aparte, en un cazo pequeño, se cuecen las cebollas peladas, con la mantequilla, un

poco de agua que las cubra y sal.

Cuando el pollo está tierno, se le agregan las

cebollitas, el pimiento cortado en tiras finas y el perejil picado. Se dan unas

vueltas con una cuchara de madera y se sirve acto seguido en una fuente.

841.—POLLO CON SALSA AL CURRY (6 personas)

1 pollo de 1³/₄ kg.,

1 vaso (de los de agua) de caldo de pollo,

los despojos de otro pollo,

*2 cucharadita (de las de moka) de
curry,*

3 lonchas de bacon,

1 yema.

25 gr. de manteca de cerdo,

sal.

Acompañamiento:

2 kg. de arroz,

Salsa:

agua y sal,

1 cucharada sopera de harina,

50 gr. de mantequilla,

25 gr. de mantequilla,

1 latita de guisantes.

2 cucharadas soperas de aceite fino,

2 vaso (de los de agua) de leche fría,

Una vez preparado el pollo, se ponen a cocer las patas (peladas) y el cuello del pollo,

así como los otros despojos, en agua fría con sal. Se tiene cociendo durante una

hora y se deja que el caldo se quede reducido a un vaso de los de agua. Se reserva para hacer la salsa.

Se sala y se pone el bacon como para asar el pollo (o sea, una loncha en la pechuga,

otra en el dorso y la 3.^a dentro del pollo). Se tiene una «cocotte" (y si no en una

cacerola gruesa), se pone el pollo y tapándola con tapadera se asa el pollo encima de

la lumbre (receta 824). Si no se tiene, se asa sencillamente como va explicado en

la

receta 823, en el horno.

Se asa durante $\frac{3}{4}$ de hora más o menos, sin que sea necesario que el pollo se dore

mucho. Se prepara mientras el arroz, y seguidamente la salsa.

Se procede para el arroz blanco como va explicado en la receta 165, 1.a fórmula.

En una sartén se pone el aceite y la mantequilla a calentar, se añade entonces la harina,

se le dan unas vueltas con unas varillas y, poco a poco, se añade la leche y después el

caldo, sin dejar de dar vueltas. Se deja cocer unos 10 minutos, se prueba de sal y se

incorpora el curry.

En un tazón se pone la yema y se deshace con un poco de salsa, uniéndolo al resto de la

bechamel.

Una vez asado el pollo, se trincha, se pone en la fuente donde se vaya a servir y se

reserva al calor. Se añade la salsa del pollo (quitándole primero toda la grasa con

una cuchara) a la bechamel. Se vierte por encima del pollo. Se adorna la fuente con

el arroz blanco salteado con mantequilla y revuelto con los guisantes, y se sirve en

seguida.

**842.—POLLO GUISADO CON
CERVEZA Y CEBOLLAS (6
personas)**

1 pollo grande (1¾ kg.),

1 cucharada (de las de café) de fécula de patata,

2 kg. de cebollas,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

carne (Viandox, Liebig, etc.),

1 botella de cerveza (1½ vasos de los de agua),

sal.

1 vaso (de los de agua) de aceite (sobraré),

Se limpia y se prepara el pollo como de

costumbre. Se sala por dentro. En una cacerola (o, mejor, una "cocotte») se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente, se echa el pollo para que se dore por todos lados. Una vez bien dorado,

se retira y se reserva en un plato. Se quita parte del aceite, no dejando más que el

necesario para cubrir el fondo de la cacerola. Se pelan y se cortan las cebollas en

rodajas finas que, al deshacerse, formen anillas. Se ponen éstas en aceite y se

rehogan

hasta que se vayan poniendo transparentes (unos 6 minutos). Se vuelve a poner el pollo

en la cacerola y se rocía con la cerveza. Se sala **ligeramente**, se cubre y se deja,

una vez que ha roto el hervor, a fuego **muy lento** durante 1½ horas (más o menos,

depende del pollo). Durante este tiempo se volverá el pollo varias veces y cada vez se

rociará con la salsa.

Una vez hecho, se saca el pollo, se trincha y se colocan los trozos en la fuente

de servir. Se cuele la salsa por un colador grande. La cebolla, una vez separada de

la salsa, se coloca alrededor del pollo.

En un tazón se pone la fécula, se deshace con una cucharada sopera de agua fría y se

añade a la salsa. Se dará un hervor a ésta de un par de minutos. Ya separada del

fuego, se le agrega el jugo de carne, se

revuelve bien y se sirve en salsa aparte.

843.—PECHUGAS DE POLLO RELLENAS (6 personas)

6 pechugas deshuesadas (se encuentran ya 1 vaso (de los de agua) lleno de aceite,

preparadas en algunas pollerías) y sin piel,

12 pastillas de caldo de pollo,

3 lonchas finas de jamón de York (ó 6 pequeñas),

2 dientes de ajo,

200 gr. de champiñones,

1 cebolla pequeña (50 gr. más o menos),

25 gr. de mantequilla,

1 ramita de perejil,

50 gr. de aceitunas rellenas de pimientos,

1 cucharada sopera rasada de perejil picado,

2 vasos, no muy llenos (de los de vino), de vino

blanco,

1½ vasos (de los de agua) de agua,

el zumo de un limón,

1 plato con harina,

*1 cucharada sopera rasada de pan
rallado,*

sal y pimienta.

Se sazona con sal, y luego con pimienta molida, cada pechuga. Se colocan las medias

lonchas de jamón y en el centro un poco de aceitunas rellenas picadas. Se doblan

las pechugas y se cierran con uno o dos

palillos. Se pone el aceite a calentar y, cuando está en su punto, se pasan las pechugas ligeramente por harina y se fríen de 2

en 2. Se separan en una plato una vez doradas.

Se retira un poco de aceite, no dejando más que lo preciso para freír la cebolla picada,

los 2 dientes de ajo cortados en cuatro trozos cada uno y la ramita de perejil.

Una

vez doradas las cebollas y los ajos, se añade el pan rallado, se dan unas vueltas

y

se agrega el vino, las pastillas de caldo desmenuzadas y algo de agua. Se da un hervor a

la salsa y se pasa por el pasapurés, apurando bien la cebolla.

Se colocan las pechugas en una fuente de barro, cristal o porcelana resistente al fuego y

se vierte la salsa encima, añadiéndole el resto del agua para que queden las

pechugas casi cubiertas. Se preparan los champiñones, lavándolos muy bien y

cortándolos en láminas más bien finas.
Se ponen en un cazo pequeño con la

mantequilla y unas gotas de limón. Se hacen así durante unos 5 a 10 minutos.

Se ponen a cocer las pechugas durante 20 minutos. Se prueba entonces la salsa, por si

hubiese que añadirle sal (las pastillas ya salan). Pasados unos 15 minutos, se

incorpora lo que queda del zumo de limón, el perejil picado y los champiñones con

su jugo. Se mezcla bien y se cuece durante 5 minutos más.

Se puede servir con arroz blanco o con picatostes de pan frito adornando la fuente.

Este plato se puede preparar unas horas antes y calentarse en el momento de servir.

**844.—PECHUGAS DE POLLO
ASADAS CON HIGADITOS Y
BACON (6 personas)**

*6 pechugas de pollo deshuesadas
(véase receta 6 lonchas grandes y finas
de bacon,*

anterior),

60 gr. de manteca de cerdo (más o

menos),

6 higaditos de pollo,

agua y sal.

unos pellizcos de hierbas aromáticas,

Se compran las pechugas deshuesadas (y si no se deshuesan en casa). Se les pone sal y

un pellizco pequeño de hierbas aromáticas. En el centro de cada pechuga se pone un

higadito de pollo, limpio y quitada la piel. Se enrolla cada pechuga y, una vez enrollada,

se pone alrededor una lonchita de bacon.
Se atan los rollitos con una cuerda fina.
Se

unta cada pechuga con un poco de
manteca de cerdo. Se enciende el horno
unos 5

minutos antes de meter las pechugas.
Estas, una vez colocadas en una
besuguera, se

meten en el horno durante más o menos
 $\frac{3}{4}$ de hora, dándoles la vuelta de vez en
cuando

y rociándolas con su jugo. Una vez
hechas, se les quita la cuerda a cada
pechuga y se

colocan en la fuente donde se servirán.

A la salsa que queda en la -besuguera de asar las pechugas, con una cuchara sopera se le

quita parte de la grasa y se añaden unas cucharadas de agua caliente. Se da un hervor a

la salsa, removiéndola bien, y se vierte por encima de las pechugas.

Se sirven éstas con un acompañamiento de patatas paja o bien con unos tomates al

horno con perejil y ajo picado (receta 411).

845.—SUPREMA DE POLLO (4 a 8 personas) (plato frío)

1 pollo de 1½ kg. (ó 4 pechugas),

Suprema:

2 zanahorias grandecitas (100 gr.),

25 gr. de mantequilla,

1 cebolla grande (125 gr.),

1½ cucharadas de harina,

agua,

12 litros de caldo de cocer los pollos,

1 pastilla de Avecrem de pollo,

2 yemas,

sal.

sal,

unas trufas de adorno.

Se pone el pollo (o las pechugas) a cocer en una cacerola, cubierto con agua fría; se

añaden las zanahorias peladas, lavadas y cortadas en trozos grandes, la cebolla pelada y

cortada en cuatro cascós, el Avecrem y

un pellizco muy pequeño de sal. Cuando rompe

el hervor, se deja cocer durante 2 hora más o menos, hasta que el pollo esté tierno.

Entonces se saca el pollo (o las pechugas), se les quita la piel y se trinchan las pechugas

y los muslos y se colocan en una fuente.

Se hace entonces la bechamel. En un cazo se pone la mantequilla a derretir; cuando está

(sin que cueza), se añade la harina, se da unas vueltas y poco a poco se añade el

caldo

de cocer los pollos, que deberá estar templado nada más. Se hace una salsa

medianamente espesa y se deja enfriar un poco. Se ponen las 2 yemas en un

tazón, se añade un poco de salsa para que no se cuajen y se agrega después a la

salsa bechamel. Con ella se cubren los trozos de pollo. Se mete en la nevera y, una

vez fríos, se adorna con unas rodajitas de trufa.

Este plato se sirve frío, con lo cual se debe preparar **de** antemano; esto resulta muy

cómodo para una cena fría.

846.—SOPA DE POLLO A LA BELGA. WATERZOOI (8 personas)

½ pata de ternera,

5 cucharadas soperas de aceite,

los despojos de un pollo,

25 gr. de mantequilla,

1 pollo grandecito ó 2 pequeños (1½ kg.),

*1 cucharada sopera, más bien colmada,
de harina,*

1 mata de apio,

2½ litros de agua,

2 puerros medianos,

2 yemas,

*3 zanahorias medianas tiernas (150
gr.),*

el zumo de ½ limón,

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o un
ramillete con sal y pimienta molida,*

tomillo, una hoja de laurel y perejil),

1 plato con rebanaditas de pan frito.

En una olla se pone la pata de ternera chamuscada y bien lavada, los despojos del

pollo, 1 puerro entero (quitadas las partes más verdes), $\frac{1}{2}$ mata de apio (lo verde,

bien lavado), una zanahoria lavada, raspada y cortada en rodajas, sal y $2\frac{1}{2}$ litros de

agua fría. Se pone a cocer todo esto a fuego lento durante unas 2 horas. Pasado este

tiempo, se cuele el caldo y se reserva.

Se pica el otro puerro, las zanahorias y el resto del apio y se rehogan en una cacerola

honda, donde se habrán puesto 3 cucharadas soperas de aceite a calentar. Se

rehogan sin que lleguen a dorarse (unos 5 minutos); se añade el pollo cortado en

trozos grandes, se espolvorea con las hierbas aromáticas y un pellizco de pimienta.

Se le agrega el caldo reservado y se deja cocer suavemente unos 30 minutos

(según

sea de duro el pollo).

Pasado este tiempo, en una sartén se calienta la mantequilla y el aceite que queda, se

añade la harina, se dan unas vueltas con la cuchara de madera y se añade, poco

a poco, caldo de cocer el pollo. Se cuece esta bechamel durante unos 8 minutos y se

incorpora al pollo en su cacerola. Se revuelve bien y se cuece unos 10 minutos

más.

En un tazón se ponen las 2 yemas con el zumo del limón; muy poco a poco se les

agrega un poco de caldo de cocer el pollo. Se echa el pollo con su caldo en la

sopera donde se vaya a servir (si hay algún hueso suelto se quita, pues el pollo

debe quedar bastante deshecho) y se le revuelven las yemas desleídas. Se sirve en

seguida en platos soperos y las rebanaditas de pan frito servidas aparte.

847.—GALLINA 'EN PEPITORIA (6 personas)

1 gallina de 1½ kg., tierna,

2 cucharadas soperas de piñones,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

15 almendras tostadas y peladas,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

2 huevos duros,

1 cebolla mediana (70 gr.),

unas hebras de azafrán,

1 diente de ajo,

1 hoja de laurel,

1 ramita de perejil,

1 plato con harina,

agua y sal.

Se pone el aceite a calentar en una sartén. Se trincha la gallina en trozos no muy grandes

y se reboza cada pedazo en harina. Se refrién en el aceite por tandas y, cuando están

bien dorados, se van reservando en un

plato. En este mismo aceite se rehoga la
cebolla muy picada, el diente de ajo
entero, la hoja de laurel; cuando está
todo

bien dorado, se echan los piñones y se
les da unas vueltas. Con la espumadera

se saca todo y se echa en el mortero con
el azafrán, las almendras, el perejil y la
sal.

Se machaca todo un poco.

En una cacerola se pone la gallina, se
rocía con el aceite de la sartén, se añade
el vino

blanco, todo lo del mortero y se cubre con agua. Se pone a cocer unas 3 ó 4

horas a fuego lento (según sea de dura la gallina).

En el momento de servir se machacan las 2 yemas de los huevos duros con un tenedor

y un poco de salsa de la gallina. Se incorporan a la cacerola, sin que hierva ya la

salsa. Las claras se pican muy finas y se mezclan también.

Se sirve en plato hondo con su salsa, y se adorna la fuente con triángulos de pan

frito

o bien se acompaña con arroz blanco servido aparte.

848.—BLANQUETA DE GALLINA
(6 personas)

1 gallina tierna de 1½ kg.,

12 cucharadas soperas de harina,

½ kg. de arroz,

¼ litro de leche fría (un vaso de los de agua),

1 cebolla pequeña (50 gr.),

2 litro de caldo de cocer la gallina,

1 hoja de laurel,

1 cucharada sopera de perejil picado,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

2 cucharadas soperas de aceite fino,

*3 clavos (especias) clavados en la
cebolla,*

30 gr. de mantequilla,

2 vaso (de los de vino) de vino blanco,

sal.

agua fría,

2 yemas de huevo,

el zumo de ½ limón,

Se procede igual que para la blanqueta de ternera (receta 767); lo único que cambia es

que la gallina se pone entera y se cuece de 2 a 3 horas, según sea de dura. Una vez

cocida y tierna, se trincha y se reservan al calor los trozos en un poco de caldo

para que no se sequen.

**849.—PECHUGA DE GALLINA
RELLENA (6 personas)**

*1 pechuga de gallina grandecita ($\frac{1}{2}$ kg.
más o Caldo corto:*

menos),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

$\frac{1}{4}$ kg. de carne de ternera picada,

1 ramita de apio (facultativo),

$\frac{1}{4}$ kg. de carne de cerdo picada,

2 zanahorias medianas,

1 loncha gruesa de jamón serrano (150

gr.),

2 puerros medianos,

1 trufa (facultativo),

1 pellizco de hierbas aromáticas (o un ramillete con

sal.

tomillo, laurel y perejil),

4 granos de pimienta,

agua y sal.

Se deshuesa la pechuga de gallina;
cortando ésta por la pechuga, se tira de

los huesos y

del caparazón, dejando la gallina sin huesos. Se extiende esta carne encima de un

pañó limpio, con la piel de la gallina tocando el paño.

En una ensaladera se mezclan las dos carnes y se ponen extendidas encima de la

pechuga. Se corta en tiritas finas la loncha de jamón por la parte más estrecha y se

colocan por encima de la carne picada todas en el mismo sentido (el más largo

de la

pechuga). Se pone, por fin, la trufa cortada en láminas finas. Se enrolla la carne

primero y después el paño, que se ata por las puntas dándole bonita forma.

En un cazo o una ollita se pone la carne, se cubre de agua fría, se le añade el vino

blanco, los puerros (solamente la parte blanca), el apio y las zanahorias raspadas,

lavadas y partidas en trozos, el pellizco de hierbas aromáticas, los granos de

pimienta y un poco de sal. Se tapa con tapadera y se pone al fuego. Cuando rompe a

hervir, se baja éste y se deja cocer unas 2 a 3 horas (contando que la gallina no ha de ser

dura). Se saca entonces del caldo y se deja enfriar con algún peso encima para que

adquiera bonita forma (el peso no debe ser mucho). Una vez fría, se trincha

como un fiambre y se sirve con gelatina y ensalada aparte.

Nota.-Con el caldo de cocer la pechuga

y gelatina en polvo (Maggi o Royal) se hace la

gelatina, que se pondrá picada alrededor de la gallina.

Si no se quiere hacer gelatina, se puede utilizar el caldo para una sopa, pues es muy bueno.

PAVO, CAPON, PATO, PICHONES

Se limpia y prepara igual que el pollo (recetas 819 y 820). para un pavo de 1½ a 2 kg. =

1 hora 15 minutos de horno. para un pavo de 2 a 3 kg. = 1 hora 30 minutos de

horno.

para un pavo de 3 a 5 kg. = 2 a 2½ horas de horno.

850.—MANERA DE QUITAR LOS TENDONES A LOS MUSLOS

Se da un golpe en la coyuntura de la pata (entre la parte amarilla y el nacimiento del

muslo), después se destroza dándole vueltas y al final se tira de los 5 ó 6

tendones que hay. Así el muslo se queda mucho más tierno para comer.

851.—PAVO ASADO (8 personas)

A ser posible, es mejor elegir una pava, que suele ser más tierna y sabrosa que el macho.

Un par de días antes de asar el pavo, se le pone en el interior un vasito de coñac

(unas 6 a 8 cucharadas soperas). Se mueve de vez en cuando el animal, para que

quede bien empapada toda la parte de dentro. Al prepararlo para asar, se vacía el

coñac que quede.

1 pava de 2½ kg.,

75 gr. de manteca de cerdo,

6 lonchas no muy finas de bacon,

½ limón,

agua y sal.

Se procede igual que para el pollo asado, poniendo 5 lonchas de tocino ahumado

envolviendo la pava exteriormente. La última loncha se mete en el interior del animal.

Se suele tapar el pavo con una hoja de papel de barba untada con manteca, o

simplemente con una hoja de papel de plata. Esto se hace para que no se dore desde

el principio, sino que se ase por dentro primero. Se retira cuando se va a dorar, es

decir, en la 2 hora final.

Se asará a fuego mediano durante 1½ horas, y después a fuego más vivo la 2 hora

final, dándole varias veces la vuelta y rociándola cada vez muy bien con su jugo.

Para saber si está bien asada, se pincha

con un alambre un muslo; si sale jugo rosado,

aún está poco asada.

Se trincha, se le quita la grasa a la salsa y se añade agua caliente y un chorrito de

zumo de limón. Se rasca muy bien el fondo de la fuente y se sirve la salsa en salsera.

852.—PAVO RELLENO (10 personas)

Para un pavo de unos 4 kg.

100 gr. de manteca de cerdo,

6 lonchas de bacon,

sal. ½

Relleno 1.º:

½ kg. de salchichas frescas,

2 cucharadas soperas de piñones (20 gr.),

100 gr. de bacon,

100 gr. de ciruelas pasas (un puñado),

25 gr. de especias en polvo (nuez moscada, 1 vaso (de los de vino) no lleno de jerez seco.

pimienta y sal),

1 huevo más una yema,

En una ensaladera se mezclan todos los ingredientes. El bacon picado, las ciruelas sin

el hueso y cortadas en dos y los huevos batidos como para tortilla.

Se rellena por el cuello y por la parte de abajo, por donde se sacan las tripas. Se cosen

los dos agujeros, dejando un trozo de cuerda, de rabo, para poder tirar de él al ir a

quitarlo. Se procede después de relleno igual que para el pavo asado. Para servirlo, se

trinchan las patas y los alones en varios trozos, y las pechugas, una vez separadas,

en lonchas; con un cuchillo grande y bien afilado se abre el caparazón, se saca el

relleno y éste se pone cortado, en un lado de la fuente, al lado de la carne del

pavo. Una vez hecha, se sirve la salsa en salsera aparte.

Nota.-Hay mucha gente que sirve aparte

compota de manzana o puré de castañas.
Esto

va en gustos.

½ kg. de magro de cerdo,

1 huevo batido como para tortilla,

150 gr. de jamón serrano,

pimienta,

1 lata de foie-gras (125 a 150 gr.),

sal.

En una ensaladera se mezcla todo, una vez picada la carne de cerdo con el

jamón, y se

procede igual que para el relleno 1.0.

853.—CAPON

Se limpia y se prepara igual que los pollos (recetas 819 y 820), y se asa como el pavo.

Sirven las mismas recetas.

854.—PATO

Para que sea tierno el pato debe ser joven, de unos 4 meses para poderlo asar o guisar.

Se prepara igual que los pollos: se

pelan, se chamuscan las pelusillas, etc.;
pero,

además, se les, tiene que quitar dos
glándulas que están colocadas a cada
lado de la

rabadilla.

Se trincha de una manera algo diferente
del pollo.

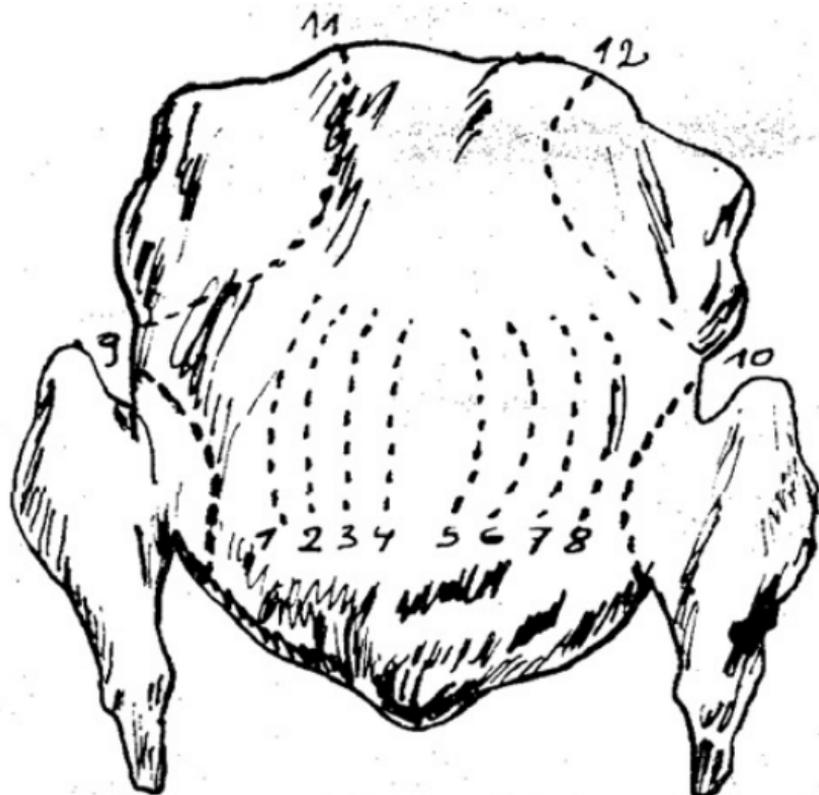
Buscando el encuentro (o coyuntura), se
trinchan las patas y los alones igual que
el

pollo. La pechuga se trincha en filetes,
como se puede ver en el dibujo.

Para asar un pato se calculan de 20 a 25 minutos por cada $\frac{1}{2}$ kg. Hay que tener en

cuenta que el pato es un animal que tiene mucha grasa, por lo tanto se le pondrá poca

manteca al prepararlo y se suprime el bacon.



855.—PATO A LA NARANJA (4 a 5 personas)

1 pato de 1½ kg.,

2 vasos (de los de agua) de agua,

3 naranjas medianas,

1 zanahoria grande (50 gr.),

50 gr. de manteca de cerdo,

2 o 3 cebollitas francesas (125 gr.),

1 cucharada sopera de fécula de patata,

2 cucharadas soperas de Curaçao (licor),

3 naranjas de zumo medianas,

sal.

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 vaso (de los de agua) de caldo,

Lo primero se cuecen los despojos del pato en 2 vasos de agua fría y sal durante 30

minutos a fuego mediano. Se aparta y se cuela el caldo.

Se flamea y prepara el pato, metiéndole una de las naranjas pelada y cortada en trozos

en la tripa. Se sala.

En una cacerola se pone la manteca a derretir. Cuando está derretida, se pone el pato,

la zanahoria raspada, lavada y cortada en rodajas y las cebollas peladas y también

cortadas en rodajas. Se vuelve por todos lados el pato, para que quede bien

dorado. Se vierte el vino blanco, un vaso (de los de agua) de caldo y el zumo de

2 naranja. Se tapa la cacerola y se cuece a fuego mediano durante una hora.

Pasado este tiempo, se saca el pato. Se vacía la naranja (ésta no se aprovechas y se

cuela la salsa. En un tazón se deslíe la

fécula con un par de cucharadas soperas de

agua y se le añade el zumo de 12 naranjas y un trozo de cáscara cortado muy fino

para que no lleve blanco. Con una cuchara se le quita a la salsa la grasa que sobre

y se le agrega la fécula con el zumo. Se cuece un par de minutos.

Se trincha el pato como va indicado en un dibujo anterior y se sirve con la salsa aparte

(a ésta se le retirará, al servir, la

corteza).

Se puede adornar la fuente con rodajas de naranjas, con su cáscara, partidas en dos.

Otra receta para la salsa:

1 hígado de pato,

2 cucharadas soperas de licor de Curaçao,

20 gr. de mantequilla,

la salsa de asar el pato (sin la grasa),

1 cucharada sopera de aceite,

agua y sal.

1 cucharada sopera de harina,

el zumo de 2 naranjas grandes,

Se fríe un poco el hígado de pato y en el mortero se machaca muy bien. En una sartén se

pone un trocito de mantequilla (20 gr.) y una cucharada sopera de aceite; cuando

están calientes, se añade una cucharada sopera de harina y el hígado machacado.

Se agrega el zumo de 2 naranjas, 2 cucharadas soperas de curaçao, y el jugo de asar

el pato, quitándole primero la grasa. Se revuelve todo esto junto, y si fuese necesario

se puede agregar una cucharada sopera de agua caliente. Se cuele la salsa por un

colador. se prueba de sal y se sirve en salsa aparte.

856.—PATO BRASEADO CON ACEITUNAS (6 personas)

1 pato de 1½ kg. (más o menos),

pastilla de Gallina Blanca, Starlux, etc.),

1 cebolla grande (100 gr.),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

2 zanahorias grandes (125 gr.),

100 gr. de aceitunas sin hueso,

*1 cucharada bien llena (de las de café)
de fécula,*

2 tomates maduros grandes,

3 6 4 cucharadas soperas de aceite,

sal y pimienta,

½ litro de caldo (agua con una

6 triángulos de pan de molde fritos.

En una cacerola (o, mejor, una «cocotte») se pone el aceite a calentar; cuando está en

su punto, se pone el pato ya preparado. Se deja dorar por todos lados, teniendo

cuidado de darle la vuelta a menudo, pero con una paleta o dos cucharas para **no**

pincharlo. Mientras se va dorando, se añade la cebolla pelada y cortada en trozos y

las zanahorias raspadas, lavadas y cortadas en rodajas. Se deja dorar todo

lentamente unos 15 minutos. Se añaden entonces los tomates lavados, pelados y

cortados en trozos, quitándoles las simientes. Se rehogan con lo demás unos 10

minutos más. Se añade entonces el vino, el caldo, la pimienta y la sal (el caldo sala

también, luego hay que salar con cuidado). Se tapa la cacerola y se cuece así

lentamente durante una hora. Pasado este tiempo, se saca el pato entero y se reserva

al calor. Se pasa la salsa por el pasapurés o el chino.

En un tazón se deslíe la fécula con un poco de salsa para que no haga grumos y se añade

a la salsa. Se añaden también las aceitunas, las cuales antes se ponen en un cazo

pequeño cubiertas con agua fría y se les da un hervor de 3 minutos. Se escurren, se

cortan en 2 ó 3 trocitos y se agregan a la cacerola, así como el pato, que se vuelve a

poner en la cacerola.

Se cuece todo unos 10 ó 15 minutos más.
Se saca el pato, se trincha y se colocan
los

trozos en la fuente donde se vayan a
servir. Se cubre con la salsa y se sirve
la

fuente adornada con unos triángulos de
pan frito.

**857.—PICHONES RELLENOS Y
SERVIDOS CON COMPOTA DE
MANZANA (6**

personas)

3 pichones jóvenes,

2 kg. de manzanas reinetas,

12 salchichas corrientes,

2 cucharadas soperas de azúcar,

5 cucharadas soperas de aceite,

3 cucharadas soperas de agua,

1 vaso (de los de vino) de vino añejo,

1 cucharada sopera de coñac,

1 vaso (de los de agua) de agua,

sal.

sal,

Una vez preparados, vaciados y flameados los pichones, se salan ligeramente. Se

rellenan con la carne de las salchichas, a las cuales se les habrá quitado la tripa

que las envuelve. Se ponen unos palillos pinchados en la piel del agujero que se

ha hecho para vaciar los pichones, con el fin de que no se salga el relleno.

En una cacerola (o, mejor, una «cocotte») se pone el aceite a calentar. Se doran los

pichones, volviéndolos varias veces para que se hagan por igual. Una vez dorados, se

rocían con el vino y el agua. Se salan ligeramente y se cuecen a fuego mediano

durante más o menos 45 minutos, hasta que estén tiernos.

Mientras tanto se va haciendo la compota de manzanas. Se pelan y cortan en 4

trozos las manzanas, quitándoles el corazón con las pepitas. Se cortan entonces en

dados de 2 cm. de costado y se rocían

con unas 3 cucharadas soperas de agua.
Se

mezcla bien y se tapa la cacerola,
cociéndolas unos 30 minutos a fuego
lento. Si

entonces no estuviese la compota bien
seca, se cuece un poco más destapada y
se

añade entonces el azúcar. Se calienta en
un cazo pequeño el coñac, se prende con
una

cerilla y se flamea; después se mezcla
con la compota (hay quien prefiere la
compota pasada por el pasapurés, o así

tal cual, esto va en gustos). Esta se reserva

al calor.

Cuando los pichones están hechos, se echa la compota en el fondo de la fuente donde

se vayan a servir. Encima se colocan los pichones partidos en dos a lo largo (no

hay que olvidarse de quitar los palillos) y se pone el relleno alrededor de la

fuelle, sirviéndose en seguida.

Si se quiere, se puede adornar la fuente con unos triángulos de pan de molde

fritos.

858.—PICHONES GUISADOS CON ACEITUNAS (6 personas)

3 pichones tiernos.

Se procede igual que para el pato
braseado con aceitunas (receta 856).

Como los pichones son animales más
pequeños que un pato, sólo se brasearán
30

minutos. Los 15 minutos después de
pasar la salsa serán los mismos.

PICHONES

Sirven algunas recetas de perdiz.

Perdices con uvas (receta 877).

estofadas (receta 879).

en salsa con cáscara de naranja amarga (receta 881).

guisadas con vinagre en caliente (receta 883).

También se hace como el **Pollo asado con limón** (receta 825) y se sirve con un adorno de guisantes.

Caza

CONEJOS

Los conejos de monte son más sabrosos que los caseros, porque muchas veces se alimentan de hierbas aromáticas.

859.—CONEJO CON NARANJA (6 a 8 personas)

2 conejos tiernos (1¼ kg. cada uno),

ka) de hierbas aromáticas, o

3 naranjas grandes,

un ramillete (perejil, laurel, un diente de ajo y

tomillo),

6 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada soperas colmada de harina,

1 cebolla mediana (100 gr.),

1 cucharada soperas de perejil picado,

1½ vasos (de los de agua) de vino blanco,

sal.

1 cucharadita (de las de mo-

En una cacerola se pone a calentar el aceite; cuando está en su punto, se echa

la cebolla

pelada y picada. Cuando ésta se empieza a dorar, se ponen los conejos cortados en

trozos; cuando están bien dorados, se espolvorean con la harina, se revuelven bien

con una cuchara de madera y se rocía con el vino blanco. Se añaden un par de

trozos de corteza de naranja, las hierbas aromáticas y la sal. Se cuece a fuego

mediano durante una hora, cubierto con tapadera, y pasado este tiempo se agrega el

zumo de 2 naranjas. Se vuelve a tapar y se deja cocer unos 20 minutos más,

revolviendo de vez en cuando el guiso.

Se pela la tercera naranja y se corta en rodajas y éstas en dos. Con ella se adorna la

fuelle, previamente calentada, donde se va a servir el conejo. Se pone el guiso en el

centro, se retiran las cortezas de naranja y el ramillete (si lo hay) y se vierte la

salsa por encima. Se espolvorea con perejil picado y se sirve en seguida.

**860.—GUISO DE CONEJO CON
CEBOLLITAS Y CHAMPIÑONES (4
a 5 personas)**

1 conejo de 1¼ kg. (sin piel),

*1 pastilla de caldo (Avecrem, Starlux,
etc.),*

¼ kg. de champiñones frescos,

1 plato con harina,

¼ kg. de cebollitas francesas,

1 hoja de laurel,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

1 ramita de tomillo,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

30 gr. de mantequilla,

1½ vasos (de los de agua) de aceite,

el zumo de un limón,

2 vasos (de los de agua) de agua,

sal y pimienta molida.

Se corta el conejo en trozos y la cabeza, una vez quitados los ojos, en dos.

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Se pasan los trozos de conejo

de uno en

uno por harina y se doran en el aceite. Se van separando en un plato. Se quita un poco

de aceite, dejando el fondo de la cacerola solamente cubierto. Se pela y se pica la

cebolla muy fina, y se dora. Una vez dorada (unos 8 minutos), se añade el conejo.

Se vierte el vino, se da unas vueltas con una cuchara de madera, se añade el agua, el

laurel, el tomillo y el caldito deshecho

en un poco de agua caliente. Se echa un poco de

sal (el caldito ya sala la salsa) y pimienta. Se tapa la cacerola y, a fuego lento, se cuece

$\frac{3}{4}$ de hora más o menos.

Mientras tanto se ponen las cebollitas a cocer aparte (peladas y enteras), con un poco

de agua que justo las cubra y la mitad de la mantequilla, unos 10 minutos.

Se lavan y se cortan los champiñones y se ponen a cocer en un cazo pequeño con la

otra mitad de la mantequilla y unas gotas de zumo de limón, también durante unos 10 minutos.

Se añaden entonces al conejo los champiñones con todo su jugo y las cebollas,

escurridas. Se cuece otro $\frac{1}{4}$ de hora, revolviendo todo junto. Se prueba de sal (se

añade si hiciese falta) y en el momento de servir se rocía con el resto del zumo de

limón. Se sirve con su salsa en una fuente honda, adornada, si se quiere, con

picatostes.

**861.—CONEJO CON SALSA DE
HIGADITOS, PIÑONES Y
PIMIENTOS (6 personas)**

*1 conejo grande ó 2 pequeños
(trinchado),*

*1 lata pequeña de pimientos colorados
(100 gr.),*

100 gr. de tocino veteado,

1 buen pellizco de hierbas aromáticas,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 vaso (de los de agua) con mitad vino

blanco y

mitad agua,

1 cebolla pequeña (50 gr.) picada,

sal,

4 tomates medianos,

1 cucharada sopera de perejil picado,

30 gr. de piñones,

sal.

2 higaditos (de pollo si no se tienen de conejo),

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente, se refríe el tocino

cortado en dados y la cebolla. Cuando se les ha dado unas vueltas, se añaden los

trozos de conejo y, moviéndolos con una cuchara de madera, se les deja dorar

ligeramente. Se agregan los tomates pelados, cortados y quitadas las simientes, se

sazona con la sal y las hierbas y se echan casi todos los piñones (reservando unos

pocos). Se rocía con el vaso de agua y vino y se añaden entonces los higaditos. Se

cubre la cacerola con una tapadera y se deja a fuego mediano más o menos una

hora (siendo el conejo tierno; un poco más si hiciese falta, sin que se deshagan los

trozos). Un poco antes de servir se ponen en el mortero y se machacan los higaditos

crudos (pero teniendo buen cuidado de quitarles la bolsita de la hiel) con los

piñones reservados y un trocito de

pimiento, y se incorpora esta pasta a la salsa.

Se pone el resto del pimiento cortado en tiras finas y se espolvorea el perejil picado. Se

da una vuelta a todo con una cuchara de madera y se sirve bien caliente en una fuente.

**862.—CONEJO GUISADO CON
CEBOLLITAS, TOMATES Y
ZANAHORIAS (6 a 8**

personas)

2 conejos pequeños de 1¼ kg. cada uno,

1 nuez de mantequilla (15 gr.),

100 gr. de tocino veteado,

2 vaso (de los de agua) de vino blanco,

6 cucharadas soperas de aceite,

2 vaso (de los de agua) de agua,

3 ó 4 tomates maduros grandes (400 gr.),

1 cucharadita (de las de moka) de hierbas

aromáticas

8 cebollitas francesas,

(rasada), o un ramillete: perejil, laurel, tomillo y un

3 zanahorias tiernas medianas (125 gr.),

diente de ajo,

1 lata pequeña de pimientos colorados (100 gr.),

sal.

Se trinchan los conejos. En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está en

su punto, se rehogan bien los trozos de conejo. Se les añade el tocino cortado

en

dados, los tomates pelados y cortados en cuatro (quitándoles la simiente) y las

zanahorias raspadas, lavadas y cortadas en rodajas finas. Se sazona con sal y las

hierbas aromáticas. Se mueve bien todo con una cuchara de madera y se rocía con el

vino y el agua. Se cubre con una tapadera la cacerola y se hace a fuego lento en

cuanto ha roto a hervir. Si los conejos son tiernos, una hora más o menos; pero

cuidando de que no queden deshechos.

Aparte, en un cazo pequeño, se cuecen las cebollitas, previamente peladas; para ello se

cubren con agua fría y se pone la mantequilla y sal. Se cuecen durante unos 15 a 20

minutos.

Cuando el conejo está tierno, se le agregan las cebollitas escurridas y el pimiento

cortado en tiras finas. Se da una vuelta con una cuchara de madera y se sirve en

seguida en una fuente. Se puede adornar ésta con triángulos de pan de molde fritos,

si se quiere.

863.—CONEJO GUISADO CON VINO BLANCO (6 a 8 personas)

2 conejos de 1¼ kg. cada uno (cortados en trozos), 2 vaso (de los de agua) de agua,

1 cebolla mediana (100 gr.),

1 cucharadita (de las de moka) de hierbas

aromáticas,

8 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 cucharada sopera de harina,

sal.

1 vaso (de los de vino) de vino blanco seco,

En una cacerola se pone a calentar el aceite; cuando está en su punto, se echa la cebolla

muy picada. Cuando empieza a ponerse transparente (unos 5 minutos), se echan los

trozos de conejo hasta que queden bien doraditos (unos 15 minutos más o menos).

Se espolvorea la cucharada de harina, se mueven bien los trozos con una cuchara de

madera y se vierte el vino blanco y el agua; se sala y se espolvorean las hierbas

aromáticas. Se cubre la cacerola y se deja a fuego mediano, más bien lento, para que

cueza despacio durante unos 45 minutos. Si el conejo es tierno, debe estar en su

punto (si no, se cuece algo más).

Se sirve en una fuente espolvoreando el conejo con perejil y con la salsa por encima.

Se puede acompañar con una guarnición de puré de patatas o unos coditos cocidos con

agua y sal y rehogados con un poco de mantequilla y queso rallado.

**864.—GUISO DE CONEJO CON
ACEITUNAS Y ALMENDRAS (4
personas)**

1 conejo tierno de 1¼ kg.,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

5 cucharadas soperas de aceite,

3 dientes de ajo,

1 plato con harina,

50 gr. de almendras tostadas.

1 cebolla grande (125 gr.),

agua,

100 gr. de aceitunas sin hueso,

sal y pimienta.

Se trincha el conejo en trozos, se salan y

se pasan por harina.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente, se fríen los trozos

por tandas hasta que estén dorados y se van reservando en un plato. En el aceite

de freírlo se rehogan 2 dientes de ajo, pelados y dando un golpe con el mango de

un cuchillo. Una vez bien dorados, se retiran. Se echa entonces la cebolla pelada y

muy picada, se deja dorar ligeramente (unos 8 minutos), se vuelven a poner los

trozos de conejo y se rocían con el vino. Se deja unos 10 minutos para que se

consume un poco el vino y se añade la pimienta molida y el agua templada, la justa

para que cubra el conejo. Se tapa la cacerola y a fuego mediano, más bien lento, se deja

hasta que el conejo esté tierno, sin estar deshecho (unos 45 minutos).

Mientras tanto se ponen las aceitunas en un cazo con agua fría, se cuecen unos 3

minutos, se escurren bien y se secan con un paño limpio. Se cortan en dos o tres a

lo ancho y se agregan al conejo.

En el mortero se machacan las almendras (sin piel) con el diente de ajo y se agrega

también al guiso. Se revuelve todo bien. Estas dos cosas, es decir, las aceitunas y el

ajo con las almendras, se añaden unos 15 minutos antes de terminar de cocer el guiso.

Se sirve en una fuente con la salsa por encima y adornada ésta con bolas de puré de

patatas.

**865.—TRASERO DE CONEJO
ASADO CON MOSTAZA (6
personas)**

*1 conejo grande y tierno (de 2 kg.) ó 2
pequeños,*

*ka) de hierbas aromáticas (o 2 ó 3
ramitas de*

tomillo),

mostaza (Louit),

*4 ó 5 cucharadas soperas de agua
hirviendo,*

2 cebollas medianas (150 gr.),

1/4 litro de crema líquida,

100 gr. de tocino veteado,

1 cucharada sopera de harina,

4 cucharadas de aceite,

sal.

1 cucharadita (de las de mo-

Abrir bien las patas traseras del conejo para que quede bien plano y cortar toda la

parte delantera, es decir, después de las patas delanteras. Esta parte, que

comprende patas y cabeza, no se utiliza.

Una vez vaciado el conejo de hígado, riñones, etc., se sala y se unta bien con mostaza.

En una besuguera o fuente honda de barro o porcelana resistente al horno se cubre el

fondo con el aceite, se posa el trasero del conejo con la parte interior del mismo

tocando la fuente. Todo alrededor del conejo y muy cerca de él se ponen las

cebollas peladas y picadas en trozos grandes y el tocino en cuadraditos. Se

espolvorea con las hierbas aromáticas (o se posan las ramitas de tomillo encima del

lomo) y se mete a horno bastante fuerte y previamente calentado 10 minutos. Se asa

durante 45 minutos, rociándolo de vez en cuando con el jugo y las cucharadas de agua,

que se irán añadiendo poco a poco. Después de pasado este tiempo, se agrega algo

menos de la mitad de la crema, se baja el fuego y se tiene otros 10 minutos más.

En un tazón se pone la harina y se mezcla con el resto de la crema. Se trincha el conejo

y se pone en la fuente de servir, formando con los trozos el mismo trasero que antes

de trinchar. Se cuele la salsa de asar el conejo, se mezcla con lo del tazón, se calienta

con cuidado para que no sepa a harina cruda sin dejar de mover con una cuchara de

madera. Se rocía la carne y se sirve.

866.—GUISO DE CONEJO CON

SALSA DE SANGRE. CIVET.

(Véase la receta 868)

867.—CONEJO ESCABECHADO (4 a 5 personas)

1 conejo tierno de 1¼ kg. (sin piel),

6 granos de pimienta,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

1 vaso (de los de vino) de buen vinagre de vino,

3 dientes de ajo,

agua fría,

2 hojas de laurel,

sal.

Se trincha el conejo. En una sartén se pone el aceite a calentar y se doran los trozos por

tandas. A medida que están dorados, se ponen en una cacerola. Se deja en la sartén un

fondo de aceite (unas 5 ó 6 cucharadas soperas); se rehogan los dientes de ajo

pelados, las hojas de laurel y los granos de pimienta. Se separa la sartén del fuego y

se añade el vinagre y el agua. Se revuelve todo junto y se vierte por encima del

conejo. Si el caldo del escabeche no cubriese el conejo, se añadiría un poco más de

agua. Se echa sal, se tapa la cacerola y se cuece a fuego lento hasta que el conejo esté

tierno, es decir, una hora más o menos.

Se puede servir caliente o frío.

LIEBRES

868.—GUISO DE LIEBRE CON

SALSA DE SANGRE. CIVET (6 personas)

1 liebre joven de 1½ a 2 kg. sin piel.

Guiso:

150 gr. de tocino con poca veta,

Adobo:

1 cebolla mediana (100 gr.),

1 cebolla mediana (100 gr.),

2 cucharadas soperas de harina,

2 zanahorias pequeñas (100 gr.),

1 vaso (de los de agua) de caldo (o agua y una

pastilla de caldo de Gallina Blanca, Starlux, etc.),

1 ramita de tomillo,

2 cucharadas soperas de vinagre,

1 hoja de laurel,

sal,

2 clavos (de especias),

unos triángulos de pan frito.

2 dientes de ajo,

*1 litro de vino tinto bueno,
sal y 6 granos de pimienta.*

La noche antes de hacer el civet se trincha la fiebre en trozos medianos, se ponen en

una cazuela de porcelana o barro. Se sazona con sal y pimienta. Se corta una

cebolla en trozos grandes, las zanahorias se raspan y se lavan y se cortan en 4

trozos y se ponen con la liebre, así como los 2 dientes de ajo pelados. Se añade el

tomillo y el laurel y se rocía todo con el vino tinto (que ha de ser de buena

clase). Se tapa la cacerola y se deja en sitio fresco (pero no en nevera). Se

procura mover unas 3 ó 4 veces.

Cuando se va a guisar la liebre, se pone el tocino cortado en dados en una cacerola o,

mejor, una “cocotte»; se calienta y, cuando está la grasa bien derretida, con una

espumadera se quitan los trocitos de tocino ya rehogados, no dejando más que la

grasa. Se doran los trozos de liebre escurridos y se reservan en un plato

sopero. Se pone

la cebolla pelada y picada a dorar unos 8 minutos; cuando empieza a tomar color, se

añade la harina y se dan unas vueltas; se vuelven a poner los trozos de liebre y se

cubren con el vino del adobo colado. Se recogen el tomillo, el laurel y el ajo, que

se atan juntos, añadiéndolos a la liebre. Se pone a cocer y, al romper el hervor,

se deja a fuego mediano unas dos horas. Se revuelve de vez en cuando y se va

añadiendo poco a poco el caldo, según

haga falta. Si la salsa se ve clarita, se

destapa el guiso para que se consuma un poco. Poco antes de ir a servir la liebre, se

machaca el hígado crudo en el mortero, se le añade una vez hecho puré la sangre con el

vinagre y en el mismo mortero se ponen unas cucharadas soperas de salsa para que se

deshaga; después se añade todo lo del mortero a la salsa. Se revuelve, se quita el

ramillete y se sirve en fuente honda con

la salsa por encima y con los triángulos de

pan frito alrededor.

Nota.-Este guiso está mejor recalentado, con lo cual se guardará algo de caldo, por si

la salsa está espesa. El hígado y la sangre se pondrán sólo en el momento de servir.

869.—GUISO DE LIEBRE ADOBADA (6 personas)

1 liebre de 1½ kg.,

5 cucharadas soperas de aceite,

2 cebollas medianas (200 gr.),

1 plato con harina,

2 litro de vino blanco,

1 ramillete (una hoja de laurel, 2 ramitas de perejil,

una ramita de tomillo, un diente de ajo),

2 litro de caldo (o agua con una pastilla de

Avecrem, Starlux, etc.),

1 cucharada sopera de perejil picado,

*2 cucharadas soperas de vinagre,
sal y pimienta.*

200 gr. de tocino veteado,

La noche anterior de ir a guisar la liebre se prepara como sigue: Se corta la liebre en

trozos y se ponen en un cacharro de barro o cristal. Se sazona con sal y pimienta, se pela

y se corta en 4 una de las cebollas, se pone el ramillete, el vinagre y se rocía con el

vino. Se saltea (en crudo) todo esto

varias veces para que quede la liebre bien

impregnada. (Tiene que estar unas 12 horas). Al ir a guisar la liebre, se sacan los

trozos y se escurren muy bien. En una cacerola se pone el aceite a calentar y se le

añade el tocino cortado en cuadraditos pequeños y la cebolla picada menuda. Se

rehoga todo esto hasta que empieza a dorar (pero sólo empezar), unos 7 minutos.

Se pasan los trozos de liebre muy ligeramente por la harina y se sacuden bien; se

ponen en la cacerola. Con una cuchara de madera se les da unas vueltas, después

se añade poco a poco el vino del adobo con todos los ingredientes y, pasados unos 5

minutos, el caldo.

Se cubre la cacerola con un papel de estraza o un paño limpio y se cierra muy bien

con la tapadera encima del papel. Se

cuece a fuego lento durante 12 a 2 horas, sacudiendo de vez en cuando la cacerola para revolver la liebre con la salsa.

Para servir, se presenta en un plato hondo con su salsa por encima. Se espolvorea con el

perejil picado, sacando entonces el ramillete, que se tira. Se adorna con unos

triángulos de pan frito, o bien con unos coditos cocidos aparte y salteados con

queso rallado y mantequilla, éstos servidos en fuente aparte.

870.—TRASERO DE LIEBRE

ASADO CON MOSTAZA (Véase la receta 865)

PERDICES

871.—MANERA DE CONOCER Y PREPARAR LAS PERDICES

Son más sabrosas las hembras de perdiz que los machos. Estos se conocen porque

tienen un botón en la pata.

Se conoce que una perdiz es tierna si la parte de abajo del pico es blanda.

La perdiz se pela tirando de las plumas,

que suelen ser fáciles de arrancar. Se agarra

la perdiz por las patas y se tira de las plumas empezando por el trasero. Se corta

la piel cerca del trasero y se sacan por allí las tripas. Al hígado hay que quitarle la

hiel.

Después se chamuscan los pelos que quedan con una llama de gas o quemando un

algodón mojado en alcohol y prendido con una cerilla.

Se cortan las patas. El cuello se corta hacia la mitad, de largo; se tira de la piel hacia

los hombros del animal y se corta entonces el cuello a ras de los hombros. Se

junta la piel, que se cose o se sujeta con un palillo.

Si se quieren lavar, se tendrán que secar muy bien después con un paño limpio.

872.—PERDICES CON SETAS (4 personas)

2 perdices jóvenes y tiernas,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

2 kg. de setas (100 gr. para el relleno y 400 gr. 1 chalote pequeña picada, para adorno).

2 vaso (de los de vino) de coñac,

1 vaso (de los de vino) de agua templada,

Relleno:

1 pellizco de hierbas aromáticas, o un ramillete

1 miga de pan del grosor de un huevo,

(tomillo, laurel, perejil y un diente de ajo),

1 vaso (no lleno), de los de vino, de leche caliente,

sal.

los hígados de las perdices,

7 cucharadas soperas de aceite,

Se arreglan las perdices. Se prepara el relleno, calentando la leche y poniendo dentro

la miga de pan en remojo. En una sartén pequeña se ponen a calentar 2

cucharadas soperas de aceite; cuando están calientes, se echan los 100 gr. de

setas (previamente lavadas y picadas), se les dan unas vueltas y se añaden

los hígados. Cuando éstos están fritos (unos 5 minutos), se separa la sartén

del fuego y se machacan bien los hígados en la misma sartén con un

tenedor. Se agrega la miga de pan (un poco escurrida para quitarle la leche

sobrante), la chalote muy picada y el perejil. Se mezcla todo muy bien. Se

salan un poco las perdices por dentro y

se les pone el relleno, cosiendo el

agujero de la tripa por donde se han relleno para que no se salga éste.

En una cacerola se ponen a calentar las 5 cucharadas de aceite que quedan; se colocan

las perdices. En un cazo pequeño se calienta el coñac y, prendiéndolo con una

cerilla, se flamean las perdices.

Se colocan las demás setas (lavadas y cortadas en trozos grandes) alrededor de las

perdices y se sala el conjunto. Se vierte el agua y se espolvorea el pelizco

de hierbas aromáticas. Se mete la cacerola tapada a horno mediano durante

unos 25 minutos, y después a horno más fuerte durante otros 15 minutos,

destapada, moviendo la cacerola y volviendo de vez en cuando las perdices para que se doren.

Una vez en su punto, se sacan las perdices, se cortan en dos a lo largo, repartiéndolo

el relleno, y se sirven en una fuente con las setas alrededor. La fuente

estará caliente, para que no se enfríe el guiso al ir a servirlo.

873.—PERDICES CON CHOCOLATE (4 personas)

2 perdices jóvenes y tiernas,

1 cebolla grande (250 gr.),

1 vaso (de los de vino) de aceite,

1 hoja de laurel,

1½ vasos (de los de vino) de vino blanco,

*3 onzas de chocolate (Louit, etcétera),
2 vasos (de los de vino) de agua,
sal.*

Una vez arregladas y saladas las perdices, se les atan las patas. Se pone el aceite a

calentar en una cacerola o, mejor, una «cocotte». Cuando está caliente, se ponen las

perdices y se doran por todos lados. Después de doradas, se sacan y se reservan en

un plato. En este mismo aceite se echa la

cebolla pelada y picada muy menuda.

Se dan vueltas hasta que se ponga transparente (unos 6 minutos, más o menos). Se

vuelven a poner las perdices en la cacerola y se rocían con el vino y un vaso de

agua. Se echa el laurel y un poco de sal en la salsa. Se cubre la cacerola y a fuego

muy lento se van haciendo, dándoles la vuelta de vez en cuando.

Si son tiernas, en una hora estarán hechas, pero esto depende de las

perdices; se

pinchan para saber si están en su punto; quizá haya que añadirles entonces un poco

más de agua caliente, si se tienen que cocer más tiempo.

Una vez hechas, se reservan al calor muy suave y 15 minutos antes de ir a servir las se

agrega el chocolate rallado fino, se revuelve con la salsa y se incorpora el 2.º vaso

de agua (caliente esta vez) en dos o tres veces.

Se sacan las perdices, se les quita la cuerda y se trinchan en dos a lo largo. Se ponen

en la fuente donde se vayan a servir y se cubren con su salsa bien caliente. Se

puede adornar la fuente con unos triángulos de pan de molde fritos.

**874.—PERDICES CON
SALCHICHAS Y ZANAHORIAS (6
personas)**

3 perdices tiernas,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

9 salchichas corrientes (de carnicería),

2 vasos (de los de agua) de agua,

2 kg. de zanahorias,

1 hoja de laurel,

1 cebolla grande (150 gr.),

sal.

1 vaso (de los de vino) de aceite,

Una vez preparadas las perdicés, se salan y se rellenan cada una con una salchicha. Las

otras dos salchichas se cortan de manera que queden abiertas como un libro y se

aplican una en la pechuga y otra en el dorso de cada perdiz. Se atan con una cuerda las perdices con sus salchichas.

En una cacerola (o, mejor, «cocotte») se pone el aceite a calentar. Cuando está en su

punto, se doran bien las perdices por todos lados, se sacan y se reservan en un plato.

Se echa la cebolla pelada y picada, se deja dorar ligeramente (unos 8 minutos), se

agregan las zanahorias peladas, lavadas y cortadas en rodajas gruesas. Se

rehogan

unos 5 minutos, se vuelven a poner las perdices y se rocían con el vino y el agua.

Se les añade una hoja de laurel. Cuando rompe el hervor del líquido, se cubre la

cacerola y se dejan a fuego lento más o menos dos horas, hasta que estén

tiernas (se pinchan con un tenedor para saberlo).

Se separan las perdices en un plato, se les quitan las cuerdas y las salchichas de fuera y

se pasa por la batidora toda la salsa con las salchichas y las zanahorias. Se vuelve a

poner la salsa en la cacerola y se reserva hasta el momento de servirla. Se trincha en

dos cada perdiz, se ponen en la fuente de servir. Las salchichas que llevaban dentro

se cortan en dos y se ponen de adorno. Se puede adornar la fuente con montoncitos de

coles de Bruselas cocidas y rehogadas con mantequilla ($\frac{1}{2}$ kg.), alternando con

cebollitas francesas ($\frac{1}{2}$ kg.), también cocidas y luego rehogadas con aceite para que se

doren un poco.

También se puede adornar la fuente con patatas paja o lo que más guste.

875.—PERDICES RELLENAS DE PASAS Y GUISADAS CON LECHE
(4 personas)

2 perdices medianas y tiernas,

3 cucharadas soperas de coñac,

100 gr. de uvas pasas,

2 litro de leche (más o menos),
5 cucharadas soperas de aceite,
pimienta negra molida,
1 cebolla mediana (125 gr.),
sal.

1½ cucharadas soperas de harina
(rasada),

Se preparan las perdicés. Una vez preparadas y saladas por dentro, se rellenan con las

pasas. Se pone un palillo en la piel del trasero para que no se salgan.

En una cacerola se pone el aceite a calentar y se rehogan las perdices hasta que estén

doradas. Se sacan y se reservan en un plato. Se pone la cebolla pelada y picada a

dorar. Cuando se pone transparente (unos 5 minutos), se espolvorea con la harina, se

da unas vueltas con una cuchara de madera hasta que esté dorada.

Mientras tanto se calienta el coñac en un cazo pequeño, se prende con una cerilla y se

flamean bien las perdices en el plato.

Una vez flameadas, se ponen en la

cacerola con el coñac y se cubren con
leche templada. Se sala y se pone un
buen

pellizco de pimienta. Se cuece a fuego
lento en cuanto ha roto el hervor y se
dejan

así tapadas una hora (según sean de
tiernas las perdices).

Pasado este tiempo, se sacan las
perdices, se trinchan en dos a lo largo y
se ponen

en la fuente donde se vayan a servir. Se

adornan con las pasas y se vierte la salsa

por encima, pasándola por un chino o un pasapurés. Se puede servir de adorno

unas bolas de puré de patatas.

876.—PERDIZ CON SALSA DE CREMA (4 personas)

2 perdices pequeñas y tiernas,

¼ litro de nata líquida,

1 cebolla mediana (125 gr.),

1 cucharada (de las de café) de fécula de patata,

4 cucharadas soperas de aceite,

zumo de ½ limón,

1 vaso (de los de vino) de agua,

1 pellizco de hierbas aromáticas

2 vaso (de los de vino) de vino blanco,

(o un ramillete con laurel, tomillo y perejil),

2 cucharadita (de las de moka) de extracto de pimienta molida y sal.

carne (Bovril, Liebig, etc.),

Una vez preparadas las perdices, se

salan por dentro. En una cacerola se pone el

aceite a calentar y se ponen las perdices y la cebolla pelada y picada en trozos

grandes. Se deja dorar, volviendo las perdices para que se doren por todos lados.

Cuando están doradas, se rocían el agua y el vino. Se salan ligeramente y se les echa

pimienta y el ramillete o pellizco de hierbas. Se tapa la cacerola y se dejan cocer, a

fuego lento, más o menos una hora (hasta

que estén tiernas). Cuando están, se

retiran de la salsa, se cortan en dos a lo largo y se colocan en la fuente donde se van a

servir. Esta se reserva en sitio caliente.

Se cuele la salsa por el chino y se le agrega el extracto de carne, En una taza se

deshace la fécula con una cucharada sopera de agua fría y el zumo del limón y se

añade un poco de salsa; dando vueltas con una cuchara se echa todo lo de la taza

en la salsa. Se añade entonces la crema y se calienta bien, con mucho cuidado de no

dejar cocer la salsa para que no se corte. Se vierte por encima de las perdices y se sirve.

Se puede adornar la fuente con triángulos de pan de molde fritos o con coles de Bruselas

cocidas y rehogadas con mantequilla.

877.—PERDICES CON UVAS (6 personas)

3 perdices más bien pequeñas y tiernas,

1 vaso (de los de vino) de agua,
45 gr. de manteca de cerdo,
400 gr. de uvas blancas,
3 cucharadas soperas de aceite,
3 cucharadas soperas de coñac,
1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
sal y pimienta.

Una vez preparadas las perdices, se salan en el interior, se untan con un poco de

manteca y se salan por fuera, metiendo

en el interior de cada una un puñadito de
uvas peladas.

En una cacerola (o, mejor, una
«cocotte») se pone el aceite a calentar,
se añaden

entonces las perdices, se doran por
todos lados, volviéndolas con cuidado
de no

pincharlas. Una vez doradas, se rocían
con el vino, se espolvorean con
pimienta, se

tapa la cacerola y, a fuego más bien
lento, se dejan una hora (más o menos,
según sean

de tiernas), volviéndolas de vez en cuando.

Mientras tanto se pelan las demás uvas.

Cuando las perdices están tiernas, se les ponen las uvas alrededor.

En un cazo pequeño se calienta el coñac, se prende con una cerilla y, una vez

prendido, se rocía con él las perdices, procurando que el coñac se quemé lo más

posible. Se vuelve a tapar la cacerola y se deja otros 5 minutos a fuego mediano.

Se sirven las perdices partidas en dos a

lo largo, con las uvas alrededor y la salsa por encima.

Si la salsa fuese un poco escasa, se le puede agregar unas cucharadas soperas de agua

muy caliente, revolviendo bien la salsa antes de servirla.

878.—PERDICES CON MELON

Se prepara exactamente igual que las perdices con uvas, pero sustituyendo las uvas por

dados de melón.

Los dados deben ser de 2 x 2 cm., es decir, grandecitos. El melón debe ser bueno, dulce

y bien maduro.

879.—PERDICES ESTOFADAS (4 personas)

1.^a receta:

2 perdices tiernas,

2 cucharadita (de las de moka) de pimentón,

1 vaso (de los de vino) bien

1 cucharadita (de las de moka) de

mostaza,

*lleno de aceite, 1 vaso (de los de vino)
bien lleno 1 vaso (de los de vino) de
aceite para freír el pan de vino blanco,*

(sobrar ),

1 cebolla grande (200 gr.),

1 rebanada de pan frito,

1 tomate pequeño (100 gr.),

1 cucharada sopera de vinagre,

20 gr. de mantequilla (una nuez),

2 dientes de ajo grandes,

pimienta molida, canela en polvo, nuez moscada sal.

rallada, orégano,

Se preparan las perdices. En un mortero se machacan los dientes de ajo pelados con la

sal. Con esto se untan las perdices por dentro y por fuera. Se ponen en una

cacerola y se les añade en crudo el aceite, el vino, la mantequilla, la cebolla pelada y

picada, el tomate entero (lavado y secado) y la mostaza; la canela, la nuez

moscada, la pimienta y el orégano (de cada cosa un pellizquito). Después se añade

el pimentón. Se tapa la cacerola y se pone a fuego lento, dándoles a las perdices

la vuelta de vez en cuando. Después de una hora de estarse guisando, se fríe una

rebanada de pan; al estar dorada, se retira del aceite y caliente aún se rocía con

el vinagre. Se mete a cocer con las perdices más o menos durante otra hora. Este

tiempo depende de lo duras que sean las perdices, teniendo que vigilar: si una es más

tierna, se sacará antes que la otra y se reservará al calor.

Se sacan, se trinchan en dos o cuatro partes, se pasa la salsa, con el pan y la cebolla,

por el chino o el pasapurés y se vierte por encima de las perdices.

Se pueden adornar con cebollitas francesas cocidas aparte (véase receta 324) o

triángulos de pan frito.

2.^a receta:

2 perdices medianas,

1 cabeza pequeña de ajos,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

12 cebollitas francesas,

1 vaso (de los de agua) de aceite,

20 gr. de mantequilla,

1 vaso (de los de agua) de agua,

*1 cucharadita (de las de moka) de
azúcar,*

*1 ramillete con una ramita de tomillo,
2 hojas de agua,*

laurel,

sal,

2 ramitas de perejil,

8 triángulos de pan de molde fritos.

Se preparan las perdices.

En una cacerola (o, mejor, «cocotte») se pone todo en crudo: las perdices (saladas por

dentro), el vino, el aceite, el agua, el ramillete, la cabeza de ajos, 4 cebollitas

peladas y enteras y sal. Se tapa la cacerola y, a fuego lento, se dejan más o menos

durante unas 2 horas (hasta que estén tiernas).

En un cazo aparte se ponen las 8 cebollitas sobrantes con agua (que justo las cubra),

sal, azúcar y la mantequilla. Se cuecen durante unos 20 minutos y se reservan.

Se sacan entonces las perdices, se trinchan en cuatro y se ponen en la fuente donde se

vayan a servir. Esta se adorna con el pan

frito, se ponen las cebollitas reservadas alrededor y la salsa por encima de las perdices. Se sirven bien calientes.

880.—PERDICES ESTOFADAS Y ENVUELTAS EN REPOLLO (6 personas)

2 perdices medianas,

6 a 12 hojas de repollo francés,

*1 vaso (de los de agua) de vino blanco,
agua,*

1 vaso (de los de agua) de aceite,

1½ cucharadas soperas de harina,

1 vaso (de los de agua) de agua,

20 gr. de mantequilla,

1 ramillete (un diente de ajo, una hoja de laurel, 2 2 cucharadas soperas de aceite,

ramitas de perejil, una de tomillo),

1 vaso (de los de agua) de leche fría (¼ litro),

2 tomates medianos maduros,

100 gr. de queso rallado,

1 cebolla mediana,

sal.

Se limpian y se preparan las perdices.

En una cacerola (o, mejor, una «cocotte») se pone todo en crudo: las perdices, saladas

ligeramente por dentro, el vino, el aceite, el agua, el ramillete, la cebolla (partida en

cuatro), los tomates (lavados, cortados en cuatro y quitadas las simientes) y la sal.

Se cubre la cacerola y, a fuego más bien

lento, se cuecen más o menos durante 2 horas

(este tiempo depende de lo duras que estén las perdices).

Mientras se van haciendo las perdices, se lavan las hojas enteras de repollo (deben

ser las hojas de fuera para que sean grandes). Se pone en una olla agua abundante con

sal y cuando hierve a borbotones se sumergen las hojas de repollo; se tapa la olla y

se cuecen más o menos 30 minutos.

Pasado este tiempo, se escurren y se reservan.

Una vez cocidas las perdices, se sacan, se trinchan las dos patas y las dos pechugas

(como si fuesen pollos asados). Se les quitan los huesos, dejando los trozos de carne lo más grandes posibles. Se reparte la carne en las 12 hojas de repollo (o en

6 si se prefieren los paquetes como de ración). Se doblan las hojas, formando un

paquete. Se van colocando en una fuente

de cristal o porcelana resistente al horno.

Se pasa la salsa por el chino y se reserva.

En una sartén se calienta la mantequilla y el aceite, se les añade la harina, se dan unas

vuelatas y, poco a poco, se agrega la leche fría. Se hace una bechamel que se cuece

unos 6 minutos. Se le agrega entonces como 2 vaso (de los de agua) de salsa. Se

mezcla bien, se cuece todo unos 5

minutos, se rectifica de sal y se vierte por

encima de los paquetes de repollo y perdiz. Se espolvorea con queso rallado y se

mete al horno a gratinar. Cuando está bien dorada la bechamel, se sirve en la misma

fuelle.

**881.—PERDICES EN SALSA CON
CASCARA DE NARANJA AMARGA
(4 personas)**

2 perdices medianas,

*1 cucharada sopera colmada de harina,
5 cucharadas soperas de aceite,
el zumo de una naranja corriente,
2 cebollas grandes (250 gr.),
2 cáscaras de naranja amarga,
1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
agua y sal.*

*1 pastilla de caldo de pollo (Starlux,
Gallina Blanca,
etc.),*

Se limpian y preparan las perdices. En una cacerola (o, mejor, una «cocotte») se pone

el aceite a calentar. Cuando está caliente, se ponen las perdices a dorar. Una vez

doradas por todos lados, se sacan y se reservan en un plato. Se pelan y se pican las

cebollas, se ponen en la cacerola y con una cuchara de madera se les dan vueltas

hasta que empiezan a dorarse; se echa entonces la harina y también se revuelve

durante unos 5 minutos. Se ponen de nuevo las perdices. Se rocían con el vino

blanco y después con el agua templada, de forma que queden cubiertas. Se ponen

las cáscaras de naranja y la pastilla de caldo machacada o desleída con una cucharada

de agua caliente (teniendo en cuenta que esto sala algo la salsa) y la sal (con

cuidado). Se tapa la cacerola y cuando rompe el hervor se baja mucho el fuego, de

manera que cuezan muy despacio

durante 2½ a 3 horas (hasta que estén tiernas). Se

sacan de la cacerola, se trinchan en cuatro partes y se ponen en la fuente de servir.

Se pasa la salsa por el chino o el pasapurés, se le añade el zumo de naranja, se prueba

de sal, rectificando si hace falta, y se rocían con algunas cucharadas de salsa.

El resto de la salsa se servirá en salsera aparte. Se puede adornar la fuente con

coditos cocidos y rehogados con mantequilla y queso rallado, o con puré

de patatas o

con coles de Bruselas cocidas y salteadas con mantequilla.

Nota.-Si la salsa se aclarase demasiado al poner el zumo de naranja, se podría añadir

una cucharadita (de las de café) de fécula de patata disuelta con 2 cucharadas soperas

de agua. Se agrega a la salsa, se cuece un par de minutos y se sirve como hemos dicho.

882.—PERDICES CON REPOLLO

(6 personas)

2 perdices medianas (tiernas),

diente de ajo, 2 ramitas de perejil, una de tomillo y

una hoja de laurel),

4 lonchas de bacon,

1 cucharadita (de las de moka) de extracto de

150 gr. de tocino veteadado,

carne (Bovril, Liebig),

3 cucharadas soperas de aceite,

agua y sal.

1 cucharada sopera de harina,

1 pellizco de hierbas aromáticas (o un ramil ete con

un

Se limpian y se preparan las perdices.

Se les ata a cada una 2 lonchas de bacon en el lomo y la pechuga y se salan ligeramente

por dentro.

En una cacerola (o, mejor, una «cocotte») se pone el aceite a calentar.

Cuando está

caliente, se ponen las perdices a dorar, dándoles la vuelta para que queden bien doradas.

Se espolvorean con harina y se cubren a media altura con agua templada. Se les

agrega el ramillete y sal (con moderación). Se tapa la cacerola y cuando rompe el

hervor se deja a fuego mediano más o menos 1½ horas.

Aparte, se lava y pica el repollo. En una olla se pone agua fría con sal y el tocino

partido en dos trozos. Cuando rompe el hervor, se echa el repollo, empujándolo al

fondo con una espumadera. Se cuece durante 25 minutos. Se escurre en un colador

grande y, una vez bien escurrido, se coloca alrededor de las perdices, así como el

tocino. Se deja con las perdices unos 15 minutos más. (Se supone que las perdices

estarán entonces tiernas.) Se sacan éstas, se les quita el bacon y el ramillete y se

trinchan en cuatro partes, que se colocan en la fuente donde se vayan a servir. Se

escurre el repollo y se pone alrededor de las perdices. El tocino se corta en tiras de

un dedo y se ponen de adorno encima del repollo.

Si la salsa está demasiado líquida, se la deja cocer destapada para que se reduzca

un poco; se cuela, se la añade el extracto de carne y se sirve aparte en salsera.

883.—PERDICES GUIADAS CON VINAGRE CALIENTE (6 personas)

3 perdices pequeñas,

1 pastilla de caldo (Avecrem de pollo),

*100 gr. de manteca de cerdo o un vaso
(de los de agua,*

vino) de aceite,

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o un
ramillete con*

1 cebolla grande (150 gr.),

*tomillo, laurel, perejil, un diente de
ajo),*

3 zanahorias medianas (125 gr.),

sal,

*1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
unos triángulos de pan de molde fritos.*

*½ vaso (de los de vino) de buen
vinagre,*

Se arreglan las perdices.

En una cacerola se pone el aceite o la manteca a calentar. Se ponen las perdices

(saladas por dentro) a rehogar; cuando están bien doradas, se sacan y se reservan en

un plato. Se echa entonces la cebolla, pelada y picada, se deja que se ponga

transparente y se añaden las zanahorias raspadas, lavadas y cortadas en rodajas. Se

rehogan bien (unos 10 minutos), se vuelven a poner las perdices y se rocían con el

vino y el vinagre. Se deshace la pastilla de caldo en un poco de agua. Se vierte, se

añade agua caliente, la necesaria para que cubra bien las perdices. Se pone sal (con

cuidado, pues el caldo sala). Se tapa la cacerola y, a fuego lento, se dejan cocer

más o menos durante 1½ horas. Este tiempo depende de lo tiernas que sean las perdices.

Se sacan de la salsa y se trinchan en dos a lo largo, se colocan en la fuente donde se

vayan a servir. Se pasa la salsa por el chino y se vierte por encima de las perdices.

Se adorna la fuente con unos triángulos de pan de molde fritos.

884.—PERDICES ESCABECHADAS

(6 personas)

3 perdices pequeñas,

1 cebolla mediana (125 gr.),

1 vaso (de los de vino) de aceite,

2 dientes de ajo,

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 ramita de apio,

1 vaso (de los de vino) de buen vinagre,

1 ramita de tomillo,

agua,

1 ramita de perejil,

3 zanahorias medianas (125 gr.),

2 hojas de laurel,

6 granos de pimienta,

sal.

Se preparan las perdices (vaciadas, chamuscadas, etc., receta 871). En una cacerola se

pone el aceite a calentar; cuando está caliente, se ponen las perdices para que se

doren. Se retiran después de unos

minutos y se reservan en un plato. Se quita casi

todo el aceite de la cacerola y se vuelven a poner las perdices, la cebolla pelada y

picada en trozos grandes, las zanahorias raspadas, lavadas y cortadas en rodajas, el

tomillo, el laurel, el perejil, el apio y los dientes de ajo, que se atan juntos con un hilo.

Se echan los granos de pimienta y se rehoga todo durante 5 minutos. Se añade

entonces el vino blanco y el vinagre, se

tapa la cacerola y se deja durante 10

minutos a fuego mediano; pasado este tiempo, se añade agua para que cubra

justo las perdices. Se sala y se cuecen tapadas a fuego lento durante más o

menos 1½ horas (depende de lo tiernas que sean las perdices).

Se retira la cacerola del fuego y se dejan enfriar en su salsa. Si se va a comer, se sacan

y se cortan por la mitad. Se pasa la salsa por el chino y se cubren con ella.

Si se han de conservar, se dejan enteras

y se ponen en una olla de barro o un cacharro

de cristal con boca más bien estrecha. Se cubren con salsa de cocerlas, sin pasar

por el chino, de modo que queden bien cubiertas. Se vierten unas cucharadas soperas

de aceite y se tapa muy bien la olla, que se conservará en sitio fresco.

Para servir las, se trinchan en dos, se adornan con las rodajas de zanahoria y se cuele la

salsa, que se echa por encima.

Se sirven frías en los dos casos.

BECADAS

885.—MANERA DE PREPARAR LAS BECADAS

Se calcula una becada por cada 2 ó 3 comensales.

Se deben tener unos 4 ó 5 días después de muertas colgadas por las patas, al aire libre,

en sitio fresco, pero sin humedad y sin pelarlas.

Cuando se van a guisar, se despluman, se les quitan los ojos y la molleja, pero

no se

vacían. Se flamean, se salan y se les pone pimienta por dentro y por fuera; así están

preparadas para el guiso que más guste.

886.—BECADAS ASADAS (6 personas)

3 becadas,

6 costrones de pan,

6 lonchas de tocino veteado, finas,

sal y pimienta.

Se preparan las becasas como va explicado anteriormente. Después se envuelven en

unas lonchas finas de tocino, que se sujetan con un hilo. Se atraviesan con el asador

y se meten a horno bien caliente y previamente calentado durante unos 10 minutos.

Se ponen unos costrones de pan debajo de las becasas, con el fin de que recojan

el jugo que éstas rezuman. Si el asador da vueltas, mejor; si no habrá que darles

vueltas bastante a menudo. Se asan 20

minutos (más o menos, según tamaño).

Una

vez asadas, se trinchan en dos a lo largo (se vacían las tripas si se quiere) y se

pone el tocino encima de los costrones y las medias becasas encima. Se sirven así bien

calientes.

Nota.-Hay quien en el momento de pasarlas a la mesa y en la misma fuente las rocían

con coñac previamente calentado (sin que llegue a hervir) y prendido con una cerilla.

Resulta bonito y sabroso servir las así flameantes.

887.—BECADAS EN CACEROLA (6 personas)

3 becadas,

1 vaso (de los de vino) de jerez,

6 lonchitas de tocino veteado,

unas cucharadas soperas de agua caliente,

50 gr. de manteca de cerdo o 4 ó 5 cucharadas sal y pimienta molida.

soperas de aceite,

Se preparan igual que para asarlas. Se pone la manteca de cerdo o las cucharadas

soperas de aceite en una cacerola (o, mejor, una «cocotte»). Cuando está caliente la

grasa, se ponen las becasas, se doran por todos lados y se cubre la cacerola. Se hacen a

fuego mediano durante unos 20 a 25 minutos, dándoles la vuelta de vez en cuando.

En mitad de la cocción se les añade el jerez.

Una vez hechas las becasadas, se sacan y se trinchan en dos a lo largo. Se les quitan las

tripas, que se pondrán en la salsa. Se colocan en una fuente las medias becasadas y

se tienen al calor. Se rasca bien el fondo de la cacerola, se agregan unas 3 ó 4

cucharadas soperas de agua hirviendo y se pasa la salsa por el chino, apretando muy

bien. Se vierte por encima de las becasadas y se sirve.

Se puede adornar la fuente con

triángulos de pan frito o bolas de puré de patatas.

888.—BECADAS CON COÑAC (6 personas)

3 becadas,

el zumo de ½ limón,

100 gr. de manteca de cerdo,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 vaso (de los de vino) bien lleno de coñac,

sal y pimienta molida.

Se preparan las becadas (receta 885).
Se salan y se les unta muy bien con
manteca de

cerdo, por fuera, y se mete dentro de
ellas como una avellana de manteca. Se
asan a

horno caliente y previamente calentado.
Se asan sólo durante 12 a 15 minutos. Se

sacan y se trinchan como si fuese un
pollo, quitándoles las dos pechugas y las
dos

patas. Se recoge bien el jugo rosado que
sueltan al trincharlas y se reservan las

partes trinchadas en una fuente al calor.

Los caparazones se pican en la tabla de la carne con un cuchillo o un machete.

En un cazo mediano se pone el coñac a calentar y se prende con una cerilla. Una

vez apagado, se le añade lo picado, el jugo de las becasas, sal y pimienta. Se

cuece a fuego vivo, dando vueltas con una cuchara de madera durante 10 minutos.

Se pasa por el chino, apretando mucho. Una vez colada la salsa, se sala y se pone

pimienta; se agrega el zumo de limón y el perejil. Se vierte esta salsa por

encima

de las becasas y se sirve con triángulos de pan frito o bolitas de puré de patatas.

CODORNICES

889.—MANERA DE PREPARAR LAS CODORNICES

Las codornices se deben comer lo más rápidamente posible después de cazadas. Se

despluman, se flamean con alcohol para quitarles la pelusa, se vacían y se salan.

Normalmente se calcula una o dos codornices por persona, según sean de

gruesas.

890.—CODORNICES ASADAS (6 personas)

6 codornices bien gorditas,

50 gr. de manteca de cerdo,

6 lonchas de tocino finas,

3 ó 4 cucharadas soperas de agua caliente,

6 hojas de viña (si se tienen, pero, aunque resultan 2 manojos de berros,

muy buenas con ellas, es facultativo),

6 rebanadas de pan frito,

sal.

Se preparan las codornices como va explicado anteriormente. Una vez saladas, se untan

con un poco de manteca las hojas de viña y se aplican contra las pechugas. En el

lomo se pone el tocino. Se unta también con un poco de manteca. Se atan y se

meten a horno mediano (previamente calentado) durante 15 ó 20 minutos (en una

besuguera).

Se les quita el tocino y la hoja de viña. Se colocan sobre una rebanada de pan frito,

con el tocino por encima. Se rocían con jugo y se sirven en seguida con la fuente

adornada con unos montoncitos de berros ligeramente aliñados.

891.—CODORNICES EN NIDO DE PATATAS PAJA (6 personas)

Se preparan igual que para asadas, pero no se les pone la hoja de viña. Se fríen las

patatas paja. Se forman los nidos y se coloca en cada uno una codorniz con la pechuga hacia arriba. Se pone el tocino encima y se sirven.

La salsa se pondrá en salsera aparte. Si ésta fuese poca, se le añade una cucharada

sopera de agua hirviendo. Se rasca bien el fondo de la besuguera con un tenedor y

se revuelve bien esta salsa.

**892.—CODORNICES EN
CACEROLA (6 personas)**

6 codornices bien gorditas,

4 ó 5 cucharadas soperas de agua caliente,

6 lonchas de tocino finas,

sal,

6 hojas de viña,

6 rebanadas de pan frito.

50 gr. de manteca de cerdo.

3 cucharadas soperas de aceite,

Se preparan igual que para asadas. Una vez preparadas, se pone el aceite en una

cacerola (o, mejor, una «cocotte») a calentar. Cuando está caliente, se ponen las

codornices y se doran por todos lados; se baja el fuego y se dejan ya a fuego

mediano durante unos 15 ó 20 minutos, destapadas.

Se sacan, se les quita el tocino y las hojas y se ponen en una fuente encima de las

rebanadas de pan frito. Se rasca la cacerola con un tenedor, se añaden las cucharadas

de agua caliente, se mueve bien la salsa,

que se servirá en salsera aparte o rociando las codornices.

893.—CODORNICES EN PIMIENTOS (6 personas)

12 codornices,

100 gr. de panceta en lonchas finas,

12 pimientos verdes (de suficiente tamaño para 5 cucharadas soperas de aceite,

que quepa una codorniz dentro de cada uno),

sal.

Se preparan las codornices (receta 889).

Se salan las codornices por dentro y por fuera. Se envuelve cada pieza con una loncha

de tocino de panceta. Se les quita el rabo a los pimientos y se vacían de las simientes. Se mete cada codorniz dentro de cada pimiento.

En una cacerola se pone el aceite que cubra ligeramente el fondo (5 cucharadas más o

menos), se calienta un poco y se ponen los pimientos. Se guisan a fuego mediano,

más bien lento, tapando la cacerola, de forma que se vayan haciendo con el jugo de los

pimientos y del tocino. Se destapa de vez en cuando para darles la vuelta, con cuidado de no estropear los pimientos.

Se tendrán haciendo más o menos 40 minutos. Se sirven calientes con su jugo.

894.—CODORNICES EN SALSA (6 personas)

12 codornices,

*pimienta en polvo, nuez moscada,
canela,*

5 cucharadas soperas de aceite,

*1 cucharada (de las de café) de
mostaza,*

3 cebollas grandes ($\frac{3}{4}$ de kg.),

sal,

12 cucharadas soperas de vino blanco,

*12 triángulos de pan de molde fritos (o
picatostes,*

*rectángulos de pan mojados en leche o
agua y*

*12 cucharadas soperas de caldo de
cocido (o agua fritos).*

y una pastilla),

Una vez desplumadas y limpias las codornices (receta 889), se pone el aceite a

calentar en una cacerola. Se fríen de manera que quede la carne blanquecina,

dándoles la vuelta y sin dejarlas que se tuesten. Se van reservando en un plato.

En el

mismo aceite se fríen las cebollas peladas y muy picadas. Se rehogan hasta que se

pongan transparentes, dándoles vueltas con una cuchara de madera, pero sin que

lleguen a dorarse (unos 6 minutos, más o menos).

Se colocan las codornices encima de la cebolla. Deben estar apretadas las unas con las

otras. Se les añade el caldo y el vino blanco (en una cucharada de éste se deshace

la mostaza antes de echarla). Se espolvorea con un poco de sal (pues el caldo

está ya salado), se añade la pimienta, la nuez moscada y la canela (la punta de un cuchillo de cada cosa). Se cubren y

se ponen a cocer; cuando rompe el hervor,

se baja mucho el fuego para que cuezan lentamente durante unas 2 a 3 horas.

Se sirven en una fuente caliente, con la salsa, sin pasar, por encima y los triángulos de

pan frito adornando la fuente alrededor.

895.—CODORNICES GUIADAS (6 personas)

6 codornices gordas ó 12 más pequeñas,

blanco (12 vasos de los de agua),

1 cebolla grande (150 gr.),

*sal, pimienta, nuez moscada y canela
(un pellizco),*

5 cucharadas soperas de aceite,

1 hoja de laurel, una ramita de tomillo.

1 plato con harina,

2 litro más o menos de vino

Se preparan las codornices (receta 889).

En una cacerola se pone el aceite a calentar; una vez caliente, se echa la cebolla pelada

y picada. Cuando ésta empieza a dorar (6 minutos más o menos), se pasan las codornices por harina y se ponen en la cacerola. Cuando están doradas, se les echa la sal, la pimienta, un poco de nuez moscada rallada y un pellizco de canela. Se

rocían con vino blanco (que las debe medio cubrir). Se agrega el laurel y el tomillo, se pone un papel de estraza encima de la cacerola y encima la tapadera.

Se cuecen a fuego mediano, sacudiendo la cacerola de vez en cuando.

Cuando las codornices están cocidas (unos 25 minutos más o menos), se sacan de la

salsa, se ponen en la fuente (caliente) donde se vayan a servir. Se quita el laurel y

el tomillo y se pasa la salsa por el chino, apretando bien la cebolla. Se vierte por

encima de las codornices.

Estas se podrán adornar con triángulos de pan frito.

FAISANES O POULARDAS

896.—FAISANES O POULARDAS (6 personas)

1 faisán de 2 kg. (o una poularda),

1 cucharada sopera rasada de pan rallado,

4 lonchas finas de tocino veteadado,

100 gr. de jamón serrano en cuadraditos,

100 gr. de manteca de cerdo,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

1½ vasos (de los de agua) de caldo de cocido (o 1 lata pequeña de guisantes

agua y unas pastillas de Gallina Blanca, Starlux,

etc.),

(100 gr.),

sal.

Se arreglan igual que los pollos (recetas 820 y 821).

Una vez flameado, etc., se sala por dentro y por fuera y se atan las lonchas de tocino

en el lomo y la pechuga. Se unta con la punta de los dedos con la manteca de

cerdo, se coloca en una besuguera y se mete a asar a horno mediano durante $\frac{3}{4}$ de

hora, igual que un pollo, dándole la vuelta de vez en cuando.

Después de asado el faisán, se le quita el tocino y se trincha. Se ponen los trozos en

una cacerola con la salsa que haya soltado, se rocía con el caldo y se le añade el

jamón en cuadraditos, las zanahorias peladas, lavadas y cortadas en rodajas finas y el

pan rallado. Se ponen a fuego mediano lento. Cuando las zanahorias están tiernas (más

o menos 30 minutos), se agregan los guisantes, se dejan unos 5 ó 10 minutos para que

se calienten bien y se sirven en una fuente.

Se puede adornar la fuente con champiñones frescos (véase receta 424), o unos fondos

de alcachofas, rehogados con un poco de aceite y espolvoreados con perejil picado.

Nota.-Las poulardas, siendo más tiernas, tienen que hacerse durante menos tiempo.

CORZO O CIERVO

897.—PIERNA DE CORZO CON SALSA DE GROSELLA (8 a 10 personas)

1 pierna de 2½ kg.,

200 gr. de piltrafas de carne de corzo,

5 cucharadas soperas de aceite,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 cucharada (de las de café) de hierbas

*aromáticas $\frac{3}{4}$ de litro de buen vino
tinto (Burdeos),*

*(o machacar laurel, tomillo y pimienta
juntos),*

*1 cucharada sopera de fécula de
patata,*

un poco de nuez moscada,

2 vaso (de los de vino) de coñac,

*1 vaso (de los de vino), poco lleno, de
agua*

caliente,

$\frac{1}{2}$ frasco o lata de jalea de grosella

(250 gr.).

sal.

Salsa:

2 chalotes,

1 mata de apio pequeña (o 2 grande),

Se machacan el laurel y el tomillo
juntos, si no se tienen hierbas aromáticas
ya

mezcladas. Se mezclan con el aceite, así
como la pimienta y la nuez moscada.

Con

esto se unta bien la pierna de corzo y se

deja en sitio fresco (en una besuguera)

durante 3 ó 4 horas. Cuando se va a asar, se enciende el horno 10 minutos antes.

Se mete la besuguera o bandeja de horno con la pierna y se asa durante $1\frac{1}{4}$ horas.

Pasado este tiempo, se sala y se va echando el agua poco a poco. Se deja otros $\frac{3}{4}$

de hora, pero sin rociar el asado, para que se forme una costra muy dorada.

Mientras tanto se hará la salsa de grosella (receta 88).

Se saca la pierna, se trincha como una pierna de cordero y se sirve con la salsa en

salsera aparte.

898.—CIERVO O CORZO EN CAZUELA (8 a 10 personas)

2 kg. de carne de ciervo (de lomo o chuletas 1 cucharada (de las de café) de azúcar,

deshuesadas),

1 puñado de uvas pasas,

1½ litros de leche fría,

8 ciruelas pasas,

$\frac{3}{4}$ de kg. de cebolla,

1 ramita de tomillo,

1 vaso (de los de vino) de aceite,

10 granos de pimienta,

4 cucharadas soperas de coñac,

5 clavos (de especias),

$\frac{1}{4}$ kg. de cebollitas francesas,

*12 vasos (de los de vino) de caldo (o
agua con una*

agua,

pastilla de Aavecrem, Knorr, etcétera),

20 gr. de mantequilla,

sal.

La víspera por la noche se pone la carne de ciervo en una cacerola y se cubre con

leche cruda y fría. Tiene que estar así unas 12 horas, volviéndola de vez en cuando.

Cuando se va a guisar, se saca la carne de la leche, se pone en una cacerola y a fuego

vivo se vuelve un par de veces durante 5 minutos para que suelte toda la leche.

Una vez reseco el trozo de carne, se flamea con el coñac calentado en un cazo

pequeño y prendido con una cerilla. Se rocía con el aceite, se agregan las

cebollas picadas, el tomillo, la pimienta, los clavos y la sal.

Se pone a fuego mediano y, poco a poco, se le va añadiendo el caldo.

Se cubre la cacerola y se hace durante 1¼ horas, volviendo la carne de vez en cuando.

Pasado este tiempo, se añaden las pasas y las ciruelas con los huesos quitados.

Se

vuelve a dejar unos $\frac{1}{4}$ de hora.

Se preparan las cebollitas francesas, pelándolas y poniéndolas en un cazo con agua

fría que justo las cubra, la mantequilla, el azúcar y la sal. Se cuecen unos 20

minutos y se reservan. Una vez hecha la carne, se saca, se trincha y se pone en

una fuente al calor. Se pasa la salsa por el chino y se sirve en salsera. Se

adorna la carne con las cebollitas escurridas y se puede añadir también de

adorno patatas cocidas o compota de manzanas.

PASTELES-TERRINAS

899.—PASTEL-TERRINA DE CARNES VARIADAS E HIGADITOS

DE POLLO (8

personas)

1/4 kg. de higaditos de pollo (sin el corazón y sin la 125 gr. de nata líquida montada,

hiel),

4 cucharadas soperas de coñac,

1 pechuga entera de pollo (400 gr. con huesos),

6 clavos (especias),

150 gr. de tocino veteadado,

2 hojas de laurel,

350 gr. de magro de cerdo,

1 ramita de tomillo,

300 gr. de tocino sin vetas,

sal y pimienta molida.

3 huevos,

En crudo se deshuesa la carne de la pechuga de pollo. Se pica (o se manda picar en la

carnicería) todo junto: el tocino entrevetado, el magro de cerdo, la carne de pollo y los

higaditos. Una vez bien picado, se pone en una ensaladera. Se baten los huevos como

para tortilla y se agregan al picado; se añade después el coñac, la nata montada (con

el aparato de montar las claras, con cuidado de no batir demasiado para que no se haga

mantequilla), la sal y la pimienta. Se mezcla todo muy bien.

Se corta en lonchitas muy finas el tocino sin betas y se cubre con ello el fondo y las

paredes de una terrina (especial para hacer patés, de loza o porcelana). Se echa la

mezcla dentro, apretando con una cuchara de madera, con el fin de que no queden

huecos. Se cubre por encima la carne con lonchitas de tocino, en el cual se

hincarán los clavos, y por encima se pone el laurel y el tomillo. Se cubre con la

tapadera de la terrina y se pone al baño maría en agua caliente.

Se mete a horno mediano (encendido 10

minutos antes) durante horas. Pasado este

tiempo, se apaga el horno y se deja enfriar dentro de él el pastel. Cuando está frío,

se saca del horno, se quita la tapadera, se cubre con un papel de plata y se pone

algo de peso encima (una plancha, etc.) Se pone en sitio fresco durante unas 3 ó 4

horas (puede ser más tiempo).

Para servir el pastel se le quita el tomillo, el laurel y los clavos. Se vuelca y con un

cuchillo se quita el tocino que le cubre. Se corta en lonchas medianamente finas y

se sirve frío adornado con berros o lechuga.

900.—PASTEL TERRINA DE LIEBRE (8 a 10 personas)

400 gr. de magro de cerdo (aguja),

350 gr. de tocino sin veta,

400 gr. de ternera (aleta o babilla),

2 vaso (de los de vino) de buen coñac,

1 liebre grandecita,

1 ramita de tomillo,

150 gr. de tocino no muy veteado,

sal, pimienta molida, nuez moscada y estragón en

polvo.

Se cortan en crudo unas tiras de carne en el lomo y trasero de la liebre como el dedo

meñique de finas.

Se cortan así también el magro de cerdo, la ternera y el tocino entrevetado.

Se corta en lonchitas muy finas el tocino

y se tapiza el fondo y las paredes de una terrina de loza. Se colocan las tiras primero de ternera, encima de liebre y, por

encima de éstas, el magro de cerdo. Se alternan en las tres capas alguna tira de

tocino entrevetado. Se va salando y poniendo la pimienta, la nuez y el estragón entre

cada una de las capas y se repite la operación hasta llenar la terrina y acabar las tres

clases de carne. Se rocían entonces con el coñac. Se cubren las carnes con

lonchas

de tocino y se pone entonces la ramita de tomillo y, si se quiere, algunos huesos de

la liebre.

Si la terrina tiene un agujero en la tapadera (chimenea), se cierra el borde

haciendo una masa con harina y agua como para lacrar; si no es inútil hacer esto.

Se coloca la terrina en una cacerola con agua caliente para que cueza al baño maría,

pero con buena altura de agua. Se mete a horno mediano durante 3 horas.

Una vez hecho el pastel, se saca del horno y del agua. Cuando la terrina está

templada, se destapa, se quitan los huesos y el tomillo y se cubre con un papel de

plata. Se coloca algo de peso encima (una plancha, por ejemplo) para que siente el

pastel y se deja en sitio fresco unas horas (6 u 8 por lo menos).

Se suele servir en su misma terrina, quitando la capa de tocino de encima.

**901.—PASTEL TERRINA DE
HIGADO DE CERDO (8 a 10
personas)**

2 kg. de hígado de cerdo,

4 cucharadas soperas de coñac,

*½ kg. de carne de cerdo picada (aguja
o carne con 2 huevos,*

algo de grasa),

1 pellizco de hierbas aromáticas,

350 gr. de tocino sin vetas,

sal y pimienta.

Se corta el tocino en lonchitas muy finas y con ellas se tapiza la terrina de loza (fondo y paredes).

Se pica la carne no demasiado fina y se pica también el hígado, pero éste casi deshecho.

En una ensaladera se mezclan muy bien las dos carnes, la sal, la pimienta y las hierbas.

Se añaden los 2 huevos batidos como para tortilla y el coñac. Una vez bien mezclado

todo, se vierte en la terrina, se aprieta un

poco con una cuchara para que no quede ningún hueco. Se cubre con lonchitas de tocino y se pone la tapadera de la terrina.

Si ésta tiene un agujerito (chimenea) en el asa de la tapadera, se hará una masa con

agua y harina y se cierra como con lacre todo el borde de la tapadera. Si no lleva chimenea, no es necesario.

Se pone la terrina en una besuguera con agua caliente (baño maría) y se mete a horno

suave durante unas 4 horas.

Pasado este tiempo, se saca la terrina del horno y del agua y se deja reposar durante 48

horas antes de abrirla y de poder comer el pastel.

Este se suele servir en su mismo molde, quitando la capa de tocino de encima.

902.—PASTEL DE PERDIZ (6 a 8 personas)

½ kg. de aleta de ternera (u otro trozo magro),

1 perdiz mediana,

1/4 kg. de magro de cerdo,

6 huevos,

150 gr. de jamón serrano (en una loncha),

1 vaso (de los de vino) de jerez,

1 caja de trufas,

pimienta molida y sal.

Caldo:

Agua,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

2 litro de vino blanco,

2 puerros medianos,

½ kg. de huesos de rodilla de vaca (ó 2 pata de 1 ramita de tomillo,

ternera en trozos),

1 hoja de cola de pescado,

sal.

Se manda picar en la carnicería la ternera con el cerdo (en crudo).

Se mezcla esta carne picada con el jugo de las trufas, el jerez y los huevos. Se mezcla

muy bien y se añade sal y pimienta. Se extiende en una mesa un paño limpio

sobre el que se coloca 7, de la mezcla de la carne; encima se colocan tiras de jamón,

alternando con trozos (lo más grandes posible) de carne de perdiz cruda y tiritas de

trufa. Se vuelve a poner carne picada y otra capa de jamón, perdiz y trufas. Se cubre

con el resto de la carne picada y se enrolla el trapo, dándole bonita forma a la carne.

Se atan las dos puntas con una cuerda y se cose el trapo por la abertura del costado.

En una olla se pone agua abundante fría. Se vierte el vino blanco, se echan los huesos,

las zanahorias raspadas y cortadas en rodajas gorditas, los puerros cortados en dos

a lo largo y el tomillo. Se sala poco. Se sumerge la carne y se pone al fuego.

Cuando rompe a hervir, se cuece despacio durante 3 horas. Pasado este tiempo, se

saca la carne y, sin desenvolverla, se pone en sitio fresco con algo de peso encima

para que adquiriera bonita forma. Cuando está fría, se desenvuelve. Debe estar

prensada unas horas (4 ó 6 por lo menos).

Se cuele el caldo, primero por un colador y después por un paño fino y limpio. Se

agrega una hoja de cola de pescado, previamente cortada y remojada en un poco

de agua. Se mezcla bien y se deja enfriar

para que cuaje.

Se trincha el pastel y se adorna con la gelatina picada y unas hojas de lechuga.

Este pastel se puede hacer también con pollo o pavo.

Nota.-Si sobrase caldo, se podría gastar como caldo para sopa, etc.

903.—PASTEL DE TERNERA (8 a 10 personas)

1 aleta de ternera pequeña ($\frac{3}{4}$ de kg.),

3 cucharadas soperas de aceite,

$\frac{3}{4}$ kg. de carne de ternera picada,

1 cebolla mediana (100 gr.),

150 gr. de jamón serrano en una loncha,

1 vaso (de los de agua) de vino blanco,

150 gr. en una punta de jamón serrano picada con 1 cucharadita (de las de moka) colmada de hierbas la carne,

aromáticas (o un ramillete con laurel, tomillo, perejil

y ajo),

125 gr. de miga de pan (del día anterior),

*1 vaso (de los de agua) no lleno de
leche hirviendo,*

*125 gr. de champiñones de París
frescos,*

agua fría,

*2 pata grande de ternera en trozos,
chamuscada y*

lavada,

sal y pimienta negra molida.

Se pone la miga de pan en remojo con la
leche hirviendo, y mientras tanto se
limpian

y se lavan muy bien los champiñones; se secan con un trapo limpio y se pican

bastante menudos.

En una ensaladera se pone la carne picada con el jamón; se le añade la miga de pan

(si ésta se ve muy caldosa, se escurre un poco la leche, cogiendo el pan en la mano

y estrujándolo ligeramente). Se añaden los champiñones. Se sala y se echa pimienta;

con la mano o con una cuchara de madera se mezclan muy bien todos estos

elementos. Se pone esta pasta encima de la aleta y se coloca el jamón serrano en tiras de 2 cm. de ancho y todo lo largo de la loncha. Se enrolla la carne y se envuelve muy bien en un trapo muy fino o en una gasa grande. Se atan bien las puntas con una cuerda, y el centro de la abertura de la gasa con un palillo para que no se abra.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente, se añade la cebolla

picada, se deja dorar (unos 6 minutos) y se agrega la pata de ternera en trozos; se

dora un poco ésta y se añaden las hierbas aromáticas y el vino blanco. Se porte la

aleta y se cubre con agua. Se echa un poco de sal y se pone a cocer tapando la

cacerola. Cuando rompe el hervor, se deja cocer suavemente unas 3 horas. Se

saca la carne y se escurre un poco. Aún envuelta, se deja en una mesa con algo

de peso encima hasta que esté fría. Se puede guardar entonces en la nevera,

quitándole la gasa y envolviéndola con papel de aluminio.

Se deja hervir suavemente una hora más el caldo de cocer la carne, destapado.

Se cuele

y se pone en un plato hondo en la nevera para que cuaje en gelatina.

Al ir a servir, se trincha la carne y se adorna con hojas de lechuga y la gelatina picada

todo alrededor.

904.—PASTEL DE POLLO, JAMON Y TERNERA (6 personas)

400 gr. de ternera picada,

2 vaso (de los de vino) de jerez,

150 gr. de jamón serrano en una loncha,

100 gr. de manteca de cerdo,

1 pechuga de un pollo grande y asado,

1 cucharada sopera de pan rallado,

2 huevos,

sal y pimienta.

Cogiendo un poco de manteca de cerdo, se unta un molde alargado (de hacer

bizcocho o

cake).

En una ensaladera se mezcla muy bien la ternera, el pollo picado no muy menudo, los

huevos batidos como para tortilla, el resto de la manteca de cerdo, el pan rallado,

el jerez, la pimienta y la sal.

Se corta en tiras finas el jamón. Se pone la carne en el molde, alternando con las tiras de

jamón.

Se pone el molde al baño maría en el horno a temperatura mediana, cubriéndolo con

un papel de 'plata, y se cuece durante 2 horas.

Se saca del horno y del agua y, al estar templado, se pone algo de peso encima del papel para prensar un poco el pastel. Se deja unas horas en sitio fresco. Se pasa

un cuchillo por los costados del molde y se desmolda en la fuente donde se vaya a

servir.

Se sirve con un adorno de berros o lechuga.

905.—PASTEL TERRINA DE POLLO Y JAMON (8 a 10 personas)

1 pollo de 1¼ kg.,

Caldo gelatina:

1 loncha gruesa de jamón serrano (150 gr.),

1 pata de ternera,

100 gr. de tocino (en lonchas finas),

los despojos del pollo,

1 hoja de laurel,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

1 ramita de tomillo,

1 puerro mediano,

4 cucharadas soperas de aceite,

2 ramitas de apio,

1 cebolla pequeña (60 gr.),

1 hoja de laurel,

2 cucharadas soperas de coñac,

¼ vaso (de los de vino) de vino blanco,

sal y pimienta.

agua y sal.

En una olla se ponen 3 litros de agua fría (más o menos). Se van echando: la pata de

ternera (quemados los pelos y lavada) partida en trozos, los despojos de pollo (también

preparados, receta 819), las zanahorias peladas, lavadas y cortadas en trozos, el puerro,

el apio y la hoja de laurel, enteros, el vino blanco y la sal. Se pone a cocer y,

cuando rompe el hervor, se deja a fuego mediano durante 2 ó 2½ horas. Se aparta del fuego y se cuela. Se deja enfriar y si se forma grasa arriba se quita con una cuchara.

En una cacerola se pone el aceite a calentar y se añade el pollo cortado en dos a lo

largo (una vez flameados los pelos y limpio). Se añade la cebolla partida en cuatro

y la sal. Se rehoga y se hace durante 25 minutos. Se separa del fuego y, cuando está

frío, se le quita la piel. Se pone la carne en la tabla y se pica con el machete o un cuchillo en trocitos muy pequeños. Se pica igual el jamón.

Se tapiza el fondo de la terrina con las lonchitas de tocino.

Se pone una capa de pollo y jamón mezclados y se vierte **un** poco de caldo, se vuelve

a poner pollo, jamón y caldo hasta llenar la terrina. Se rocía con el coñac y encima

se pone el tomillo y la otra hoja de laurel. Se cierra la terrina con su

tapadera y se

pone al baño maría con bastante agua caliente para que cubra los costados de la

misma. Se mete en el horno mediano (previamente calentado durante 10 minutos)

durante 45 minutos.

Pasado este tiempo, se saca la terrina y se pone en sitio fresco, destapada.

Si se viese que el pastel tiene poco caldo, se puede añadir un poco.

Se deja reposar por lo menos 6 horas

hasta que esté bien cuajado. Se puede preparar

también de un día para otro.

Se desmolda y se le quita el tocino del fondo, sirviéndose con una ensalada para

acompañar.

906.—PASTEL DE CABEZA DE CERDO (8 a 10 personas)

1/4 kg. de carne de cerdo magra (sin grasa),

agua fría,

1 kg. entre pata, oreja y morro de cerdo,

2 zanahorias medianas (100 gr.),

1 cebolla mediana (60 gr.),

1 hoja de laurel,

6 clavos (de especias),

1 hojita de tomillo,

2 vaso (de los de vino) de vino blanco,

1 nuez moscada pequeña partida en dos,

pimienta molida y sal.

Se asa en el horno la cebolla picada,
entera y pinchada con los clavos.

Cuando está bien

tostada, se saca y se reserva.

En una olla se ponen las zanahorias
raspadas y cortadas en cuatro (dos a lo
largo y dos

a lo ancho), la cebolla (ya preparada),
el laurel y el tomillo atados con un hilo,

la nuez moscada y la carne.

La pata, el morro y la oreja se flamean
para quemar los pelos, después se lavan
bien y se

añaden a la olla. Se sala, se añade pimienta y se rocía el vino blanco. Se cubre con

agua fría, de modo que quede todo bien tapado pero sin exceso.

Se pone a fuego vivo hasta que rompe a hervir, después de lo cual se baja el fuego

para que cueza despacio durante 5 horas, cubierta la olla con su tapadera.

Se, aparta del fuego y se deja templar. Se saca la carne y se pisa en cuadraditos de un

cm. de lado; se quitan los huesos de la

pata y se pica también la carne, así como

la del morro. La oreja se corta en tiras muy finas con unas tijeras. Se mezclan todas las carnes.

En- un molde alargado (de cake) se echa caldo en el fondo (colándolo), se meten todas

las carnes y se cubre de caldo. Con un tenedor se mueve lo del molde, con el fin de

que penetre bien el caldo y quede debidamente repartida la carne. Se pone en sitio

fresco hasta que la gelatina esté cuajada.

Para servir, se pasa un cuchillo por los costados del molde y se vuelca éste en la fuente

de servir. Se adorna con berros o escarola y se sirve frío entero o bien ya partido.

907.—FOIE-GRAS

No pondré cantidades, pues siendo la receta fácil, ya se verá lo que se quiere hacer.

El mismo peso de hígado de cerdo que de manteca de cerdo (ésta en crudo, es decir, aún

sin derretir).

Se pasa junto, por tandas, por el pasapurés. Una vez hecho puré, se añade a esta pasta

un poco de coñac y huevo batido como para tortilla (para 2 kg. de hígado: 4

cucharadas soperas de coñac y un huevo).

Se pone la pasta en una flanera y se mete el molde al baño maría con agua

abundante. A partir de cuando rompe a hervir, se deja cocer una hora más o menos,

es decir, hasta que la grasa sube a la superficie. Se saca el molde del agua y se deja

enfriar el foie-gras en la flanera. Una vez frío, se desmolda y se cubre todo con la

manteca que ha rezumado arriba.

Casquería

HIGADO

El hígado, sea de ternera, cerdo, pollos, etc., se debe freír en aceite poco caliente,

sobre todo al principio, con el fin de que

no se ponga oscuro.

El tiempo depende exclusivamente del gusto de cada cual, siendo el mínimo de 6

minutos por cada filete.

**908.—HIGADO DE TERNERA
FRITO. SENCILLO (6 personas)**

6 filetes de hígado (125 gr. cada uno),

*1 cucharada sopera rasada de perejil
picado,*

¾ de vaso (de los de agua) de aceite,

1 cucharada sopera de vinagre o zumo

de limón

(facultativo),

sal.

Se preparan los filetes, quitándoles los nervios. Se salan y se fríen por tandas en

aceite poco caliente al principio, como va dicho anteriormente. A medida que

están fritos, se ponen en la fuente se vayan a servir, y se reservan al calor.

En la sartén donde se han frito, se echa el vinagre o el zumo de limón, apartando

la sartén del fuego para que no salte el

aceite. Se calienta bien y se vierte la salsa por encima de los filetes.

Se espolvorean con un poco de perejil picado y se sirven.

Nota.-Hay a quien le gusta con un diente de ajo muy picado. Este se echa con el perejil en la sartén, y se refrién un par de minutos con la salsa. Esta llevará o no

vinagre, según guste.

También se puede sustituir el ajo, perejil y vinagre por 2 cucharadas soperas de

alcaparras, que se saltarán en la sartén después de frito el hígado.

**909.—FILETES DE HIGADO DE
TERNERA MACERADOS CON
VINO DE MALAGA (6**

personas)

*6 filetes de hígado de ternera (125 gr.
cada uno),*

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 vaso (de los de vino) de Málaga,

*1 cucharadita (de las de moka) rasada
de hierbas*

aromáticas,

1½ vasos (de los de vino) de aceite,

sal.

Se preparan los filetes, quitándoles los nervios. Se ponen en una fuente un poco honda

y se rocían con el vino y se espolvorean con las hierbas aromáticas. Se dejan

macerar durante una hora, dándoles la vuelta de vez en cuando. Pasado este tiempo,

se escurren y se secan con un paño limpio. Se salan y se fríen en el aceite

no muy

caliente, se espolvorean con el perejil picado y se rocían con la salsa de la sartén.

Se adornan con puré de patatas, o patatas fritas o verduras, según guste.

910.—FILETES DE HIGADO DE TERNERA EMPANADOS (6 personas)

6 filetes de 100 a 125 gr. cada uno, cortados finos,

1 ó 2 huevos (según sean de gordos),

1 diente de ajo (facultativo),

½ litro de aceite (sobrará),

1 ramita de perejil,

sal.

1 plato con pan rallado fino,

Se recortan los filetes para que tengan bonita forma. Se les echa sal. En el mortero se

machacan el diente de ajo, la ramita de perejil y un poco de sal. Con las puntas

de los dedos se pasa esto por los filetes. Seguidamente se pasan ligeramente por

el pan rallado (muy fino), después por el

huevo batido como para tortilla y otra

vez por el pan rallado, pero esta vez el pan tiene que quedar muy uniforme.

Se fríen en aceite abundante y bien caliente (para lo cual se prueba friendo una

rebanadita de pan). Se sirven en seguida.

911.—HÍGADO CON MOSTAZA Y BACON (6 personas)

6 filetes de hígado de ternera (125 gr. cada uno),

mostaza,

6 lonchas finas de bacon,

1/4 litro de aceite (sobrará),

sal.

Se pone un poco de sal en una de las caras de cada filete; la otra se unta de mostaza,

bastante para que cubra bien.

En una sartén se pone el aceite a calentar y se fríen bien fritas las lonchas de bacon. Se

reservan al calor (a la boca del horno).

Se quita casi todo el aceite, dejando sólo un

poco que cubra el fondo de la sartén. Estando este aceite apenas templado, se ponen uno

o dos filetes a la vez y, a fuego mediano, se fríen 5 minutos de cada lado (más o

menos, según el gusto de cada cual). Una vez fritos los filetes, se ponen en una

fuenta con las lonchas de bacon sobre la cara del filete que tiene la mostaza, y se

sirven con patatas o verduras, según se quiera.

912.—FILETES DE HIGADO DE TERNERA CON VINO BLANCO (6 personas)

6 filetes de hígado de ternera (125 gr. cada uno),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

harina en un plato,

1 pellizco de hierbas aromáticas,

1 vaso (de los de vino) de aceite,

1 cucharada (de las de café) de perejil picado,

sal.

Se salan los filetes de hígado por las dos caras y se pasan por un plato con harina,

dándoles un poco con los dedos para que la harina se pegue, pero también para quitar

la sobrante. En una sartén amplia se echa el aceite; cuando está caliente (pero no

mucho, pues el hígado está mejor frito lentamente que arrebatado), se fríen los filetes

por las dos caras rápidamente. Se dejan en la sartén y se espolvorean ligeramente

con el pellizco de hierbas aromáticas (laurel y tomillo) en polvo. Se le echa el

primer vaso de vino. A fuego mediano se deja consumir este vino, se da una vuelta a los filetes y se rocían con el segundo vaso de vino. Cuando la salsa haya cocido un poco, se sirven en una fuente los filetes espolvoreados con el perejil y rociándolos con la salsa que hay en la sartén.

**913.—ESCALOPINES DE HIGADO
CON CEBOLLA Y VINO BLANCO
(6 personas)**

*¾ de kg. de hígado hecho escalopines
(filetes 1 vaso (de los de vino) de vino
blanco,*

pequeños y finos),

1/4 kg. de cebolla picada,

harina en un plato para rebozar,

1 pellizco de estragón en polvo,

1/4 litro de aceite,

sal.

En una sartén se pone a calentar el 1/4 litro de aceite; cuando está a punto (es decir, no

muy caliente, pues el hígado se debe freír lento y no arrebatado), se fríen los filetes

(pocos a la vez) pasados por harina y sacudidos para que no tengan demasiada.

Se sacan y se reservan. Se quita el aceite y, una vez colado, se cogen 4 cucharadas

soperas y se vuelven a poner en la sartén.

Se echa la cebolla muy picada y se deja que se haga lentamente durante 15 minutos; se

añade entonces el vaso de vino blanco y se deja a fuego lento otros 5 minutos. Se

meten después los filetes en la salsa, se

cubren con tapadera y se dejan a fuego lento 10 minutos. Se sirven en seguida.

914.—HIGADO DE TERNERA (EN UN TROZO) GUISADO (6 personas)

850 gr. de hígado de ternera en un trozo (de la 1 vaso (de los de vino) de agua,

parte más gruesa del hígado),

1 buen pellizco de hierbas aromáticas (o una hoja

125 gr. de tocino,

de laurel, una ramita de tomillo, un

pellizco de polvo

de estragón, etc.),

1 cebolla mediana (50 gr.),

sal.

4 cucharadas soperas de aceite,

*1½ vasos (de los de vino) de vino
blanco,*

Con parte del tocino se mecha el hígado.
Con lo que queda se hacen unas lonchas
muy

finas y se cubre la parte de arriba del
hígado. Se ata luego el trozo de carne

como si

fuese un asado corriente.

Se pone el aceite en una cacerola y se calienta. Una vez caliente, se echa la cebolla

pelada y picada, se deja 5 minutos hasta que se pone transparente y se añade

entonces el hígado. Se dora por todos lados, se sala, se espolvorea con las hierbas

(o se pone el ramillete) y se rocía con el vino y con el agua. Se cubre la cacerola

y, a fuego mediano, se deja durante unos

35 a 40 minutos, dándole la vuelta de vez en

cuando.

Se saca entonces, se le quita la cuerda y el tocino de encima y se trincha en lonchas

medianamente finas. Se pasa la salsa por el pasapurés o el chino y se sirve por

encima la salsa o aparte en la salsaera.

Se puede acompañar el hígado con coditos (cocidos y rehogados con mantequilla y

queso rallado), con puré de patatas o

con cualquier verdura que apetezca
(coles de

Bruselas, guisantes, alcachofas, judías
verdes, etc.)

**915.—FILETES DE HIGADO CON
CEBOLLA, TOMATE Y CREMA (6
personas)**

*6 filetes de hígado de ternera (125 gr.
cada uno),*

*1 cucharada sopera rasada de perejil
picado,*

1 cebolla grande (150 gr.),

1 cucharadita (de las de moka) de

extracto de

carne (Liebig, Bovril, etc.),

4 tomates, medianos (350 gr.),

*3 cucharadas soperas de crema
líquida,*

1 plato con harina,

sal.

1½ vasos (de los de vino) de aceite,

Se preparan los filetes, quitándoles los nervios.

En una sartén amplia se pone el aceite a

calentar. Se pasan los filetes, después de salados, por la harina, sacudiéndolos un poco para que caiga la harina sobrante. Se

fríen y, una vez fritos, se reservan en un plato al calor.

En este mismo aceite se fríen las cebollas peladas y cortadas en rodajas para

formar aros. Cuando éstas están transparentes (unos 6 minutos), se añaden los

tomates pelados, cortados en trozos y quitadas las simientes. Se refríen

durante unos 15 minutos. Se agrega el extracto de carne. Se colocan entonces

los filetes en la sartén y se cubren, teniéndolos así unos 5 minutos. Se les

da la vuelta y se tienen otros 5 minutos del otro lado.

Se sacan con un tenedor y se colocan en la fuente donde se vayan a servir. Se

espolvorea en la sartén el perejil, se añade la crema separando ya la sartén

del fuego, se rectifica de sal si hiciese falta y se vierte la salsa por encima de los

filetes.

Se sirven acompañados de puré de patatas d de coditos cocidos y rehogados con

mantequilla y queso o, sencillamente, de triángulos de pan frito.

Nota.-Si no se dispone de crema, se puede sustituir por 2 cucharadas soperas de

jerez. Este se tiene que cocer un ratito con la salsa para que no esté muy fuerte.

916.—FILETES DE HIGADO CON CHAMPIÑONES (6 personas)

6 filetes de hígado de ternera (125 gr. cada uno),

zumo de ½ limón,

¼ kg. de champiñones frescos,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 plato con harina, para rebozar,

1 cucharada sopera de agua caliente,

1½ vasos (de los de vino) de aceite,

2 cucharadas soperas de vino blanco,

25 gr. de mantequilla,

sal.

Se lavan y se preparan los champiñones, cortándolos en láminas. Se ponen en un cazo

con la mantequilla, el zumo de limón y un poco de sal. Se hacen durante unos

10 minutos (receta 424). Pasado este tiempo, se reservan.

Se limpian los filetes de nervios. Se salan y se pasan ligeramente por harina.

En una sartén se pone el aceite a calentar moderadamente y se ponen los filetes a

freír por tandas. Una vez fritos, se sacan, escurriéndolos un poco, y se ponen en la fuente donde se vayan a servir.

Se ponen en la sartén los champiñones con su jugo, el perejil y el vino blanco. Se

revuelve todo un par de minutos y se echa por encima de los filetes. Se sirven en seguida.

917.—PINCHOS DE HIGADO DE TERNERA CON BACON (6 personas)

1/4 de kg. de hígado de ternera en un

trozo,

aceite,

6 lonchas de bacon (no muy finas),

6 rebanadas de pan finas,

sal.

Se corta el hígado en taquitos, se salan y se enfilan en un pincho, alternando con un

trocito de bacon, al cual se le habrá quitado la piel dura del borde. Se unta con un

pincel el aceite por todo el pincho y se

mete al horno caliente durante unos 20 minutos en una besuguera estrecha, con el fin de que las dos puntas del pincho queden en alto. Se les da una vuelta de vez en cuando para que se asen por igual.

Por debajo de los pinchos se ponen unas rebanadas de pan, para que vayan recogiendo

el jugo que cae de la carne. Se sirve enfilada la carne y con el pan debajo del pincho.

Otra manera de hacer los pinchos:

Una vez armados los pinchos, se empanan, pasándolos por huevo batido como para

tortilla y pan rallado. Se fríen entonces en una sartén con aceite abundante. Se sirven

así mismo.

918.—HIGADITOS DE POLLO (6 personas)

40 higaditos de pollo (más o menos),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

2 cebollas grandes (200 gr.),

*4 cucharadas soperas de aceite,
sal y pimienta.*

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto, se añaden las

cebollas peladas y picadas. Cuando están transparentes (5 minutos), se echan los

higaditos bien limpios de nervios y de su hiel; se salan y se les pone pimienta. Se

cuecen a fuego lento durante 10 minutos, revolviéndolos de vez en cuando. Se agrega

entonces el vino, se cubre la cacerola y se deja que se haga despacio durante unos 15

minutos más.

Se sirven en una fuente con triángulos de pan frito.

RIÑONES

919.—MANERA DE LIMPIAR Y PREPARAR LOS RIÑONES DE TERNERA PARA

CONDIMENTARLOS DESPUES

Si no se preparan muy bien los riñones, sobre todo los de ternera, por ser más

grandes,

saben a orín.

1.^a manera de limpiarlos:

Se cortan los riñones en trocitos pequeños, quitándoles toda la grasa y los

conductos. Se ponen en un colador de agujeros grandes y se les echa un puñado de

sal, revolviéndolos bien con la mano para que queden impregnados de sal todos

ellos. Se tienen así unas 2 horas. Pasado

este tiempo, se ponen, en el mismo colador,

debajo del grifo del agua fría unos 15 minutos, salteándolos de vez en

cuando para que suelten la sal. Se escurren bien y entonces están a punto para

guisar.

2.^a manera de limpiarlos:

Se cortan los riñones de ternera en cuatro trozos. Se les quitan los conductos blancos,

la grasa y las pieles. Se lavan

rápidamente en agua fresca. Se pone un cazo

con agua a cocer hasta que hierve a borbotones. Se colocan los trozos de

riñones encima de una tapadera de alambre o una rejilla y se dejan al vapor

unos 15 minutos. Sueltan todo el jugo fuerte que tienen en el interior. El agua

del cazo se pondrá oscura. Se retiran del vapor y se preparan de la manera que

se haya elegido.

**920.—RIÑONES CON VINO
BLANCO Y ARROZ (6 personas)**

1 kg. de riñones de ternera,

*1 cucharada sopera rasada de pan
rallado*

(facultativo),

350 gr. de cebollas (3 grandes),

*1 vaso (de los de vino) bien lleno de
vino blanco,*

4 cucharadas soperas de aceite,

sal.

2 ramitas de perejil,

1 diente de ajo,

Arroz blanco:

400 gr. de arroz, agua, 50 gr. de mantequilla, sal. (Receta 165.)

En una cacerola se ponen las cebollas muy picadas por encima de los riñones, ya

limpios y arreglados (receta anterior, 1.^a fórmula). Se rocía todo con el

aceite y se pone la cacerola a fuego **muy lento** durante unos 30 minutos más o

menos.

En un mortero se machaca el perejil con el diente de ajo (pelado y cortado para

que

no resbale). Se les añade el vino y esto se agrega a los riñones de la

cacerola y se cuece todo revuelto otros 5 minutos. Si se ve que el guiso

queda un poco claro, se le añade entonces un poco de pan rallado. Se sala y

se vuelve a dejar otros 5 minutos.

Se forma una corona con el arroz blanco ya rehogado. Se vuelca en la fuente donde

se vaya a servir y se echan los riñones

guisados en el centro.

Se sirve en seguida.

**921.—RIÑONES DE TERNERA
CON SALSA DE JEREZ Y ARROZ
BLANCO (6**

personas)

1 kg. de riñones de ternera,

2 cucharadas soperas de harina,

1½ vasos (de los de vino) de jerez,

2 vasos (de los de agua) de agua,

4 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Arroz blanco:

400 gr. de arroz,

50 gr. de mantequilla,

agua,

sal.

(Receta 165.)

Se cuece el arroz y se reserva.

Se limpian y se arreglan, según la 1.^a fórmula, los riñones de ternera.

En una sartén se pone la harina y con una cuchara de madera, dándole vueltas y a fuego

mediano, se tuesta, dejándola tomar color (unos 10 minutos). Se le añade el aceite

y, después de revolverlo, el jerez, el agua y la sal. Se deja cocer unos 5 minutos.

Se echan los riñones y, a fuego muy lento, se dejan cocer unos 10 minutos.

Mientras tanto se rehoga el arroz y se pone en un molde en forma de corona. Se

vuelca en la fuente donde se vaya a servir y se reserva al calor. Se ponen en el

centro los riñones y se sirven en seguida.

922.—RIÑONES CON SALSA DE TOMATE, PRESENTADOS EN ALCACHOFAS DE

PAN (6 personas)

1 riñón de ternera ($\frac{3}{4}$ de kg. más o menos),

1 yema de huevo duro,

6 panecillos o alcachofas,

2 kg. de tomates maduros,

1 litro de aceite (sobrará),

2 cucharadas soperas de aceite frito,

1 cucharada sopera de piñones,

1 cebolla mediana (60 gr.),

3 cucharadas soperas de buen jerez,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

*1 cucharadita (de las de moka) rasada
de sal.*

pimentón,

Se lavan y se preparan los riñones
(receta 919).

Se hace la salsa de tomate. En una sartén
se pone el aceite a calentar. Se lavan y
se

cortan los tomates y se les quitan las
simientes. Se pela y se pica la cebolla.
Se



agrega esto al aceite de la sartén; con el
canto de una espumadera se machaca
bien y

se refríe durante unos 15 minutos.

En un mortero se machacan la mitad de los piñones con la yema de huevo. Se deslíe

con el jerez y se agrega a la sartén, así como el pimentón, la sal y el azúcar. Se

revuelve bien todo y se pasa por el chino o el pasapurés. Se reserva al calor.

Se corta una tapadera a los panecillos o alcachofas de pan y se vacían de toda su miga.

En una sartén honda se fríen los panecillos por tandas y boca abajo, reservándolos

igualmente al calor a horno muy flojo.

En otra sartén se pone un fondo de aceite del de freír los panes (un vaso escaso de

los de vino). Se saltean los riñones, cortados en cuadraditos, durante 6 ó 7

minutos. Con una tapadera se cubre la sartén y se vuelca para quitar toda la grasa

de freír los riñones (ésta no se aprovechará, pues no es buena). Se salan

ligeramente y se revuelven con la salsa de tomate. Se agregan los piñones reservados.

Se rellenan con este revuelto los panes y se sirven en seguida.

Nota.-Se puede hacer esta receta igualmente con riñones de cerdo o de cordero. Se

pueden sustituir los panecillos individuales por una libreta grande de pan.

923.—PINCHOS DE RIÑONES DE CERDO O CORDERO, CON TOCINO Y

CHAMPIÑONES (2 personas)

2 riñones de cerdo ó 6 de cordero,

2 cucharadas soperas de aceite,

1 loncha de bacon gruesa (100 gr.),

agua y el zumo de un limón,

*125 gr. de champiñones frescos
pequeños,*

sal y pimienta.

Se cortan los riñones en dos a lo largo,
como si se abriera un libro. Se les quita
la

piel, las partes blancas y los conductos.
Se ponen en una ensaladera con agua

fría que los cubra y el zumo de ½ limón.

Se mueven un poco con la mano, se escurren y se secan muy bien con un paño limpio.

Se le quita la corteza dura al bacon y se corta en cuadrados grandecitos.

Se les quita a los champiñones los rabos o podúnculos, se lavan muy bien en agua y el

zumo de otro $\frac{1}{2}$ limón y se escurren muy bien.

Se cortan los riñones en trozos grandes y se enfilan en los pinchos metálicos, alternando

con un cuadradito de bacon y un champiñón, hasta llenar el pincho. Se salan, se

pone un poco de pimienta, y con un pincel mojado en aceite se unta todo bien. Se

ponen a horno bien caliente en una fuente, de manera que el pincho de alambre

quede en alto y los riñones no rocen el fondo de la fuente. Se les da la vuelta

algunas veces y más o menos a los 20 minutos deben estar.

Se sirven así mismo en sus pinchos, en

una fuente previamente calentada y
adornada

con montoncitos de berros o de patatas
paja.

**924.—PINCHOS SIMPLES DE
RIÑONES DE CERDO O DE
CORDERO (2 personas)**

3 riñones de cerdo u 8 de cordero,

*1 cucharada (de las de café) de perejil
picado,*

2 cucharadas soperas de aceite,

3 rebanadas de pan,

1 diente de ajo,

agua y el zumo de ½ limón,

sal.

Se cortan, se limpian, se lavan y se secan los riñones (receta 923).

Se dejan cortados en dos y se enfilan en unos pinchos de alambre. Se salan y se untan de

aceite con un pincel.

Se ponen las rebanadas de pan en el fondo de la besuguera o fuente y se posan los

riñones encima para que queden en vilo, igual que en la receta anterior. Se meten a

horno bien caliente, primero vueltos con la parte abombada hacia arriba y después

de 10 minutos se vuelven del otro lado. Se espolvorean entonces con el ajo y el perejil

muy picado y una gota más de aceite. Se tienen otros 10 ó 15 minutos más y se

sirven en una fuente, posados sobre las rebanadas de pan (esto es si se quiere), con

patatas paja de adorno.

SESOS

925.—MANERA DE LIMPIAR Y COCER LOS SESOS

Para cualquier manera de preparar los sesos, se tendrán que limpiar y cocer como va

explicado seguidamente. Esta explicación es valedera para los sesos de ternera o de

cordero.

Primero se ponen en un colador donde quepan justo (ni muy grande ni muy

pequeño) y

se colocan debajo del grifo de agua fría, que caiga suave para no estropeados.

Cuando

ya no suelten sangre, se retiran.

Se ponen en una ensaladera con agua fría abundante, que los cubra bien, y se añade

vinagre a este agua (para un seso de ternera mediano, 2 vaso de los de vino de

vinagre).

Una vez remojados durante 15 ó 20

minutos, se sacan y se les quita muy bien la

telilla que los cubre, las venas y la sangre que aún tengan. Después de limpios,

se prepara el agua para cocerlos.

1 clavo (de especia),

1 zanahoria e n rodajas,

3 granos de pimienta,

agua fría,

1 hoja de laurel,

sal.

1 casco de cebolla,

Se ponen los sesos a cocer a fuego mediano durante 20 minutos, más o menos, para un

seso de ternera. Menos tiempo para uno de cordero.

Se escurre y, para que se conserven blancos, se tapan o bien con un trapo o poniéndolos

en un tazón con un plato por encima.

926.—SESOS HUECOS (O EN BUÑUELOS) (6 personas)

1½ sesos de ternera ó 3 de cordero,

1 litro de aceite para freír (sobrará).

1.ª masa de freír:

300 gr. de harina,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

12 vasos (de los de agua) de leche fría,

*1 cucharadita (de las de moka) de
levadura Royal,*

3-cucharadas soperas de aceite fino,

sal.

2.^a masa de freír:

300 gr. de harina,

Sifón,

1 pellizco de levadura Royal,

sal.

1 pellizco de azafrán en polvo,

Se limpian y se cuecen los sesos como va explicado anteriormente. Una vez cocidos y

fríos, se cortan en trocitos (de 2 a 3 cm. de costado), se sumergen en la masa y se

fríen en seguida. Se escurren en un colador y se sirven con salsa de tomate en salsaera.

Se puede adornar la fuente con ramilletes de perejil frito (teniendo cuidado de no echar

el perejil en aceite muy caliente, pues se arrebatá).

927.—SESOS EMPANADOS (6 personas)

1½ sesos de ternera 6 3 de cordero,

1 litro de aceite para freír (sobrará).

1 plato con pan rallado,

sal,

2 huevos,

salsa de tomate y arroz blanco.

1 cucharada sopera de aceite fino,

Se preparan y se cuecen los sesos (receta 925). Se cortan en dos a lo largo (los 2

lóbulos del seso); éstos se cortan en lonchas más bien finas (de 2 cm.) En un

plato soperero se baten los huevos con la cucharada soperera de aceite y un pellizco de

sal.

Se pasan las lonchitas de seso por el huevo y luego por el pan rallado. Se aplastan un

poco con la mano para que el pan rallado se adhiera bien. Se dejan encima de un

mármol o una tabla. Se calienta bien el aceite y, cuando está en su punto (se prueba

con una rebanadita de pan), se fríen por tandas para que no se estropeen. Se ponen en

la fuente donde se vayan a servir y ésta

se reserva al calor.

Se adorna la fuente con arroz blanco (receta 165) y se sirve con salsa de tomate en

salsera aparte (receta 63).

928.—SESOS CON MANTEQUILLA NEGRA (6 personas)

6 sesitos de cordero (para este guiso son los más 3 cucharadas soperas de buen vinagre,

finos),

2 cucharadas soperas de perejil picado (facultativo),

½ kg. de mantequilla,

sal.

1 plato con harina,

Una vez preparados, cocidos y escurridos los sesos (receta 925), se cortan en dos (los 2

lóbulos enteros). Se rebozan ligeramente en harina.

En una sartén se pone algo menos de la mitad de la mantequilla a derretir.

Cuando está

derretida, se pasan rápidamente los medios sesos, dándoles la vuelta para

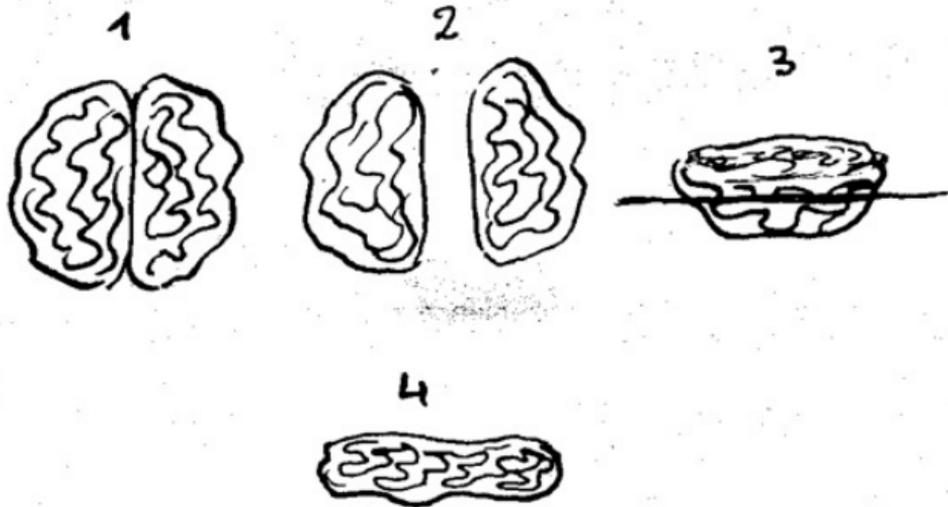
que se doren

ligeramente. Esto se hace por tandas para que no se estropeen los sesos. Se colocan

en la fuente donde se vayan a servir. Se espolvorea un pellizco de perejil en cada

trozo, Se añade el resto de la mantequilla y se fríe hasta que se ponga oscura (no

mucho, pues se quema y no tiene buen sabor). Se agrega entonces el vinagre,



separando la sartén del fuego, y volviéndola a poner al calor una vez echado el

vinagre. Se revuelve bien y con esta salsa se rocían los sesos, que se servirán en

seguida para que no se enfríe la mantequilla. Nota.-Se puede sustituir el

vinagre por

alcaparras.

**929.—SESOS EN SALSA
BECHAMEL CLARITA (POLLITA)
(6 personas)**

4 sesos de cordero,

1 vaso (de los de vino) de leche,

30 gr. de mantequilla,

2 yemas de huevo,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

el zumo de un limón,

1 cebolla pequeña (40 gr.),

1 cucharada sopera rasada de perejil picado,

2 cucharadas soperas de harina,

sal.

1½ vasos (de los de vino) de caldo (o agua y un

trozo de pastilla de Avecrem, Starlux, etc.),

Se preparan y se cuecen los sesos (receta 925). Una vez templados, se cortan en dos a

lo largo (se separan los 2 lóbulos) y estas mitades otra vez en dos mitades a lo

largo. Se reservan.

Se hace la salsa.

En un cazo o en una sartén se pone a calentar el aceite con la mantequilla. Cuando ésta

está derretida, se añade la cebolla picada muy fina; se dan unas vueltas con una

cuchara de madera y se la deja tomar un poco de color (unos 6 ó 7 minutos).

Cuando empieza a dorarse, se agrega la harina; también se le da a ésta unas vueltas

para que se tueste un poco. Se agrega primero la leche fría, sin dejar de dar

vueltas, y luego el caldo. Una vez hecha la bechamel, se cuece un par de minutos

(ésta debe quedar algo espesa). Se separa un poco del fuego y se sala ligeramente

(pues el caldo ya está salado).

En un tazón se deslíen las yemas con el zumo de limón, se les añade una cucharada de

salsa dando vueltas para que no se cuajen las yemas, después otra y, por fin, se echa lo

del tazón en la salsa. Se incorporan los trozos de sesos, se espolvorean con el perejil

y se calienta algo, pero con fuego bajo para que no se cuajen las yemas. Con la

cuchara se echa salsa para cubrir los trozos de sesos, con el fin de que se calienten

bien y, con cuidado de no romperlos, se pasa todo a una fuente previamente calentada y

se sirven en seguida.

**930.—SESOS AL GRATEN, CON
BECHAMEL Y CHAMPIÑONES (6
personas)**

2 sesos de ternera,

1½ vasos (de los de agua) de leche fría,

125 gr. de champiñones frescos,

zumo de un limón,

50 gr. de mantequilla,

50 gr. de gruyère rallado,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

sal.

2 cucharadas soperas de harina,

Se preparan los sesos (receta 925). Se dejan enfriar y se cortan los 2 lóbulos; cada uno

se corta en láminas de un cm. de gruesas y se colocan en una fuente de cristal o porcelana resistente al horno.

Aparte se lavan, primero al chorro y después en agua con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón, y se

cortan en láminas finas los champiñones, Se cuecen en un cazo con el zumo de $\frac{1}{2}$

limón y menos de la mitad de la mantequilla y un poco de sal (receta 424).

En una sartén se pone a calentar el resto de la mantequilla con el aceite. Cuando están

calientes, se añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchara de madera y,

poco a poco, se vierte la leche fría. Se cuece a fuego mediano durante unos 6 minutos,

se sala y se añaden los champiñones con su jugo. Se vierte esta bechamel por

encima de los sesos. Se espolvorea con

el queso rallado y se mete a gratinar con
fuego vivo.

Cuando está dorada la bechamel, se
sirve.

**931.—SESOS CON SALSA DE
TOMATE GRATINADOS (6
personas)**

*2 sesos de ternera, ó 4 6 5 de cordero,
1 cucharada (de las de café) de azúcar,
50 gr. de queso rallado,
sal,*

30 gr. de mantequilla,

1 cebolla (facultativo),

1 kg. de tomates,

sal.

3 cucharadas de aceite frito,

Se preparan los sesos (receta 925).

Se hace la salsa de tomate (receta 63), de manera que quede más bien espesa.

Se cortan los sesos en rodajas de 2 cm. de grosor y se van colocando en forma de corona

en una fuente (de barro, cristal o porcelana) resistente al fuego. Se cubren con la salsa

de tomate. Se espolvorean con el queso y se reparte la mantequilla por encima en

cuatro montoncitos como avellanas. Se pone a gratinar en el horno y, cuando el

queso está dorado, se sirven en su misma fuente.

LENGUA

**932.—MANERA DE COCER UNA
LENGUA DE VACA O DE
TERNERA**

Para 6 u 8 personas se calcula una lengua de 1¼ kg. Se limpia muy bien de huesos,

nervios y gordo. Se pone en remojo en agua fría durante unas 12 horas (toda la noche). Se cepilla entonces muy bien. Se pone agua abundante en una cacerola y cuando rompe el hervor se sumerge la lengua. Se deja cocer a borbotones durante 10

minutos. Pasado este tiempo, se pone la cacerola con la lengua debajo del grifo del

agua fría, y cuando el agua está

renovada y fría se saca la lengua. Con un cuchillo

afilado se pela, quitándole la piel gruesa que tiene. Esta operación de pelar la

lengua hay quien prefiere hacerla después de cocida en el caldo. Esto según el gusto de

cada cual.

Se prepara una cacerola o una olla con 150 gr. de cortezas de tocino. Se ponen éstas con

la piel tocando el fondo de la cacerola. Se posa la lengua encima. Se echa una

cebolla grande (125 gr.) cortada en dos;
2 zanahorias grandes (125 gr.) raspadas,

lavadas y cortadas en rodajas gruesas;
unos huesos de rodilla u otros; un
ramillete

con perejil, tomillo, una hoja de laurel y
un diente de ajo. Se echa sal y unos
gramos

de pimienta, se rocía con un vaso (de los
de vino) de vino blanco y se cubre de
agua fría.

Se pone a fuego vivo y, cuando rompe a
hervir, se cubre la cacerola, se baja algo
el

fuego y se tiene cociendo durante unas 2½ a 3 horas.

Este tiempo depende de lo tierna que sea la lengua. Para probar si está, se traspasa con

un alambre fino, que debe entrar fácilmente en la carne.

Pasado este tiempo, está ya la lengua para comer, acompañada de varias salsas o hecha

en guisos variados.

933.—LENGUA CON SALSA DE VINAGRETA HISTORIADA

Una vez cocida la lengua, se trincha en lonchas abiesadas. Se colocan en la fuente

donde se vaya a servir, caliente o fría, como más guste. Se adorna la fuente con un

picadito de lechuga y se adorna la lengua con, un huevo duro muy picado espolvoreado por encima.

Se sirve la salsa vinagreta aparte (receta 90).

934.—LENGUA CON BECHAMEL Y ALCAPARRAS

Una vez cocida, cortar la lengua en lonchas abiesadas y proceder igual que en la receta

737, n.º 3.

935.—LENGUA CON SALSA, DE CEBOLLA, TOMATE Y VINO BLANCO

¼ kg. de cebollas (2 grandes),

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

4 tomates maduros grandes (¾ de kg.),

1 pellizco de hierbas aromáticas (o una hoja de

laurel y una ramita de tomillo),

6 cucharadas soperas de aceite,

sal.

1 cucharada (de las de café) de harina,

Una vez cocida la lengua (receta 932), se trincha en lonchas abiesadas. Se prepara

igual que el bonito (véase receta 532). Como la lengua está ya hecha y no

soltará agua, quizá se deban añadir algunas cucharadas soperas de agua.

Se puede servir este plato de lengua

acompañado de moldecitos de arroz blanco.

936.—LENGUA ESTOFADA (6 personas)

1 lengua de 1 a 1¼ kg.

vino) de caldo de cocer la lengua,

2 cebollas medianas (200 gr.),

1 pellizco de hierbas aromáticas (o una hoja de

laurel y una ramita de tomillo),

4 zanahorias medianas (150 gr.),

1 rebanadita de pan frito,

80 gr. de manteca de cerdo,

1 diente de ajo,

*1 vaso bien lleno (de los de vino) de
vino blanco,*

sal y pimienta.

1 vaso bien lleno (de los de

Se prepara y se cuece la lengua (receta 932), pero **sólo se cocerá durante 2 horas.**

Pasado este tiempo, se pone la manteca de cerdo a calentar; cuando está

caliente, se le añade la cebolla pelada y picada. Se rehoga hasta que esté

transparente (unos 6 minutos). Se posa encima la lengua escurrida de su

jugo. Se raspan y se lavan las zanahorias y se cortan en rodajas algo

gruesas que se ponen alrededor de la lengua; se rocía con el vino y el caldo

y se agrega el pellizco de hierbas.

En un mortero se machaca el pan frito con un diente de ajo y se deslíe con un poco

de caldo de cocer la lengua (un par de

cucharadas soperas). Se vierte esto por encima de la lengua. Se añaden 2 ó 3 granos de pimienta y muy poca sal.

Se pone a fuego vivo hasta que rompe a hervir, y entonces se cubre la

cacerola con papel de estraza y la tapadera. Se deja a fuego lento durante horas.

Se saca y se trincha la lengua, se pone en la fuente donde se vaya a servir y se adorna

con las zanahorias. Se pasa la salsa por el chino o el pasapurés y se vierte por

encima

de la lengua. Se sirve bien caliente.

Si la salsa resultase algo clara, se espesará con una cucharada (de las de café) de fécula

de patata desleída en un poco de salsa y revuelta con toda ella después.

937.—LENGUA REBOZADA

Como la lengua de ternera suele ser grande, se podrá servir parte con salsa y parte

rebozada, para variar.

Se corta en rodajas finas y se pasa primero por huevo batido como para tortilla y

después por pan rallado, apretando un poco para que éste se adhiera bien.

Se fríe en aceite por tandas y se sirve así mismo, o con salsa de tomate aparte en salsaera.

MOLLEJAS

938.—MANERA DE PREPARAR Y COCER LAS MOLLEJAS

Se calcula 1 a 1¼ kg. de mollejas de ternera para 6 personas. Para cualquier manera de

hacer las mollejas, se tendrán que preparar como sigue: Se ponen en remojo en agua

fresca, unas 4 horas, cambiándoles el agua 3 ó 4 veces.

Ingredientes para cocer las mollejas:

Para 1 ó 1¼ kg. de mollejas:

2 zanahorias medianas (100 gr.),

1 hoja de laurel,

1 puerro mediano (o una cebolla pequeña de 50 el zumo de un limón,

gr.),

agua abundante,

1 ramita de apio (facultativo),

sal.

Para cocerlas se ponen en una cacerola con agua fría que las cubra bien. Se añaden las

zanahorias peladas y cortadas en rodajas, el puerro (o una cebolla pequeña cortada en

dos), una ramita de apio (si se tiene), una hoja de laurel, el zumo de un limón y sal. Se

ponen a cocer y, cuando rompe el

hervor, se baja el fuego y se cuecen despacio

unos 5 minutos. Se retiran entonces del fuego y se vacía el agua caliente,

reemplazándola por agua fría. Una vez resfrecadas las mollejas, se escurren. Se

limpian muy bien, quitándoles las pieles, las bolas de grasa y sangre que tengan. Se

colocan en un trapo limpio, que se dobla para que queden envueltas, y se coloca

algo de peso encima (una tabla de carne ligera). Se tienen así durante una hora.

Pasado este tiempo, se cortan en filetes gorditos y están así a punto para

condimentarlas según la receta que se quiera.

939.—MOLLEJAS GUIADAS CON CHAMPIÑONES FRESCOS Y CEBOLLITAS (6

personas)

1 kg. de mollejas de ternera,

20 gr. de mantequilla,

¼ kg. de champiñones frescos,

el zumo de un limón,

1/4 kg. de cebollitas francesas pequeñas,

2 vasos (de los de vino) de buen vino blanco,

1 plato con harina para rebozar,

1/4 de litro de nata líquida (o 2 yemas de huevo),

4 cucharadas soperas de aceite,

sal.

Se preparan las mollejas como va explicado anteriormente.

Se lavan y se preparan los champiñones, dejándolos enteros si son pequeños o en

trozos grandes si hay que cortarlos. Una vez lavados con el zumo de $\frac{1}{2}$ limón, se escurren bien y se ponen en un cazo con la mantequilla (20 gr.), el zumo del $\frac{1}{2}$ limón que queda y sal. Se saltean, se cubre el cazo con una tapadera y se dejan a fuego lento unos 10 minutos. Después se reservan, dejándolos en un sitio caliente.

En una cacerola se pone el aceite a calentar y se echan las cebollitas peladas y enteras. Se rehogan bien y cuando

empiezan a dorarse (unos 10 minutos) se pasan los filetes de molleja en harina (sin sacudirlos para que esta harina sirva para espesar la salsa) y se doran con las cebollas. Una vez doradas, se añade el vino y se hace a fuego lento durante unos 15 minutos, sacudiendo de vez en cuando la cacerola. Se agregan entonces los champiñones con **SU**

jugo, revolviendo todo junto. Se rectifica de sal.

En un tazón se pone la nata líquida (o las

yemas) y se deslíe con un poco de salsa.
Se

echa en la cacerola, apartando ésta del calor para que no cueza la salsa y se corte (lo mismo se hará si se ponen yemas).

Se vierte todo lo de la cacerola en la fuente de servir y se pasa rápidamente a la mesa.

Se puede servir la fuente adornada con moldecitos de arroz blanco.

940.—MOLLEJAS GUIADAS AL JEREZ (6 personas)

1¼ kg. de mollejas,

*1 vaso (de los de agua) de caldo (o
agua con una*

pastilla de Starlux, Avecrem, etcétera),

1 cebolla mediana (80 gr.),

*1 pellizco de hierbas aromáticas (o un
ramillete de*

2 zanahorias medianas (100 gr.),

laurel, tomillo y perejil),

1 tomate grande (50 gr.) bien maduro,

sal y pimienta,

4 cucharadas de aceite,

6 triángulos de pan de molde frito.

1 cucharada sopera colmada de harina,

½ vaso (de los de vino) de jerez,

Se preparan las mollejas (receta 938).

En una cacerola se pone el aceite a calentar. Una vez caliente, se añade la

cebolla pelada y picada. Se dan unas vueltas hasta que se ponga transparente (unos

5 minutos); entonces se echan las zanahorias raspadas, lavadas y cortadas

en

rodajas y la harina. Se revuelve todo bien y se añade el tomate partido en

cuatro trozos y sin simientes. Se incorporan entonces los filetes de molleja,

que también se revuelven con cuidado para que no se deshagan, y se dejan

dorar. Se echa sal, un poco de pimienta y las hierbas aromáticas (o el

ramillete). Se rocía todo primero con el jerez y después con el caldo. Se

espera que rompa el hervor, se baja el

fuego y se tapa. A fuego lento se

deja una hora, moviendo de vez en cuando el guiso.

Al ir a servir, se coloca el pan frito alrededor de la fuente, las mollejas escurridas en

el centro y la salsa, una vez pasada por el chino o por el pasapurés, cubriendo las

mollejas.

Se sirve en seguida.

**941.—MOLLEJAS FLAMEADAS
CON COÑAC Y SERVIDAS CON**

GUISANTES (6

personas)

1 kg. de mollejas,

*1 lata grande de guisantes (2 kg.) sin
caldo o 2 kg.*

de guisantes frescos,

2 vaso (de los de vino) de coñac,

50 gr. de mantequilla,

100 gr. de manteca de cerdo,

sal y pimienta.

1 cucharada sopera de perejil picado,

Se preparan las mollejas (receta 938).

En una sartén se pone la manteca a derretir; una vez caliente, se doran los filetes de

mo lleja. Una vez bien dorados, se salan y se les pone un poco de pimienta. En

un cazo pequeño se calienta un poco de coñac, se prende con una cerilla y se

echa en la sartén, procurando con una cuchara rociar bien las mollejas para que el

coñac se queme lo más posible. Se

espolvorean con el perejil picado y se dejan a fuego mediano durante 15 minutos.

Mientras tanto se calienta la lata de guisantes, abierta, al baño maría. Una vez bien

calientes, se escurren los guisantes (cerrando la tapa de la lata y volcándola

sale el jugo). Se ponen los guisantes en un cazo, se les añade la mantequilla y se

saltean un poco. Se verificará la sal, añadiendo si hiciese falta.

Se ponen las mollejas en la fuente donde se vayan a servir, rociándolas con su salsa,

y alrededor se ponen los guisantes. Se sirve en seguida.

942.—MOLLEJAS CON ESPINACAS (6 personas)

1 kg. de mollejas,

1 vaso (de los de agua) de leche fría,

3 kg. de espinacas,

*1½ vasos (de los de agua) de aceite
(sobraré),*

*1 plato con harina para rebozar,
agua y sal.*

*1 cucharada sopera de harina,
25 gr. de mantequilla,*

Se preparan las mollejas (receta 938).

Se lavan y se cuecen las espinacas en agua y sal (receta 356).

Después de cocidas y bien escurridas, se pican con un machete o, mejor, se pasan por la máquina de picar la carne.

En una sartén se derrite la mantequilla; una vez derretida, se añade la harina, se dan

unas vueltas con una cuchara de madera y, poco a poco, se va echando la leche fría.

Se cuece unos 5 minutos dando vueltas con la cuchara y se añaden las espinacas. Se

sala y se reserva al calor.

En otra sartén se calienta el aceite.

Cuando está a punto, se pasan los filetes de molleja

ligeramente por harina, sacudiéndolos

un poco para que caiga la que sobra, y se

fríen hasta que estén dorados. Se escurren bien.

En una fuente se pone la crema de espinacas y por encima **las** mollejas; se sirve bien

caliente.

**943.—MOLLEJAS EMPANADAS
CON SALSA DE TOMATE (6
personas)**

1¼ kg. de mollejas,

Salsa de tomate:

2 huevos,

1 kg. de tomates bien maduros,

1 cucharada sopera de aceite,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

1 plato con pan rallado,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

$\frac{3}{4}$ de litro de aceite (sobrará),

sal.

2 ramilletes de perejil.

Se preparan las mollejas (receta 938).

Se hace la salsa de tomate (receta 63).

Una vez preparados los filetes de mollejas, se baten los huevos con la cucharada

sopera de aceite y un poco de sal como para tortilla. Se pasan los filetes por el

huevo y después por pan rallado, apoyando para que éste quede bien incrustado.

En una sartén amplia se pone el aceite a calentar. Cuando empieza a calentarse, se fríen

los ramilletes de perejil, que se reservan. Se calienta entonces más el

aceite y se fríen

las mollejas hasta que queden bien doradas. Se ponen en la fuente donde se vayan a

servir y se adornan con el **perejil**.

Aparte, en salsera, se sirve la salsa de tomate.

**944.—VOL-AU-VENT DE
MOLLEJAS, CHAMPIÑONES Y
TRUFAS (6 personas)**

6 vol-au-vent individuales (o uno grande),

25 gr. de mantequilla,

2 kg. de mollejas,

2 cucharadas soperas de aceite fino,

2 kg. de champiñones frescos,

*1 cucharadita (de las de moka) de jugo
de carne*

(Liebig, Bovril, Viandox, etc.),

35 gr. de mantequilla,

nuez moscada,

el zumo de un limón,

sal.

1 latita de trufas,

2 cucharadas soperas de harina,

2 litro de leche fría,

Se preparan las mollejas (receta 938), pero en vez de hacer filetes se cortan en cuadraditos de 2 cm. de lado.

Se lavan y se preparan los champiñones (receta 424), pero sin cortarlos si son pequeños

o cortándolos en trozos grandes si son grandes. Una vez hechos, se reservan al calor.

En una sartén se pone el aceite y la mantequilla a calentar; cuando están calientes, se

añade la harina. Se dan unas vueltas con una cuchara de madera y se añade, poco a

poco, la leche fría sin dejar de dar vueltas. Se cuece la bechamel durante unos 5

minutos, se le añade el jugo de carne y se prueba de sal. Se raspa un poquito de

nuez moscada. Se agregan las mollejas, los champiñones con su jugo y las trufas,

cortadas en láminas finas. Se revuelve

todo junto y con este revuelto se rellenan los/el

vol-au-vent. Se meten en el horno previamente calentado y con calor moderado. Una

vez calientes, se sirven en una fuente.

945.—CROQUETAS DE MOLLEJA

2 kg. de mollejas.

Preparar las mollejas (receta 938), pero en vez de cortarlas en filetes se cortan en

cuadraditos. Se procede igual que para las demás croquetas (receta 56).

CALLOS

946.—CALLOS EN SALSA POLLITA (A LA FRANCESA) (6 a 8 personas)

1 kg. de callos (tripa),

Salsa:

½ kg. de morros,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 pata de vaca o de ternera (¾ de kg.),

2 cucharadas soperas de harina,

100 gr. de tocino con mucha veta,

½ litro de caldo (o agua con 2 pastillas de

Avecrem, Starlux, etc.),

2 cebollas medianas (150 gr.),

3 yemas de huevo,

6 clavos (de especias),

zumo de un limón,

3 zanahorias medianas (150 gr.),

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 ramillete (laurel, tomillo, ajo, perejil),

sal.

3 cucharadas soperas de coñac,

agua,

sal y pimienta.

Se flamea la pata para quemar los pelos.
Se parte en trozos, se cortan los callos
en

trozos grandes como las dos manos
juntas y se lavan bien en dos o tres
aguas. Se

ponen después con bastante sal y
vinagre, se mueven mucho y se vuelven
a aclarar

hasta que se quite el olor a vinagre. Se raspan y se limpian entonces con un cuchillo

poco afilado o un cepillo fuerte para quitar las babas.

En una cacerola amplia se pone el tocino en tiras, las 2 cebollas peladas enteras y

pinchadas cada una con 3 clavos, las zanahorias raspadas, lavadas y cortadas en rodajas

gruesas, el ramillete, el coñac, la sal, la pimienta molida y los callos, con el morro y

la pata. Se cubre con agua abundante y se pone a cocer. Cuando rompe el hervor,

se baja el fuego para que cuezan despacio durante 5 horas. Después se escurren y se

prepara la salsa.

En una cacerola se pone el aceite a calentar, se le añade la harina, se dan unas vueltas

con una cuchara de madera, se va añadiendo el caldo (o agua con pastillas) para hacer

una bechamel clarita. Se rectifica de sal.

Se cortan los callos y el morro en trocitos, se añade la carne de la pata y se meten en la

salsa a cocer suavemente durante $\frac{1}{2}$ hora. Antes de ir a servir, se ponen en un tazón

las yemas de huevo con el zumo de limón y se deslíe con unas cucharadas de salsa,

teniendo buen cuidado de que no se cuajen las yemas. Se vierte esto en la salsa. Se

mueve muy bien y se echa en la fuente honda, donde se servirá. Se espolvorea

con el perejil y se sirve bien caliente.

**947.—CALLOS A LA MADRILEÑA
(6 a 8 personas)**

Nota.-Los callos se deben preparar el día anterior, pues están mucho mejor recalentados.

Esta cantidad es la mínima que se debe hacer para que estén sabrosos.

1½ kg. de callos (tripas),

2 dientes de ajo picados,

½ kg. de morros,

1 cebolla pequeña (50 gr.) cortada en 4

trozos,

1 pata de vaca o de ternera (750 gr.),

½ cebolla (50 gr.) picada,

4 cucharadas de aceite,

1 cucharada sopera de harina,

2 chorizos (150 gr.),

2 tomates frescos (250 gr.),

2 morcillas de callos (150 gr.),

1 cucharada (de las de café) de pimentón,

½ guindilla,

1 vaso (de los de vino) de vinagre,

1 hoja de laurel,

agua y sal.

4 clavos de especias,

10 granos de pimienta,

un poco de nuez moscada rallada,

Se cortan los callos en trozos grandes (como una mano). Se lavan bien en dos o tres

aguas. Después se ponen con bastante

sal y el vinagre. Se mueven mucho y se vuelven

a aclarar, hasta que se les quita el olor a vinagre. Entonces con un cuchillo poco

afilado se les quita, raspándolos, toda, la parte viscosa que tienen. También se pueden

frotar con un cepillo, quitándoles todas las bolsas de sebo.

Una vez hecho esto, se cortan en trozos más pequeños, se ponen en una olla

cubiertos de agua y se ponen a fuego vivo. Cuando rompe el hervor fuerte, se tira

en seguida el agua. Se vuelven a cubrir con agua, se añaden las morcillas (enteras),

el laurel, la guindilla, la pimienta, los clavos, la nuez rallada (un poco), la cebolla, los

ajos y un tomate pelado. Todo esto se cuece hasta que los callos están tiernos (por lo

menos unas tres horas). Se puede utilizar para esto la olla exprés, con una hora de

cocción. En una sartén se pone el aceite a calentar, se echa la cebolla muy picada, el

pimentón y el chorizo en rodajas. Se da unas vueltas y se añade a la olla. Se deja

cocer una hora más. Se separan del fuego y se dejan enfriar.

Al ir a servirlos, se corta la morcilla en rodajas y la pata en trocitos.

CRIADILLAS

948.—CRIADILLAS EMPANADAS CON ARROZ BLANCO (6 personas)

½ a ¾ de kg. de criadillas medianas,

1 plato con pan rallado,

1 huevo,

½ litro de aceite (sobrará),

sal.

Arroz blanco:

400 gr. de arroz, agua, sal y mantequilla.

Se mandan pelar y cortar en filetes no muy finos las criadillas. Se prepara el arroz

blanco (receta 165).

Antes de rehogarlo, se fríen las criadillas. Se bate el huevo (o 2 huevos si hiciese falta)

como para tortilla, con sal. Se cortan los filetes en dos o tres partes a lo largo; se pasan por huevo y después por pan rallado. Se fríen por tandas en aceite caliente.

Se escurren, a medida que se fríen, en un colador grande.

Una vez fritas todas las criadillas, se ponen en un lado de la fuente donde se vayan a

servir y se reservan al calor.

Se rehoga el arroz con la mantequilla y se sala. Se pone en la otra mitad de la fuente, o

en moldecitos, como más guste, y se sirve.

Nota.-Se puede acompañar con salsa de tomate en salsa.

CORAZON

949.—CORAZON DE TERNERA EN SALSA (6 personas)

1¼ kg. de filetes de corazón de ternera cortados 1 diente de ajo,

gruesos,

2 vaso (de los de agua) de agua,

2 vaso (de los de agua) de aceite,

1 pastilla de caldo (de pollo, Gallina Blanca,

½ vaso (de los de agua) de vino blanco,

Starlux, etc.),

1 cebolla grande (125 gr.),

1 pellizco de hierbas aromáticas (o un ramillete con

tomillo, laurel, perejil),

2 tomates medianos maduros (200 gr.),

sal.

4 zanahorias medianas (¼ kg.),

En una cacerola (o «cocotte») se pone el aceite a calentar. Cuando está caliente, se

ponen los filetes a dorar por tandas y se van separando en un plato, a medida

que están dorados. En el aceite se pone la cebolla muy picada y cuando se

empieza a poner transparente (unos 6 minutos) se añade el diente de ajo

pelado y dado un golpe con el mango de un cuchillo (para que dé más

aroma). A los 5 minutos se añaden las zanahorias lavadas, peladas y cortadas en

rodajas. Se saltean un par de minutos y se añade la harina. Se dan unas

vuelatas y se vuelve a poner la carne; se añaden los tomates pelados, quitadas

las simientes y cortados en trozos. Se echa sal (poca) y las hierbas

aromáticas, el vino y el agua. Se tapa la cacerola y, cuando rompe el

hervor, se baja el fuego y lentamente se cuece durante una hora.

Pasado este tiempo, se agrega la pastilla de caldo machacada y disuelta en un poco

de salsa de cocer la carne. Se revuelve bien y se cuece $\frac{1}{2}$ hora más (este

tiempo depende de lo duros que estén los filetes). Se rectifica de sal si hiciese falta.

Se sirven con su salsa, en una fuente honda, con puré de patatas o patatas cocidas y

cortadas en trozos grandes.

950.—CORAZON DE TERNERA EMPANADO (6 personas)

1 kg. de filetes de corazón cortados finos,

Salsa de tomate:

2 huevos,

1 kg. de tomates bien maduros,

1 plato con pan rallado,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

1 litro de aceite (sobrará),

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

sal.

1 cebolla mediana (80 gr.),

sal.

Se hace la salsa de tomate (receta 63).
Se reserva al calor.

Los filetes de corazón se salan, se pasan por huevo batido como para tortilla y por pan

rallado, apretando con la mano el pan rallado para que no se caiga, y se fríen por

tandas.

Una vez fritos, se sirven en una fuente. Se pueden acompañar de arroz blanco o patatas fritas; la salsa de tomate se sirve en salsera aparte.

MANOS (o patas)

951.—MANERA DE COCER LAS MANOS DE CORDERO

Todas las recetas de manos de cordero deben empezar por prepararse como sigue:

Se limpian muy bien con el cuchillo si les queda algo de piel e incluso se flamean en el

gas o con un algodón mojado en alcohol y prendido con una cerilla. Después de

esto, se ponen en una cacerola, se cubren bien con agua fría y se dejan cocer a

fuego muy vivo durante 10 minutos. Se escurren y se refrescan con agua fría y se

vuelven a escurrir.

En una cacerola se pone agua fría abundante (para que pueda cubrir las manos de

cerdo). En un tazón se deslíen 2 cucharadas soperas de harina con agua fría y se añade

al agua de la cacerola, así como una cebolla grande con 3 clavos de especias

pinchados, 2 hojas de laurel, una ramita de perejil, un diente de ajo, el zumo de

1/2

limón, una ramita de tomillo y sal.

Se pone esto a cocer y cuando hierve a borbotones se sumergen las patas.

Cuando

vuelve a romper el hervor, se tapa la cacerola y se deja cocer hasta que las patas

estén tiernas (unas 3 horas más o menos). Se quita de vez en cuando la espuma

que se forma arriba.

Cuando están tiernas, se sacan, se

escurren y se guisan como se quiera.

**952.—MANOS DE CORDERO
RELLENAS CON SALCHICHAS,
EMPANADAS Y**

FRITAS (6 personas)

12 patas de cordero,

1 plato con pan rallado,

*12 salchichas de carnicería
(corrientes),*

1 litro de aceite para freír (sobrar ),

3 huevos,

sal.

Se dejan las patas con su hueso central, se limpian y se cuecen como va explicado

anteriormente. Una vez cocidas, se les quita el hueso central, que se desprende casi

solo, y se rellena este hueco con una salchicha. Esta se pinchará con un palillo en

varios sitios, con el fin de que al freír no estalle. Se cierra la pata con un palillo si hace

falta.

En un plato se baten los huevos como para una tortilla. Se pasan las patas por huevo

y después por pan rallado, apretando para que éste se adhiera muy bien.

953.—BUÑUELOS DE MANOS DE CORDERO (6 personas)

8 patas de cordero,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

1 litro de aceite para freír (sobrará),

3 cucharadas soperas de vino blanco,

1 cucharadita (de las de moka) de

levadura Royal,

Masa de buñuelos:

sal.

300 gr. de harina,

1½ vasos (de los de agua) de leche fría,

Se limpian y se cuecen las manos de cordero (receta 951). Una vez cocidas, se

deshuesan con mucho cuidado y se cortan en trocitos.

Se hace la masa de los buñuelos como va explicado en la receta 53.

Se pone el aceite a calentar en una sartén honda. Cuando está en su punto (se prueba

con una rebanadita de pan), se sumergen los trozos de carne en la masa y se fríen

hasta que estén dorados. Esto se hace por tandas, reservando los buñuelos al calor.

Cuando están todos fritos y escurridos, se sirven en una fuente adornada con ramitos de

perejil también fritos.

El perejil se ata con un hilo y se fríe con

el aceite poco caliente, pues si no se pone en

seguida oscuro.

954.—MANOS DE CORDERO CON TOMATE (6 personas)

12 manos de cordero,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

1 hoja de laurel,

1 cebolla mediana (100 gr.),

1 cebolla pequeña (50 gr.),

sal.

1 kg. de tomates maduros,

3 cucharadas soperas de aceite frito,

Se hace la salsa de tomate clásica con cebolla, que quede bastante espesa (receta 63).

En la casquería se pedirá que les quiten el hueso del centro a las patas. Una vez

preparadas y ya cocidas las manos (receta 951), se ponen en la salsa de tomate y se

dejan a fuego lento unos 25 minutos.

Se sirven en fuente honda.

955.—MANOS DE CORDERO CON SALSA DE LIMON (6 personas)

12 patas de cordero.

Se preparan y se cuecen como va explicado en la receta 951. Mientras se terminan de

cocer, se hace la salsa de limón (receta 74). Se colocan las patas escurridas en una

fuelle y se cubre con la salsa. Se sirven en seguida.

956.—MANERA DE COCER LAS MANOS DE CERDO

Para unas 4 manos.

Las manos de cerdo se suelen vender ya limpias de piel y chamuscados los pelos. Si

no, se hará como va explicado para **las** de cordero.

Después se lavan en varias aguas. Se les da un corte desde la pezuña hasta arriba. Se

ponen en una cacerola, se cubren con mucha agua y se les añade un vaso (de los de

vino) de vino blanco, 2 cebollas medianas peladas y cortadas en dos, 3

zanahorias

peladas, lavadas y cortadas en cuatro trozos, 2 dientes de ajo pelados, una hoja de

laurel, una ramita de tomillo, una ramita de perejil, 2 clavos de especia y sal.

Se pone la cacerola a fuego vivo y cuando empieza a cocer a borbotones se tapa con

una tapadera, se baja el fuego y se dejan cocer despacio durante 4 horas (más o

menos) hasta que estén tiernas. Se escurren en un colador grande o en una plato, y

se preparan como más gusten.

957.—MANOS DE CERDO EMPANADAS

Se preparan como anteriormente.

Únicamente se envuelve cada mano en una gasa

limpia o se ata con una cuerda fina para que no se deformen.

Una vez cocidas, se escurren. Se deshuesan lo más posible y se arman con bonita

forma. Se ponen en un mármol o una mesa y se pone la tabla de cortar la carne

encima para que pese un poco. Se dejan así durante 2 hora.

Pasado este tiempo, se empanan, pasando las patas primero por huevo batido como para

tortilla y después por pan rallado. Se fríen en aceite caliente de dos en dos y, una vez

doradas, se escurren bien y se sirven en seguida.

Se pueden acompañar con alguna salsa de tomate (receta 63), o de mayonesa con tomate

y coñac (receta 96), o verde (receta 95),

servida aparte en salsaera.

958.—MANOS DE CERDO CON TOMATE (Véase la receta 954.)

959.—BUÑUELOS DE MANOS DE CERDO (Véase la receta 953.)

960.—MANOS DE CERDO CON SALSA ESPAÑOLA. (Véase la receta 72.)

Salsa española (receta 72):

Se cuecen las manos de cerdo (receta 956). Una vez cocidas, se cortan en dos, se

deshuesan y se ponen a dar un hervor

dentro de la salsa española, que tiene
que ser

abundante.

Nota.-Resulta muy bueno el añadir a la
salsa 2 cucharadas soperas de piñones,
en el

momento de poner las manos.

ASADURA

**961.—ASADURA DE CORDERO (6
personas)**

*1 asadura de cordero entera (que son:
los 1 cucharada (de las de café) rasada
de pimentón,*

pulmones, el hígado y el corazón),

1 cucharada sopera de perejil picado,

4 cucharadas soperas de aceite,

1 pellizco de hierbas aromáticas (o un ramillete de

2 tomates medianos (1/4 kg.),

laurel, tomillo, un diente de ajo pelado),

2 cebollas grandes (200 gr.),

sal.

1 vaso (de los de vino) de vino blanco,

Se corta toda la asadura en trocitos todos iguales de dos dedos de ancho. Se pone el

aceite en una cacerola para que se caliente una vez caliente, se le añade la cebolla

pelada y muy picada. Se refríe, dándole vueltas con una cuchara de madera hasta que

empiece a tomar color (unos 8 minutos). Se agrega entonces la asadura cortada en

trocitos cuadrados y se revuelve hasta que este dorada. Se añade el pimentón,

removiendo rápidamente, los tomates

pelados, cortados en trozos y quitadas las

simientes, el vino blanco, las hierbas aromáticas y la sal. Se tapa la cacerola y a

fuego muy lento, se cuece durante 45 minutos.

Se espolvorea con perejil picado y se sirve en una fuente. que podrá adornar con

triángulos de pan frito o puré de patatas.

Repostería

962.—BIZCOCHO CON NATA DE

LA LECHE (6 personas)

1 vaso (de los de agua) de nata de la leche (ésta 1½ vasos (de los de agua) de harina fina,

debe guardarse cuando está cocida la leche,

escurriendo un poco la nata, pero no mucho, y 2 huevos, la cáscara rallada de un limón,

debe ser de varios días, para que se agríe 1 cucharadita (de las de moka) colmada de

ligeramente) ,

levadura Royal,

1 vaso (de los de agua) de azúcar,

*2 cucharadas soperas de harina para
untar el*

*un poco de mantequilla o aceite para
untar el molde.*

molde,

Se unta bien un molde alargado con la mantequilla o aceite fino y se espolvorea con las

2 cucharadas soperas de harina, quitando la sobrante que no se quede pegada, volcando

y sacudiendo con una mano el molde.

En una ensaladera se pone la nata, el azúcar, la cáscara de limón rallada y los huevos

batidos como para tortilla. Se revuelve todo muy bien y se echa un vaso de harina. La

levadura se espolvorea encima de la harina, se revuelve bien, se añade entonces poco a

poco el otro $\frac{1}{2}$ vaso de harina y, una vez incorporada totalmente, se vierte en el molde la

masa. Se mete el molde en horno frío y

se enciende después de metido a fuego lento,

primero hasta que sube y un poco más fuerte después, durante más o menos 45 minutos

a una hora. Después de sacado del horno el bizcocho, hay que volcarlo del molde lo más

deprisa posible sin quemarse, o sea, pasados unos 15 minutos. Se pone sobre una tela

metálica para que no se concentre la humedad en ninguna de las caras del bizcocho, y

cuando está totalmente frío se sirve.

Nota.-Todos los bizcochos se pueden conservar un par de días, envolviéndolos después

de estar fríos en un papel de plata.

963.—BIZCOCHO CON LECHE Y ACEITE (8 personas)

2 huevos,

un poco de mantequilla o aceite para untar el

molde,

250 gr. de harina,

2 cucharadas soperas de harina para untar el

200 gr. de azúcar,

molde,

1 taza (de las de té) de leche,

la cáscara de un limón rallado o un pellizco de

1 taza (de las de té) de aceite fino crudo,

polvos de vainilla,

1 cucharadita (de las de moka) de levadura Royal, un pellizco de sal.

En una ensaladera se baten los huevos como para hacer una tortilla, se les añade la

leche, el aceite, el azúcar y la cáscara rallada del limón o la vainilla. Se revuelve todo

junto. Se mezcla la harina, la sal y la levadura y se añaden en unas tres veces a la crema

de la ensaladera.

Se unta el molde de cake (alargado) con la mantequilla o aceite y después se espolvorea

con la harina, sacudiendo bien el molde

para quitar lo sobrante. Se echa la masa en el

molde y se mete al horno muy poco caliente. Cuando se ve que el bizcocho va subiendo,

se da algo más de calor, pero siempre tiene que estar el horno menos de mediano.

Cuando el bizcocho está dorado, se pincha con un alambre: si éste sale limpio, el

bizcocho está ya cocido. Esto tardará más o menos una hora.

Se saca del horno, se deja templar el

molde y se vuelca el bizcocho para dejarlo enfriar

en una rejilla puesta en hueco ten un plato sopero, por ejemplo). Véase la receta

anterior.

964.—BIZCOCHO GENOVESA (8 personas)

3 huevos,

mantequilla para untar el molde,

el peso de 3 huevos, de azúcar,

2 cucharadas soperas de harina para

espolvorear

el molde,

el peso de 2 huevos, de harina,

un pellizco de sal.

100 gr. de mantequilla,

la ralladura de un limón.

Se separan las yemas de las claras.

Estas se ponen en una ensaladera con un pellizco de

sal y se baten a punto de nieve muy firme. Se les añade, una vez montadas, las yemas, y

después el azúcar. Se mueve sin parar, y siempre en el mismo sentido, con una cuchara

de madera durante 10 minutos, después de lo cual se agrega la harina, cucharada por

cucharada, la ralladura de limón y, al final, la mantequilla derretida (teniendo buen

cuidado de que ésta no cueza). Se pone en un molde alargado de cake, previamente

untado de mantequilla y espolvoreado con un poco de harina.

Se mete al horno muy suave (éste estará encendido 5 minutos antes) y se tendrá durante

45 minutos a una hora. Se pincha con un alambre en el centro para ver si está cocido. El

alambre debe salir limpio.

Fuera del horno y cuando esté aún caliente (unos 15 minutos después), se vuelca en una

rejilla o tela metálica y se deja en hueco sobre un plato sopero hasta que esté bien frío.

Véase la nota, receta 962.

**965.—BIZCOCHO CUATRO
CUARTOS (6 a 8 personas)**

3 huevos grandes,

*un poco de mantequilla o aceite para
untar el*

molde,

*su mismo peso de mantequilla o
margarina*

(Tulipán),

*un poco de harina para espolvorear el
molde,*

su mismo peso de harina,

sal

su mismo peso de azúcar,

*1 cucharada (de las de café) de
levadura Royal.*

la ralladura de un limón.

Se deja la mantequilla o la margarina fuera de la nevera para que esté blanda.

Se baten las claras a punto de nieve firme, se les añaden las yemas, después el azúcar, la

margarina o la mantequilla, la vainilla y la harina mezclada con la levadura. Se mueve

todo suavemente. Se unta un molde alargado con aceite y después se espolvorea con

harina. Se vierte la masa en el molde. Se pone a horno mediano flojo durante unos 50

minutos.

Se saca del horno el bizcocho después de comprobar con un alambre si está bien cocido

y, cuando está templado, se vuelca y se termina de enfriar sobre una parrilla o rejilla.

Véase la nota, receta 962.

**966.—BIZCOCHOS TOSTADOS (4 a
5 personas)**

2 huevos,

*un poco de mantequilla para untar el
molde,*

su peso de harina,

*1 cucharada (de las de café) de
levadura Royal,*

su peso de azúcar,

un pellizco de sal.

el peso de un huevo de mantequilla,

Se baten los huevos enteros con el azúcar; cuando la mezcla se pone espumosa, se añade

la harina (previamente mezclada con la levadura y la sal) cucharada a cucharada y, al

final, se incorpora la mantequilla derretida (sin que cueza). Se unta un molde redondo

de borde no muy alto. Se mete a horno suave durante unos 45 minutos. Cuando el

bizcocho está cocido, se saca del horno y se deja enfriar un poco. Al estar templado se

vuelca el molde encima de una rejilla. Cuando está frío del todo se corta en tiras de dos

dedos de ancho y de unos 4 cm. de largo. Se vuelven a meter en el horno más bien

caliente hasta que se tuesten, dándoles a los trozos la vuelta para que queden por igual.

Una vez tostados, se dejan enfriar y se guardan en una lata cerrada, en la cual se podrán

conservar varios días. También se puede comer el bizcocho entero y fresco.

967.—BIZCOCHO DE CLARAS DE HUEVO (6 a 8 personas)

6 claras de huevo,

de harina para untar el molde,

200 gr. de azúcar,

un pellizco de vainilla en polvo,

150 gr. de maicena,

sal.

100 gr. de mantequilla,

un poco de mantequilla y

Se montan las claras muy firmes de tres en tres (para que suban más) y con una pizca de

sal. Se juntan en una ensaladera y se añade alternando cada vez una cucharada sopera de

azúcar y otra de maicena. Al final se agrega la mantequilla ligeramente derretida. Se

unta un molde de cake con mantequilla y se espolvorea con harina. Se vierte la masa

dentro.

Se mete a horno mediano (previamente

calentado unos 5 minutos) durante 50 minutos

más o menos.

Se retira del horno y cuando está templado se vuelca del molde y se coloca encima de

una rejilla para que se termine de enfriar. Véase la nota, receta 962.

968.—BIZCOCHO AMARMOLADO
(6 a 8 personas)

125 gr. de mantequilla,

2 cucharadas soperas de harina (para el molde),

un poco de mantequilla para untar el molde,

1 cucharada (de las de café) de levadura Royal,

200 gr. de azúcar,

2 cucharadas soperas de chocolate o cacao en

polvo,

3 huevos,

un pellizco de sal.

1 vaso (de los de vino) de leche,

250 gr. de harina fina,

Se ponen en una ensaladera la mantequilla blanda con el azúcar; se mueve bien y se

añaden las 3 yemas de huevo, después la leche y, por fin, cucharada por cucharada, la

harina, que se habrá mezclado con la levadura. Al final se baten las claras a punto de

nieve muy firme (con un poquito de sal) y se agregan sin mover mucho. Se separa la

masa en dos. Una de las mitades se

mezcla con el cacao.

En un molde alargado de cake, previamente untado con mantequilla y espolvoreado con

un poco de harina, se pondrán las dos masas, alternando parte de la blanca, otra de la de

chocolate y así sucesivamente. Se meterá a horno muy suave durante una hora más o

menos.

Cuando el bizcocho esté cocido (se pincha con un alambre para saberlo: si éste sale

limpio, el bizcocho está hecho), se dejará templar y se vuelca, dejándolo enfriar sobre

una rejilla. Véase la nota, receta 962.

969.—BIZCOCHO DE CHOCOLATE (8 personas)

3 huevos,

1 cucharadita (de las de moka) bien llena de

levadura Royal,

su mismo peso de harina,

un poco de mantequilla y 2 cucharadas

soperas de

su mismo peso de azúcar,

harina para untar el molde,

su mismo peso de mantequilla,

sal.

su mismo peso de chocolate,

En una cacerola se pone la mantequilla a derretir (sin que cueza), se añade el chocolate

en trozos y se derrite lentamente.

Cuando está bien derretido y fuera ya del fuego, se

agrega el azúcar, se mueve bien; se incorporan las 3 yemas de huevo (una por una), la

harina mezclada con la levadura y, por fin, las claras de huevo a punto de nieve muy

firmes (con un pellizquito de sal) Estas se mezclan con cuidado.

Se vierte la masa en un molde alargado bien untado de mantequilla y espolvoreado con

harina, sacudiendo con la mano para que caiga la sobrante.

Se mete a horno templado suave durante

unos 50 minutos más o menos. Una vez

comprobado si el bizcocho está bien cocido (pinchándolo con un alambre), se saca del

horno y cuando está templado se vuelca, dejando que se termine de enfriar sobre una

rejilla puesta en hueco (en un plato sopero, por ejemplo). Véase la nota, receta 962.

970.—BIZCOCHO BORRACHO (BABA) (6 a 8 personas)

2 yemas de huevo,

Salsa:

3 claras de huevo,

¼ litro de agua,

3 cucharadas soperas de azúcar,

125 gr. de azúcar,

6 cucharadas soperas de harina,

2 decilitros de ron

1 cucharada sopera de levadura Royal,

1½ vasos de los de vino.

un poco de mantequilla para untar el molde,

sal.

Se baten las 3 claras muy firmes con un pellizquito de sal. Cuando están batidas se les

añade el azúcar, después las yemas y, cucharada a cucharada, 3 de harina, la de levadura

Royal y las 3 últimas de harina.

Se unta con mantequilla un molde en forma de corona. Se vierte la masa dentro y se

mete a horno mediano unos 45 minutos. Mientras el borracho se cuece, se va haciendo

el almíbar, poniendo el agua con el azúcar y el ron a que cuezan durante unos 5

minutos.

Se apartará para que no cueza más, pero sin dejarlo enfriar.

Cuando se ha comprobado que el bizcocho está cocido (con un alambre), se saca del

horno y sin desmoldar se le vierte poco a poco el almíbar caliente.

Una vez bien empapado, se desmolda, volcándolo en la fuente donde se vaya a servir, y

se sirve así o con nata montada en el centro y con unas frutas confitadas adornando.

**971.—BIZCOCHO BORRACHO
HECHO CON PAN RALLADO
(BABA) (8 personas)**

4 huevos,

Almíbar para emborrachar:

*4 ó 5 cucharadas soperas de pan
rallado,*

1½ vasos (de los de vino) de ron,

4 cucharadas soperas de azúcar,

8 cucharadas soperas de azúcar,

*1 cucharada (de las de café) de
levadura Royal,*

1½ vasos (de los de vino) de agua.

un poco de mantequilla para untar el

molde,

un pellizco de sal.

En una ensaladera se ponen las yemas de los huevos, se les añade el azúcar, se baten y

cuando forman una crema muy espumosa se agrega el pan rallado, la levadura y al final

las claras batidas (con un pellizco de sal) a punto de nieve muy firme. Se vierte la masa

en un molde en forma de corona y bien untado de mantequilla; se mete a horno

templado unos 45 minutos. Mientras tanto se hace el almíbar.

En un cazo se ponen juntos el ron, el agua y el azúcar. Se cuecen unos 5 minutos. Se

separa del fuego.

Cuando el bizcocho está cocido (esto se comprobará con un alambre), se saca del horno

y, sin dejarlo enfriar ni sacarlo del molde, se le vierte poco a poco el almíbar.

Cuando está frío y bien empapado, se desmolda y se sirve con el centro

adornado con

nata montada y frutillas confitadas (estas dos cosas son facultativas y se pueden poner

por separado cada una si se quiere).

Otro adorno del borracho:

Crema pastelera:

1 litro de leche,

1 cucharada (de las de café) de harina,

4 yemas de huevo,

vainilla en polvo o en rama (puesta en

la leche),

6 cucharadas soperas de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar para quemar la

crema.

2 cucharadas soperas colmadas de maicena,

Se pone a cocer la leche con la mitad del azúcar y la vainilla. Aparte, en un tazón, se

mezclan muy bien las yemas, el resto del azúcar, la harina y la maicena.

Cuando la leche empieza a cocer, se echa con una cuchara sopera un poco en el tazón

(unas 4 cucharadas de leche más o menos bastan) y luego se vierte lo del tazón en el

cazo de la leche, dejando cocer esta crema unos 3 minutos **sin dejar de moverla**. Se

separa del fuego y se enfría moviéndola un poco. Cuando está fría y el borracho está

desmoldado, se vierte la crema en el centro, se espolvorea con azúcar y con una plancha

caliente se quema para formar una costra de caramelo. Se sirve en seguida.



**972.—BIZCOCHO CON
MANDARINAS Y NUECES (6 a 8
personas)**

1 bizcocho redondo (comprado),

4 ó 5 clementinas en gajos,

3 yemas,

100 gr. de azúcar,

150 gr. de azúcar molida,

*1 vaso (de los de vino) de agua (no
lleno),*

150 gr. de mantequilla,

100 gr. de nueces picadas gruesas.

el zumo de 2 clementinas,

Se compra un bizcocho redondo o se hace una genovesa (receta 964), o un bizcocho de

claras de huevo (receta 967, en molde redondo). Se separa en dos partes. Se hace una

crema: En una ensaladera se ponen las yemas y el azúcar, se mueve un poco con una

cuchara de madera, se añade el zumo y después, poco a poco, la mantequilla derretida

(pero sin que cueza) al baño maría. Se mueve muy bien durante unos 20 minutos. Se

pone la mitad de esta crema untada en una de las partes del bizcocho. Se cubre con la

otra media parte y se unta la parte de arriba y los bordes con lo que queda de crema.

En un cazo se pone el agua con el azúcar a cocer unos 5 minutos, se meten los gajos de

las mandarinas dentro a cocer unos 10 minutos. Se sacan y una vez bien escurridos y

templados se colocan, dándoles bonita forma, encima del bizcocho. En el centro del

mismo se ponen unas pocas nueces y en los costados también. Estas quedan adheridas

por la crema. Se pone en sitio fresco y se sirve.

Nota.-Esta tarta se puede hacer igual con naranjas.

973.—BIZCOCHO-TARTA DE NARANJA (6 personas)

125 gr. de azúcar,

Baño:

4 huevos,

200 gr. de azúcar,

50 gr. de harina,

1 decilitro de agua (1 vaso de los de vino),

50 gr. de fécula de patata,

un pellizco de vainilla,

la corteza rallada de 2 naranjas,

1 cucharada sopera de agua fría,

½ tarro de mermelada de naranja,

10 gotas de esencia de naranja.

1 vaso (de los de licor) de Cointreau o Curaçao,

25 gr. de mantequilla.

Rallar la corteza de una de las naranjas, echándola en una ensaladera, añadir el azúcar y

las yemas de huevo de una en una. Dar vueltas a esto con una cuchara de madera

durante 15 minutos. Añadir la harina y la fécula y, al final, las claras sin montar. Untar

un molde redondo de unos 26 cm. de diámetro, más bien altito, con la

mantequilla y

verter la masa dentro. Meter al horno muy suave durante unos 50 minutos más o menos.

Una vez sacado el bizcocho del horno, se deja templar y se saca del molde. Cuando está



frío del todo se parte por la mitad, formando dos redondeles. Se rellenan con la mezcla

de la mermelada de naranja, la corteza rallada de la 2.^a naranja y el licor. Se baña

entonces la tarta con la preparación siguiente: En un cazo se pone el azúcar, el agua fría

y el pellizco de vainilla. Se pone a fuego mediano unos 10 minutos, después de los

cuales se agrega la cucharada sopera de agua fría. Se da vueltas de prisa hasta que

espese y se añade el perfume de naranja. En seguida se baña la tarta con esto y se deja

enfriar. Se puede adornar con unas guindas o unos montoncitos de nata hechos con la

manga.

**974.—PASTELILLOS HECHOS
CON MUFFINS Y NARANJAS (6
personas)**

6 muffins,

*3 cucharadas soperas de Cointreau o
Curaçao,*

*1 vaso (de los de agua) bien lleno de
agua,*

150 gr. de nata montada,

6 naranjas medianas,

12 guindas en almíbar o confitadas.

5 cucharadas soperas de azúcar.

Se quita una capa muy fina de corteza en las dos tapas de los muffins y se cortan en dos

mitades cada muffin.

En una cacerola se hace el almíbar poniendo el agua y el azúcar a cocer durante 8 a 10

minutos. Mientras tanto se pelan un par de naranjas y se cortan 12 rajadas finas.

Una vez

hecho el almíbar, se sumergen las rajas de naranja un par de minutos en él. Se sacan y se

reservan en un plato, escurriéndolas muy bien en la cacerola del almíbar. A éste se le

añade el zumo colado de las demás naranjas y se cuece otros 10 minutos. Se separa este

almíbar del fuego y se le añade el Cointreau. Con el líquido aún caliente se emborrachan

los medios muffins muy bien para que queden empapados. Si rezuman jugo, se vuelve a

recoger y se echa por encima. Una vez bien empapados de almíbar, se coloca sobre cada

medio muffin una rodaja de naranja (reservadas antes) y se les hace con una manga de

pastelería una gran borla de nata, el centro de la cual se adorna con una guinda. Se pone

en sitio fresco durante una hora y se sirve.

975.—PAN DE NUECES

1 taza (de las de té) de nueces picadas no muy 2 tazas de harina (o un poco

más),

menudas.

*1 cucharada (de las de café) rasada de
levadura*

½ taza de pasas de Corinto,

Royal,

20 gr. de mantequilla,

*un poco de mantequilla y de harina
para el molde.*

1 huevo,

1 taza de azúcar,

1 taza de leche,

Se ponen a remojo durante unos 20 minutos las pasas, en agua templada más bien

caliente.

En una ensaladera se bate la mantequilla (que debe estar blanda, sacada de la nevera una

hora antes por lo menos) con el huevo y el azúcar. Después se añade la mitad de la

harina, alternando con la leche. Se agregan entonces las pasas bien escurridas y las

nueces y, después, la otra taza de harina mezclada con la levadura. Se vuelca esta masa

en un mármol enharinado y se amasa con la punta de los dedos. Se unta con bastante

mantequilla un molde alargado y se espolvorea con harina. Se mete la masa dentro y se

deja reposar $\frac{1}{2}$ hora en sitio no fresco. Se mete entonces a horno templado por espacio

de una hora, con el fuego sólo por abajo. Si de todas maneras se tostase demasiado el

pan, se cubriría con un papel para que no se queme. Se pincha con un alambre para ver

si está cocido. Una vez hecho, se deja enfriar un poco y se vuelca poniéndolo encima de

una rejilla hasta su completo enfriamiento. Se guarda 24 horas en un paño limpio o

envuelto en papel de plata antes de comerlo, pues resulta mejor.

976.—MAGDALENAS (salen unas 60)

3 huevos,

misén» (2 blancos y 2 amarillos),

250 gr. de azúcar,

la ralladura de un limón,

300 a 350 gr. de harina fina,

unos moldes de papel,

¼ litro de aceite fino,

un pellizco de sal.

⅛ de litro de leche,

4 paquetes de polvos de «Ar-

En una ensaladera se ponen las 3 claras

y el pellizco de sal; se baten a punto de nieve

muy firme, se les añade las yemas, después el azúcar, el aceite, la leche, la ralladura del

limón, el Armisén (un papel de cada color, alternándoles) y, al final, la harina. Todos

estos ingredientes se echan poco a poco y unos detrás de otros, removiendo bien con

una cuchara de madera. Con una cucharita de las de café se rellenan los moldes de papel

hasta menos de la mitad de la altura del mismo. Se meten a horno mediano flojo y se

sacan cuando están bien doraditas.

Estas magdalenas se pueden guardar unos días en una caja de metal.

977.—MAGDALENAS DE CLARA DE HUEVO (salen unas 28 piezas)

160 gr. de mantequilla,

250 gr. de azúcar,

30 gr. de mantequilla para untar los moldes,

120 gr. de harina,

6 claras de huevo sin batir.

En una ensaladera se pone el azúcar y la mantequilla un poco blanda. Se mezclan bien,

se añaden las claras de huevo y moviendo con unas varillas, después de dejarlo bien

unido, se va añadiendo poco a poco la harina.

Calentar el horno de antemano y untar unos moldes metálicos con forma de magdalenas,

con bastante mantequilla, con el dedo o con un pincel. Poner en cada molde pasta, pero

que no llegue hasta arriba.

Meter al horno (previamente templado) unos 20 a 25 minutos hasta que estén las

magdalenas bien doraditas. Volcarlas del molde cuando están aún calientes y dejarlas

enfriar. Se pueden conservar en una lata amplia unos 3 ó 4 días.

978.—PASTAS DE COCO (salen unas 50)

5 claras de huevo,

un pellizco de vainilla en polvo,

300 gr. de azúcar.

un poco de mantequilla para untar la chapa.

250 gr. de coco rallado,

En un cazo se echan las claras y el azúcar, se pone a fuego mediano suave y con unas

varillas se bate sin parar. Cuando la mezcla está caliente, se añade el coco y la vainilla,

se sigue batiendo para que todo quede bien mezclado y se retira de la lumbre. Se unta de

mantequilla una chapa de horno. Se pone con una cuchara de postre la masa en

montoncitos. Se mete la chapa en el horno, se enciende éste con calor muy suave y se

cuecen durante unos 30 minutos, hasta que las pastas estén ligeramente doradas. Se

retiran de la chapa, cuando están casi frías, con un cuchillo de punta redonda y se dejan

enfriar.

979.—ROCAS DE COCO

Se procede igual que para las pastas anteriores, variando únicamente la cantidad de

coco. Se ponen 300 gr. Se hacen unos montones de masa más altos y con un tenedor de

postre mojado en agua fría se les da antes de meterlos en el horno una bonita forma.

980.—PASTAS SENCILLAS (salen unas 50)

3 huevos,

*un poco de mantequilla para untar la
chapa del*

horno,

200 gr. de azúcar,

un pellizco de vainilla.

250 gr. de harina fina,

Se baten bien los 3 huevos con el azúcar
y se les añade, de dos en dos
cucharadas, la

harina y la vainilla.

Se unta con mantequilla la chapa del horno y con una cuchara de las de café se hacen

montoncitos de masa bastante separados unos de otros, para que al ensancharse no se

toquen.

Se ponen a fuego mediano, y cuando las pastas están doradas se retiran en seguida (en

caliente) de la chapa con un cuchillo de punta redonda. Se dejan enfriar para servir o

para guardar en una lata un par de días

si se quiere.

981.—PASTAS CON NATA DE LA LECHE (salen unas 30)

Se procede exactamente igual que para la receta del bizcocho de nata (receta 962),

poniendo sólo un huevo y sustituyendo la cáscara de limón por vainilla en polvo.

Una

vez hecha la masa, se unta una chapa de horno con un poco de mantequilla y se

espolvorea con un poco de harina. Con una cuchara de las de café se ponen montoncitos

alejados unos de otros (pues esta masa se extiende bastante) y se meten a horno mediano hasta que estén doraditas.

Se retiran con la punta de un cuchillo y se ponen extendidas hasta que se enfríen.



982.—SABLÉS DE ALMENDRAS
(salen unos 35)

200 gr. de mantequilla,

65 gr. de almendras picadas,

150 gr. de azúcar,

una churrera con dibujo plano por un lado y

ondulado por arriba.

1 huevo,

300 gr. de harina,

Se ablanda un poco la mantequilla y se mezcla con el azúcar con una cuchara de

madera; se le añade el huevo y después la harina y las almendras. Se mezcla todo junto,

procurando no revolver la masa más que lo indispensable.

Se mete esta masa en veces en la churrera y se extiende sobre un mármol, cortando los

carriles así formados en trozos de 4 cm. Se colocan con cuidado, ayudándose con un

cuchillo de punta redonda, sobre la chapa del horno.

Se meten a homo mediano, y cuando tienen un bonito color dorado se retiran y se dejan

enfriar. Se pueden guardar varios días

en una caja de metal.

983.—LENGUAS DE GATO (salen unas 55 piezas)

4 claras de huevo (sin batir),

un pellizco de vainilla en polvo.

125 gr. de mantequilla,

125 gr. de harina,

En una ensaladera se pone la mantequilla, que no debe estar fría, sino blanda; se agrega

el azúcar y la vainilla y se dan vueltas con una cuchara de madera durante 8 a

minutos; después se va añadiendo, cucharada a cucharada, la harina. Una vez bien

incorporada ésta, se enciende el horno para que esté caliente y con una cuchara se ponen

unas tiritas de un dedo o menos de anchas y bien separadas unas de otras, pues al

calentarse se extiende mucho la masa. Se meten a horno mediano durante más o menos

10 minutos, hasta que las lenguas de gato

estén bien doradas todo alrededor, pero con el

centro claro. Se saca la chapa y, con un cuchillo de punta redonda, se desprenden

primero todas las lenguas de gato y luego con cuidado se sacan y se colocan sobre un

mármol bien planas hasta que estén frías.

Una vez frías y tíasas, se ponen en el plato donde se vayan a servir o se guardan (2 ó 3

días) en una caja de metal.

**984.—PASTAS DE TE CON
ALMENDRAS RALLADAS (salen
unas 30)**

75 gr. de mantequilla,

Adorno:

100 gr. de almendras ral adas,

½ guinda o una almendra,

100 gr. de harina,

1 brocha plana.

100 gr. de azúcar,

la ralladura de un limón,

1 huevo.

En una ensaladera se mezcla la mantequilla (blanda) con las almendras y el azúcar. Se

añade después la harina, la ralladura de limón y, por último. $\frac{1}{2}$ huevo batido como para

tortilla. Todo ello se debe trabajar lo menos posible, sólo lo necesario para que los

ingredientes queden unidos.

Se coge masa con una cucharita de las de café, se forma una bola aplastada y se coloca

en la chapa del horno. Con el pincel se embadurnan las pastas con el $\frac{1}{2}$ huevo batido

como para tortilla. Se coloca encima de cada pasta $\frac{1}{2}$ guinda o una almendra y se meten

a horno mediano. Cuando están doradas se retiran, levantándolas con un cuchillo de

punta redonda. Se dejan enfriar. Se pueden guardar varios días en una caja de metal.

985.—PASTAS DE TE (salen unas 50)

100 gr. de mantequilla,

2 huevos,

125 gr. de azúcar,

unas almendras crudas, para adorno,

250 gr. de harina,

un poco de harina (para las manos).

*1 cucharada sopera de levadura Royal
(rasada),*

1 cucharada sopera de leche fría,

En una ensaladera se pone la
mantequilla blanda, el azúcar, un huevo
y la yema del

segundo. Se mezclan bien los ingredientes con una cuchara de madera. Se añade

después, poco a poco, la harina, la levadura Royal y, al final, la leche. Se espolvorean

las manos con harina y con una cucharita de las de café se hace una bolita de masa, se

pone en la chapa de horno, se aplasta en redondo dejándola de 1½ cm. de gruesa y se

adorna cada pasta con una almendra.

En un plato sopero se bate un poco con

un tenedor la clara que ha sobrado. Con una

brocha se unta en cada pasta esta clara y se meten a horno mediano, más bien flojo

(previamente encendido durante 6 minutos para la primera remesa), hasta que están

doradas por arriba (15 a 20 minutos).

Se saca la chapa del horno y con un cuchillo de punta redonda se desprenden. Se ponen

en una mesa de mármol, si es posible, hasta que estén frías. Se pueden

conservar unos

días en cajas de hojalata.



986.—ROSQUILLAS (salen unas 35)

1 huevo,

*1 cucharadita (de las de moka) de
levadura Royal o*

una (de las de café) de bicarbonato,

4 cucharadas soperas de aceite fino,

½ kg. de harina más o menos,

4 cucharadas soperas de leche fría,

*1 litro de aceite para freír las
rosquillas,*

2 cucharadas soperas de anís (licor),

azúcar glass para espolvorearlas.

6 cucharadas soperas de azúcar,

En una ensaladera se pone el huevo y se bate un poco con un tenedor. Se añade el

aceite, la leche y el anís. Se bate para que quede bien mezclado. Se agrega el azúcar y la

levadura. Después se va añadiendo la harina, la que admita ($\frac{1}{2}$ kg. más o menos). Se

forman unos rollitos de un dedo meñique fino de grueso y se hacen las rosquillas en

redondo.

Se pone el aceite a calentar y se fríen las rosquillas por tandas, primero con el aceite

poco caliente y después más caliente (cuando se hayan inflado), para que queden bien

cocidas por dentro y doradas por fuera.

Se sacan y se dejan escurrir. Cuando están aún

calientes, para que se adhiera bien, se espolvorean con azúcar glass o con azúcar molida

corriente.

**987.—ROSQUILLAS DE LIMÓN
(salen unas 35)**

3 huevos,

*3 cucharadas soperas de anís dulce
(licor),*

150 gr. de manteca de cerdo derretida,

1 kg. más o menos de harina,

¼ litro de leche fría,

350 gr. de azúcar,

la corteza de un limón rallada,

1 litro de aceite,

*1 cucharadita (de las de moka) de
levadura Royal azúcar glass para
espolvorear.*

o de bicarbonato,

En una ensaladera se pone todo junto,
menos la harina. Se mueve todo durante

15

minutos. Entonces se le va agregando la harina, poco a poco, hasta que se desprenda de

las paredes de la ensaladera.

Después se forman las rosquillas de un dedo meñique de grueso y se fríen en aceite

poco caliente para que se cuezan primero por dentro y se hinchen bien. Una vez bien

huecas, se da más fuego al aceite para que tomen un bonito color dorado. Se escurren y

después se espolvorean con azúcar

glass.

**988.—ROSQUILLAS ALARGADAS
DE ALMENDRAS (salen unas 50)**

3 huevos,

300 gr. de harina (más o menos),

200 gr. de azúcar,

1 cucharada sopera de kirsch,

100 gr. de almendras picadas,

1 litro de aceite (sobrará).

25 gr. de mantequilla,

En una ensaladera se ponen el azúcar, las almendras, los huevos y el licor. Se dan

vuelatas con una cuchara de madera durante un $\frac{1}{4}$ de hora. Aparte, en un cazo pequeño,

se pone la mantequilla a derretir (sin que cueza), se añade a la masa y, por último, se va

echando la harina, revolviendo lo menos posible. La masa tiene que quedar más bien

blanda, de manera que se puedan formar unas croquetitas largas, de unos 3 a 4 cm. y

anchas como un dedo meñique (pero habrá que untarse las manos con harina para poder

formarlas, pues al ser blanda la masa se pega mucho). Se pone el aceite a calentar en

una sartén grande y honda; cuando está empezando a calentarse, se retira del fuego y se

van echando las croquetas de forma que queden holgadas; se espera a que se hinchen y

se vuelve entonces a poner la sartén a fuego vivo, hasta que las croquetas empiecen a

dorarse. Se retiran con una espumadera y se dejan escurrir en un colador grande. Estas

croquetas suelen abrirse un poco, pero esto hace gracioso. Se pueden conservar una vez

frías, unos días, en una caja metálica.

**989.—POLVORONES DE
ALMENDRA (salen unos 50)**

300 gr. de manteca de cerdo,

1 huevo,

300 gr. de harina,

un pellizco de sal,

300 gr. de azúcar,

canela en polvo,

100 gr. de almendras tostadas molidas,

azúcar glass para espolvorearlos.

En una sartén sin nada se pone la harina a calentar. Se le da vueltas con una cuchara de

madera y antes de que tome color se retira (unos 7 minutos).

Se pone esta harina en una mesa de mármol en forma de círculo; en el centro

se pone la

manteca, el azúcar, las almendras, la canela, el pellizco de sal y el huevo. Se amasa muy

bien con las manos hasta que esté todo muy fino. Se coge un poco de masa (el grosor de

una nuez) y se forma una bola, que se aplasta para que quede un redondel grueso.

Se colocan los polvorones en una chapa de horno al lado unos de otros, sin poner nada

en la chapa, y se meten a horno muy

suave (más o menos 30 minutos).

Se sacan del horno y se dejan enfriar en la misma chapa. Se espolvorean con el azúcar

glass.

Se conservan en una lata o bien envolviéndolos cada uno con papel de seda.

990.—LAZOS FRITOS (salen unos 25)

Muy a propósito para meriendas de niños.



250 gr. de harina fina,

1 cucharada sopera de aguardiente,

harina para espolvorear la mesa,

un pellizco de sal,

2 huevos,

azúcar glass para espolvorearlos,

30 gr. de mantequilla,

1 litro de aceite fino (sobrará) ,

2 cucharadas soperas de azúcar,

En una ensaladera se ponen todos los ingredientes juntos y con la mano se amasa muy

bien. Una vez amasada en la ensaladera,

se espolvorea con harina una mesa de mármol y se amasa otro poco. Se vuelve a

espolvorear la mesa con harina y con un rollo pastelero se extiende la masa hasta que

quede muy fina. Se cortan unas tiras de un dedo de ancho y de unos 25 cm. de largas. Se

forman unos lazos.

En una sartén grande y honda se pone el aceite a calentar; cuando está en su punto (se

prueba echando una rebanadita de pan), se echan los lazos de cuatro en cuatro para que

no tropiecen y cuando están dorados se retiran. Se sirven en una fuente,

espolvoreándolos abundantemente con azúcar glass.

Se cogen la mitad del número de galletas que se vayan a preparar y se untan con la

mermelada. Se les pegan las otras galletas apretando un poco, pero sin romperlas, para

que se adhieran. Se pone a calentar en una sartén grande el aceite; cuando está caliente

(pero no demasiado, pues estas galletas se arrebatan en seguida), se fríen rápidamente.

Se sacan, se pasan por el azúcar y se colocan en la fuente donde se vayan a servir. Están

mejor recién hechas.

991.—GALLETAS «MARÍA»

FRITAS

4 galletas «María» por persona,

1 litro de aceite (sobrará),

mermelada de frambuesa o grosella,

1 plato con azúcar molida.

Se cogen la mitad del número de galletas que se vayan a preparar y se untan con la

mermelada. Se les pegan las otras galletas apretando un poco, pero sin romperlas, para

que se adhieran. Se pone a calentar en

una sartén grande el aceite; cuando está caliente

(pero no demasiado, pues estas galletas se arrebatan en seguida), se fríen rápidamente.

Se sacan, se pasan por el azúcar y se colocan en la fuente donde se vayan a servir. Están

mejor recién hechas.

992.—BUÑUELOS DE VIENTO (salen unos 25 medianos)

4 huevos,

1¼ vasos (de los de agua) de agua,

125 gr. de harina,

un pellizco de sal,

25 gr. de mantequilla,

1 litro de aceite (sobrará),

2 cucharadas soperas de azúcar,

azúcar glass.

la corteza rallada de un limón,

En un cazo se pone el agua, la mantequilla, el azúcar, el limón rallado y el pellizco de

sal. Todo esto junto se pone a cocer y

cuando hierve se echa de una vez la
harina y, sin

retirar del fuego, se dan vueltas con una
cuchara de madera hasta que la masa se

desprende de las paredes del cazo. Se
retira del fuego y se deja un rato que se
vaya

enfriando. Cuando la masa está
templada, se le incorporan los 4 huevos,
pero de uno en

uno. Hasta que cada huevo no quede
bien mezclado a la masa no se echa el
siguiente. Se

deja reposar esta masa durante 2 horas.

Se pone en una sartén honda el aceite a calentar;

cuando aún no está muy caliente, se separa del fuego y se echan unos montoncitos de

masa cogiéndolos con una cucharita de las de café y empujándola hacia el aceite con el

dedo para que los buñuelos adquieran bonita forma. Se les tiene un rato con la sartén

apartada del fuego para que se inflen y suban a la superficie del aceite.

Entonces se

vuelve a poner la sartén al fuego hasta que los buñuelos estén doraditos. Se sacan con

una espumadera y se dejan escurrir en un colador grande.

El secreto del éxito de estos buñuelos está en la manera de freírlos, para que se hinchen

bien y no quede la masa cruda en el centro.

Se pueden servir así, templados o fríos, espolvoreados con azúcar glass, o rellenos de

crema.

Nota.-Para hacer más cantidad de
buñuelos, es mejor repetir la receta que
añadir más

cantidad de ingredientes.

Relleno:

½ litro de leche,

1½ cucharadas soperas de maicena,

*1 corteza de limón (se pone en la leche
a cocer),*

½ cucharada sopera de harina,

3 yemas de huevo,

5 cucharadas soperas de azúcar.

Se procede como para la crema catalana (receta 1.033).

993.—PETITS-CHOUX

Con estas proporciones se hacen unos 30 petits-choux de tamaño grande como para

postre y unos 70 de tamaño pequeño como para aperitivo (receta 32).

1 vaso (de los de agua) de leche,

Relleno de crema:

50 gr. de mantequilla,

¾ de litro de leche,

50 gr. de manteca de cerdo,

150 gr. de azúcar,

1 cucharada pequeña de azúcar (o un terrón),

1 corteza de limón,

1 vaso (de los de agua) de harina (el mismo que 3 yemas de huevo,

el de leche),

1 clara de huevo a punto de nieve,

3 huevos enteros,

2 cucharadas soperas de harina (más bien llenitas).

2 claras de huevo sin batir,

Caramelo:

sal.

3 cucharadas soperas de azúcar,

1 cucharada sopera de agua.

Masa de los petits-choux:

En un cazo se pone la leche, la mantequilla, la manteca, la sal y el azúcar. Se pone a

fuego mediano y, cuando está todo derretido, se mueve con una cuchara de madera;

cuando empieza a hervir, se echa de golpe la harina, se mueve rápidamente durante unos

3 minutos y se separa del fuego la masa. Mientras tanto se hace la crema del relleno.

Se pone en un cazo la leche, el azúcar y la cáscara de limón a fuego mediano. En un

tazón se baten las 3 yemas con la harina y un par de cucharadas de leche fría, que se

habrá quitado de los $\frac{3}{4}$ de litro. Cuando la leche empieza a cocer, se coge con un cacillo

un poco de leche caliente y se añade al tazón, moviendo bien para que no se cuajen las

yemas. Se vierte en la leche cociendo y, sin dejar de mover, se cuece durante unos 3 a 5

minutos. Se aparta del fuego y se cuela por un colador de agujeros grandes (chino o

pasapurés) para retirar las cáscaras de limón y algún grumito si lo hubiese. Se pone en

sitio fresco (nevera) cuando esté templada.

La masa de los choux estará entonces templada y se le irán añadiendo, de uno en uno,

los 3 huevos enteros, esperando cada vez a que estén bien incorporados en la masa y,

por último, las 2 claras (sin montar).

Se engrasa una chapa de horno ligeramente con aceite fino, y con una cucharita de las

de café se forman unos montoncitos bastante alejados unos de los otros. Se

mete a

horno muy suave hasta que estén bien dorados. Se sacan y se dejan en espera.

La crema

del relleno estará fría. Se le añade una clara montada a punto de nieve que quede bien

incorporada y no se note. Se cortan los choux con unas tijeras, haciendo una raja de

unos 3 cm. de larga de costado, y con cuidado se presionan un poco para abrir esta boca.

Esta se hará hacia la mitad del choux

(con el fin de que la crema no se salga al cerrar la

raja) y con una cucharita de café se mete la crema.

Una vez todos los choux rellenos, se hace el caramelo para bañarlos por encima. Se

pone al fuego el azúcar y el agua; cuando está el caramelo dorado se mete rápidamente

la parte de arriba de cada choux en el caramelo y se saca en seguida. (Hay que tener

cuidado de agarrar muy bien el choux

para no quemarse.)

**994.—BRAZO DE GITANO (8
personas)**

*2 cucharadas soperas de fécula de
patata,*

*1 cucharada (de las de café) de
levadura Royal,*

*4 cucharadas soperas de harina,
un pellizco de sal,*

5 cucharadas soperas de azúcar,

1 paño limpio,

3 huevos,

mantequilla para untar la chapa,

1 clara,

azúcar glass.

un pellizco de vainilla en polvo,

Se montan a punto de nieve muy firmes las cuatro claras, con un pellizquito de sal. Se

les añaden las yemas, después el azúcar y por último, cucharada a cucharada, la mezcla

de la harina, la fécula y la levadura

(estos tres elementos se mezclarán en un plato

sopero antes de usarlos).

Se unta muy bien con mantequilla una chapa de horno bastante grande (37 x 26 cm. más

o menos) y poco alta; en el fondo se coloca un papel blanco también untado con

mantequilla. Se mete a horno más bien suave unos 35 minutos. Tiene que estar la masa

cocida (al pincharla con un alambre, éste tiene que salir limpio), pero no muy

dorada.

Se moja el paño de cocina en agua templada y se retuerce muy bien para que esté

húmedo pero sin agua. Se extiende en una mesa y en seguida se vuelca el bizcocho. Se

quita el papel pegado, se extiende el relleno con mucha rapidez y se enrolla el brazo de

gitano ayudándose con el paño. Una vez bien formado, se pone en una fuente cubierto

con un papel, hasta que se enfríe, y al ir

a servir se cortan las extremidades y se espolvorea con azúcar glass.

Rellenos:

1.º) Crema pastelera:

½ litro de leche,

1½ cucharadas soperas de maicena,

3 yemas de huevo,

½ cucharada sobera de harina,

5 cucharadas soperas de azúcar,

un pellizco de vainilla.

2.º) Mermelada de frambuesa o grosella y nata montada:

Una vez el bizcocho en el paño de cocina, se extiende una capa muy fina de mermelada

con un cuchillo. Encima de ésta se extiende nata montada dulce y se enrolla

rápidamente. Hará falta más o menos $\frac{1}{2}$ kg. de nata.

995.—MASAS PARA TARTAS

Para moldes de unos 25 cm. de diámetro.

1.^a receta:

1½ cucharadas soperas de maicena,

1 vaso (de los de vino) más o menos de agua fría,

½ cucharada sopera de harina,

sal (un pellizco),

un pellizco de vainilla.

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

mantequilla para untar el molde.

Se pone la harina en una ensaladera, se espolvorea con el pellizca de sal y el azúcar y se

añade la mantequilla (blanda) en trocitos (como avellanas). Con la punta de los dedos se

tritura esto lo menos posible, formando una especie de serrín grueso. Se va echando

entonces poco a poco (en tres veces, por ejemplo) el agua. Se espolvorea la mesa o

mármol y se echa la masa para amasarla un poco, y se forma una bola grande. Esta se

pone en sitio fresco tapada con un tazón, o envuelta en papel de plata, y se deja reposar

por lo menos 3 horas. Se puede preparar con más anticipación si se quiere. Al ir a

hacerla, se espolvorea harina en la mesa y se extiende con un rollo pastelero. Se traslada

con cuidado al molde previamente untado con un poco de mantequilla. Se recortan los

bordes que sobren y se pincha el fondo en varios sitios con un tenedor para que al cocer

no se formen pompas. Se puede poner a horno mediano unos 10 ó 15 minutos y

rellenarla después a medio cocer.

Se pueden poner en el fondo un puñado de garbanzos o judías (sin remojar) para que no

se deforme la masa al cocer sin relleno. Al poner el relleno, se quitan.

Se puede batir con un tenedor una clara de huevo (sólo como sí fuese para tortilla) y con

una brocha plana untar el fondo y los bordes para cuando se rellena la tarta con fruta

que pueda soltar algo de jugo.

2.^a receta (masa quebrada sencilla):

125 gr. de harina fina,

1 clara de huevo,

60 gr. de mantequilla,

mantequilla para untar el molde,

2 cucharadas soperas de agua,

harina para espolvorear la mesa.

*2 cucharadas soperas rasadas de
azúcar,*

Se tiene la mantequilla sacada de la nevera para que esté blanda, sin estar

derretida. Se

pone la harina en una mesa de mármol, se añade la mantequilla, el azúcar y el agua. Se

trabaja muy poco con la punta de los dedos. Una vez mezclado todo, se forma una bola

y se deja descansar unos 30 minutos.

Se espolvorea la mesa con harina y se estira la masa con un rollo de pastelería. Se

coloca en el molde de tarta con cuidado (éste estará previamente untado de mantequilla)

y se pincha el fondo con un tenedor para que no se hagan pompas. En un plato sobero se

pone una clara de huevo ligeramente batida con un tenedor (sólo para romper las

hebras). Con una brocha se pasa por los bordes del molde y en el fondo. Se mete en el

horno flojo unos 15 minutos. Se saca, se rellena con lo que se quiera y se vuelve a meter

en el horno.

3.^a receta de masa francesa para tartas:

100 gr. de mantequilla,

*3 cucharadas soperas de leche caliente
(no*

hirviendo),

250 gr. de harina,

sal,

2 yemas de huevo,

2 ó 3 cucharadas soperas de azúcar.

20 gr. de levadura de panadero,

En un vaso se pone la leche templada y la levadura durante unos 10 minutos.

En una ensaladera se vierte este líquido y se añaden las yemas, la mantequilla (blanda)

y, por último, la harina y la sal. Se amasa entonces con la mano. Se extiende con la

mano o con un rolo de pastelería y se coloca sobre una chapa untada previamente con

mantequilla. Se cubre con un paño limpio, dejando que la masa repose y suba durante $\frac{1}{2}$

hora.

Se pincha todo el fondo con un tenedor,

sin llegar a traspasar del todo la masa.

Se espolvorea entonces con el azúcar.
Ya está preparada para el relleno que
más se

prefiera.

4.^a receta de masa sable para tartas
(para un molde de unos 20 cm. de
diámetro):

250 gr. de harina,

1 huevo,

125 gr. de mantequilla,

la corteza de ½ limón rallada,

20 gr. de mantequilla (para untar el molde),

harina para espolvorear la mesa,

3 cucharadas soperas de azúcar,

un pellizco de sal.

Se tiene la mantequilla fuera de la nevera para que esté blanda. En un tazón se pone el

azúcar y la sal y se casca el huevo entero. Se bate todo junto hasta que el azúcar y la sal

se queden bien incorporados y no se noten.

En un mármol se echa la harina,
formando un montón. En el centro se
hace un hoyo y se

vierte dentro el huevo batido con la sal y
el azúcar. Por encima de la harina se
ponen

trocitos de mantequilla blanda. Se
trabaja con la punta de los dedos,
rápidamente y sin

amasar casi, para que la masa se quede
bien sable (es decir, quebradiza).

Se unta un molde con los 20 gr. de
mantequilla, se estira la masa con un
rollo de madera

sobre el mármol espolvoreado con harina y se traslada al molde, dándole buena forma y

cortando las sobras.

Se pincha el fondo de la masa con un tenedor en varios sitios y se mete a horno

templado. Se puede dejar cocida en blanco o dorada, según el relleno que se vaya a

poner.

5.^a receta de masa con almendras (para un molde de 24 a 26 cm. de diámetro):

200 gr. de harina fina,

2 cucharadas soperas de leche fría,

105 gr. de mantequilla (blanda),

un pellizco grande de sal,

1 huevo pequeño,

pan rallado fino,

50 gr. de almendra cruda molida,

20 gr. de mantequilla para untar el molde,

3 cucharadas soperas de azúcar,

un poco de harina para espolvorear la mesa y el

rollo.

Se mezclan la harina y la sal y se agrega la mantequilla blanda dividida en trocitos. Se

trabaja sólo un poco la masa con la punta de los dedos. Se añade casi en seguida el

azúcar, el huevo batido como para tortilla, la leche y, al final, las almendras molidas

finas. Se trabaja lo menos posible la masa, sólo lo necesario para que quede

todo bien

incorporado. Se forma con la masa una bola, que se cubre con un paño limpio por

espacio de una hora. Se unta un molde redondo con los 20 gr. de mantequilla y se

espolvorea con un poco de pan rallado, sacudiendo el molde para quitar lo sobrante.

Pasada la hora de reposo, se estira la masa sobre un mármol, espolvoreado ligeramente

de harina, con un rolo pastelero. Se

coloca en el molde, se pincha con un tenedor todo

el fondo para que al cocer no se infle y se mete al horno, previamente calentado y

mediano, unos 25 a 30 minutos más o menos. Esta tarta se puede rellenar de nata y

fresa, grosellas, frambuesas o también de cerezas, pero a éstas se les quitan los huesos y

se cuecen ligeramente en un almíbar.

Si éste fuese el relleno, se debe batir ligeramente un poco de clara y untarla

con una

brocha plana por todo el fondo, con el fin de que quede impermeabilizado para la fruta,

crema o nata.

996.—MANERA DE COCER LAS FRUTAS PARA EL RELLENO DE LAS TARTAS

Se hace un almíbar con $\frac{1}{4}$ de litro de agua (un vaso, de los de vino, lleno) y 4

cucharadas soperas de azúcar. Se pone a cocer, y cuando lleva unos 10 minutos se echa

la fruta (manzanas peladas y cortadas en gajos, ciruelas partidas por el medio y quitado

el hueso, cerezas o albaricoques, etc.)
Se dejan cocer de manera que queden blandas

pero sin deshacerse. Se escurren de este jugo, se colocan en la masa anteriormente

preparada para ello y en el almíbar se deshacen 2 cucharaditas (de las de café) de fécula

de patata con unas gotas de agua fría. Se cuece unos minutos y se vierte sobre la tarta ya

preparada.

Fresones o fresas:

2 cucharadas soperas de mermelada,

*½ hoja escasa de cola de pescado,
deshecha en 3*

cucharadas soperas de agua caliente.

3 cucharadas soperas de agua,

3 cucharadas soperas de azúcar,

Se colocan crudos encima de la tarta ya cocida y se bañan con un poco de mermelada de

grosella o albaricoque, cocida con agua, azúcar y cola de pescado y colada por un

colador por encima de la fruta.

997.—TARTA DE MANZANA

Masa: receta 995, 2.^a receta.

Relleno:

3 manzanas reinetas,

½ vaso (de los de agua) de agua,

un puñado de pasas de Corinto,

1 cucharada sopera llena de azúcar.

2 cucharadas soperas de mermelada de

albaricoque,

Una vez hecha la masa, se rellena la tarta como sigue:

En un cazo se pone el agua, el azúcar y las pasas. Se calienta a fuego mediano y se deja

cocer despacio unos 10 minutos. Se separa del fuego y se deja en espera.

Se cortan las manzanas en cuatro. Se pelan, se quitan los centros duros y se

cortan en

gajos finos. Se colocan éstos primero todo alrededor de la masa ligeramente montados

unos encima de otros, después otra fila hasta llegar al centro de la tarta. Se mete la tarta

a horno suave unos 20 minutos más o menos. Se saca, se espolvorean las pasas

escurridas. En el almíbar de las pasas se añade la mermelada, se cuece unos 5 minutos a

fuego vivo.

Se retira, se enfría un poco para que quede templado y se vierte esta salsa, colándola por

un colador (no muy fino), sobre la tarta.

Se deja enfriar y se sirve así o con un poco de nata montada recubriendo la tarta.

998.—TARTA DE FRUTAS (6 a 8 personas)

1 molde de unos 23 cm. de diámetro,

2 cucharadas soperas de maicena,

$\frac{3}{4}$ de kg. de fruta: naranjas (3 grandes), o 1 huevo,

albaricoques, o peras, o manzanas,

1 clara,

1½ vasos (de los de agua) de leche fría,

5 cucharadas soperas de agua (1 decilitro),

8 cucharadas soperas de azúcar,

2 cucharadas soperas de mermelada de

albaricoque,

*masa de la tarta (receta 995, 1.^a
receta).*

La clara se bate como para tortilla y con una brocha se pasa por el fondo y los bordes de

la tarta antes de meterla en el horno.

Se cuece durante unos 25 minutos la masa, y mientras tanto se prepara el relleno.

Preparación del relleno:

En un cazo se ponen 5 cucharadas soperas de azúcar con el decilitro de agua a cocer. Se

cuece unos 5 minutos y se le añade la fruta pelada (si son naranjas, peras o manzanas;

sin pelar y partidas por medio y quitada la almendra, si son albaricoques). Se dejan

cocer en el almíbar unos 8 minutos (según sea la fruta). Se sacan del almíbar. Aparte, en

un tazón, se deslíe la maicena con un

poco de leche fría. Se pone el resto de la leche a

cocer con 3 cucharadas de azúcar. Cuando rompe a hervir, se añade la maicena y, sin

dejar de mover con una cuchara de madera, se deja unos 3 minutos cociendo. Mientras

tanto la masa estará ya cocida. Se bate como para tortilla el huevo y se añade poco a

poco a la maicena, moviendo muy bien. Se vierte esto en el fondo de la tarta. Se coloca

la fruta encima, formando un bonito dibujo, y se mete a gratinar en el horno unos 5

minutos.

Se saca y se deja enfriar. Se vuelca entonces la tarta en una tapadera y otra vez ésta en la

fuelle donde se vaya a servir, o se hace la tarta en una chapa con un aro amovible

especial. En el almíbar que ha quedado de cocer la fruta se añade la mermelada de

albaricoque, se cuece unos 10 minutos y,

cuando se vaya a servir la tarta, se cuele este

jugo por un colador de agujeros no muy finos y se vierte por encima sin que haya mucho líquido, sólo una capa fina.

El relleno se pone sólo $\frac{1}{2}$ hora antes de servir, pues más tiempo se remoja mucho la

masa.

En este tipo de tarta se puede suprimir la crema de maicena. Habrá entonces que poner

más cantidad de fruta, y antes de colocar

ésta se espolvorea con un poco de azúcar el

fondo. Por lo demás, se procede igual que se ha explicado anteriormente.

999.—TARTA DE LIMÓN (6 personas)

1 molde de unos 22 cm. de diámetro.

Masa quebrada:

200 gr. de harina,

la ralladura de un limón,

80 gr. de mantequilla,

el zumo de 2 ó 3 limones (según tamaño).

1 huevo,

Merengue:

1 cucharada sopera de aceite fino,

3 claras de huevo,

un pellizco de sal,

2 cucharadas soperas de azúcar glass,

1 cucharada sopera de azúcar,

1 cucharada (de las de café) de harina fina,

un poco de agua fría.

un pellizquito de sal.

Relleno:

1 bote de leche condensada,

3 yemas de huevo,

Se hace la masa quebrada según está explicado en la receta 995, 1.^a receta, y se deja

hecha una bola en sitio fresco durante unas horas.

En el momento de ir a hacer la tarta, se espolvorea un mármol con harina y se

estira la

masa con el rollo pastelero. Se coloca en el molde. Se pincha todo el fondo con un

tenedor (con el fin de que al cocerse no se formen pompas) y se colocan unas judías o

unos garbanzos por encima del fondo. Se mete a horno medianamente caliente y se deja

hasta que empieza a dorarse la masa (unos 30 minutos más o menos).

Se bate ligeramente en un tazón como $\frac{1}{2}$ clara de huevo, pero sólo hasta que esté

espumosa. Con una brocha se unta el fondo de la tarta (quitados los garbanzos o judías).

Se vuelve a meter en el horno 5 minutos para que se seque la clara. En una ensaladera se

baten las 3 yemas con la ralladura del limón y se vierte poco a poco la leche condensada

y luego el zumo de los limones. Se vierte esta crema en la tarta. Se hace el merengue

batiendo muy firmes las claras con un poquito de sal. Una vez batidas se les añade,

moviendo entonces con una cuchara, el azúcar y la harina. Con este merengue se cubre

la tarta y se vuelve a meter al horno para dorar. Cuando el merengue empieza a dorarse

se saca, se deja enfriar y se sirve la tarta.

Nota.- Se puede también hacer el relleno de crema de limón (receta 1.057). Así resulta

una tarta más al estilo inglés.

1.000.—PASTEL DE QUESO ALEMÁN (6 personas)

1 molde de 25 cm. de diámetro (que se desarme de costado, o con chapa y bordes

separados).

Masa quebrada:

200 gr. de harina,

Relleno:

80 gr. de mantequilla,

1/4 kg. de queso de Burgos,

1 cucharada sopera de aceite fino,

1 decilitro de nata líquida (o leche en

bote Nestlé),

1 yema de huevo,

3 huevos,

1 vaso (de los de vino más o menos) de agua fría, 50 gr. de almendra rallada,

1 cucharada (de las de café) de azúcar,

un pellizco de vainilla en polvo,

un pellizco de sal,

100 gr. de azúcar,

20 gr. de mantequilla para untar el molde.

un puñado de pasas de Corinto (ya remojadas en agua templada).

Se hace la masa quebrada (receta 995, 1.^a receta). Se unta ligeramente el molde (mejor

uno que se desarme) con mantequilla y se pone la masa. Se pincha todo el fondo con un

tenedor para que no se infle al cocer. Se mete a horno suave 20 minutos. Mientras tanto

se prepara el relleno. En una ensaladera se pone el queso de Burgos, que tiene

que ser

muy fresco. Se deshace con el dorso de un tenedor. Se añade la nata, la vainilla, el

azúcar, la almendra rallada y las 3 yemas, revolviendo bien. Se montan las claras a

punto de nieve firme y se revuelve con lo demás. Al final se agregan las pasas de

Corinto escurridas. Se vierte esta mezcla en el molde, se vuelve a meter la tarta en el

horno a fuego mediano durante más o

menos una hora. Se saca del horno, se deja

templar, se desmolda y se pasa la tarta a la fuente donde se vaya a servir.

1.001.—TARTA DE YEMA

Se hace la masa (receta 995, 3.^a receta).

Cuando ha reposado $\frac{1}{2}$ hora, se espolvorea con el azúcar y se cubre con la siguiente

crema:

3 huevos,

mantequilla (40 gr. más o menos).

su mismo peso de azúcar,

*30 gr. de almendra rallada (2
cucharadas soperas)*

(facultativo).

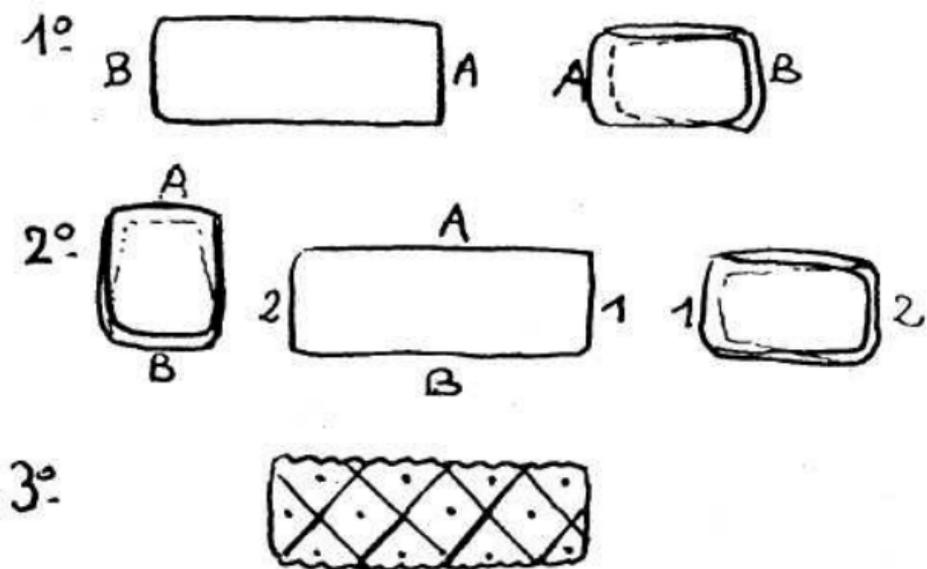
Se baten los huevos como para tortilla,
se les añade el azúcar y la almendra
rallada (si se

quiere) y se vierte en seguida sobre la
tarta. Se coloca la mantequilla en forma
de unas 6

avellanitas esparcidas por encima de la
tarta y se mete a horno mediano unos 20

minutos, con fuego sólo debajo, y

después se dora, dando más fuerza al
horno hasta que



esté dorada la crema de yema. Se saca
del horno y cuando está templada se
vuelca dos

veces, para que la crema quede arriba si
se ha hecho en molde fijo, o bien se

quita el aro

y se pasa la punta redonda de un cuchillo para correrla a la fuente donde se irá a servir.

1.002.—HOJALDRE (6 personas)

200 gr. de harina,

agua fría,

125 gr. de manteca de cerdo,

un pellizco de sal,

*125 gr. de margarina (Tulipán,
etcétera),*

½ huevo (para pintar el hojaldre),

el zumo de un limón.

harina para la mesa.

La manteca y la margarina deben estar fuera de la nevera para tener una consistencia

mediana, ni dura ni blanda.

Se tiene que procurar hacer el hojaldre en sitio fresco (sobre todo en verano).

Se mezclan la harina y la sal. Se ponen en un montón en una mesa de mármol y se cubre

con la manteca y la margarina en trocitos. Se mezcla primero ligeramente con un

cuchillo. Se añade el zumo de limón y el agua (ésta depende de la clase de harina, pero

siempre poca). Se enharina la mesa y se amasa un poco.

Con un rodillo de pastelería se estira en forma alargada y se dobla en tres.

Se deja reposar 15 minutos. Se enharina otro poco la mesa y se vuelve a estirar poniendo la masa al contrario.

Se repite esta operación tres veces, esperando cada vez 15 minutos. Después se deja

reposar la masa por lo menos 2 horas. Yo aconsejaría hacerla la víspera. Se envuelve en

un papel de plata y se deja en sitio fresco (no muy frío). Se Vuelve a estirar con el

rodillo y se rellena. Se debe colocar el hojaldre en una chapa de horno ligeramente

húmeda (con una esponja o Spontex bastará para humedecerla). Se cuece a horno fuerte

unos 30 minutos. Como el hojaldre se suele rellenar, además de hacer unos dibujos con

la punta de un cuchillo, hay que pinchar la masa con un alambre en varios sitios para

hacer chimeneas. Para que salga bonito y brillante el hojaldre, se pinta con un huevo

batido utilizando una brocha.

Rellenos:

Se puede rellenar de crema (natillas con bastante harina o maicena, con el fin de que

queden espesas). Receta 1.032. Crema pastelera, receta 1.036, suprimiendo el añadirle

la clara de huevo a punto de nieve).

De mermelada.

De compota de manzanas (receta 1.006).

Se mezcla el puré con un puñadito de pasas de Corinto y con nueces. El puré tendrá que

escurrirse muy bien para no estropear el hojaldre.

De fruta en almíbar, como piña, pera,

etc., muy escurrida.

1.003.—MANZANAS ASADAS

*1 manzana de buen tamaño por
persona,*

un poco de agua fría,

*1 cucharada (de las de café) de azúcar,
mermelada del sabor que más guste (la
de*

albaricoque resulta muy bien),

*mantequilla (una bolita del tamaño de
una*

avellana).

o natillas claritas,

Con un aparato especial o con un cuchillo de punta se quita el corazón de cada manzana

sin calar al fondo. Se limpian muy bien las manzanas con un paño. Se ponen en una

fuelle resistente al horno.

En el agujero de cada manzana se echa azúcar y por encima se coloca la mantequilla.

En el fondo de la fuente (para unas 6

manzanas) se ponen unas 3 cucharadas
soperas de

agua. Se meten a horno mediano
(previamente calentado) y cuando están
asadas (unos

30 minutos, pero depende de la clase de
las manzanas) se pincha con un alambre
un

costado para saberlo; si el alambre entra
bien, están en su punto. Se sirven frías o,

mejor, templadas, rellenando el agujero
con cualquier mermelada (la de
albaricoque

resulta muy bien) o cubiertas con

natillas (receta 1.032).

1.004.—MANZANAS ASADAS CON NATA Y CAMELO

Se rellenan las manzanas, ya asadas y casi frías, con nata montada dulce y se rocían con

una salsa de caramelo líquido (receta 102).

1.005.—MANZANAS ASADAS CON ALMENDRAS (6 personas)

6 manzanas reinetas grandecitas,

50 gr. de almendras tostadas y picadas,

30 gr. de mantequilla,

2 yemas,

5 cucharadas soperas de azúcar,

6 guindas,

un puñado de pasas de Corinto (30 gr.),

unas cucharadas soperas de agua,

2 cucharadas soperas de ron,

½ limón.

Se ponen las pasas en remojo con el ron ligeramente calentado (cuidando que no se

prenda) y una cucharada sopera de agua. Mientras se remojan, se vacían los centros de

las manzanas con un aparato especial o con un cuchillo; se pelan y se frotan con el $\frac{1}{2}$

limón para que se queden blancas.

En una ensaladera pequeña se baten las yemas con el azúcar, se les añade después la

mantequilla blanda, las almendras y al final las pasas de Corinto escurridas de su jugo.

Con esta crema se rellenan las

manzanas. Se colocan en una fuente resistente al horno.

Se pone el resto del ron que ha quedado de las pasas con un par de cucharadas soperas

de agua en el fondo de la fuente y se meten a horno mediano (previamente calentado)

durante más o menos 30 minutos, según la clase y el tamaño de las manzanas. Se sacan

cuando están en su punto y se sirven templadas o frías, poniendo sobre cada manzana

una guinda.

1.006.—COMPOTA DE MANZANAS
(6 personas)

2 kg. de manzanas reinetas,

6 cucharadas soperas de azúcar.

1 ramita de canela,

Se pelan las manzanas y se cortan en cuatro partes, se les quita el corazón duro con las

pepitas y se cortan otra vez en trozos que no sean demasiado pequeños. Se ponen en un

cazo y se espolvorean con el azúcar. Se echa la ramita de canela y se pone el cazo a

fuego mediano. De vez en cuando, con una cuchara de madera se dan unas vueltas a las

manzanas hasta que estén cocidas (tardarán unos 35 minutos).

Se retira la canela y se vierte esta compota tal cual en una ensaladera; se deja enfriar

antes de servir. Se puede entonces añadir una cucharada sopera de ron. También hay

quien prefiera la compota hecha puré.
Una vez cocida y templada la manzana,
se pasa

por el pasapurés.

1.007.—COMPOTA DE MANZANAS PARA ACOMPAÑAR LA CARNE

Se prepara y se cuece como en la receta anterior, pero sin echarle a las manzanas ni la

canela ni el azúcar. Siempre se sirve en puré, es decir, muy machacada la manzana e

incluso pasada por el pasapurés.

1.008.—PURÉ DE MANZANAS CON ZUMO DE NARANJA (6 personas)

2 kg. de manzanas reinetas,

6 cucharadas soperas de zumo de naranja,

3 cucharadas soperas de agua fría,

1 trozo de corteza de naranja,

6 cucharadas soperas de azúcar,

2 cucharadas soperas de ron (facultativo) .

Se pelan las manzanas y se cortan en cuatro. Se les quita el corazón y se

vuelven a

cortar en trozos un poco más pequeños. Se ponen en un cazo con el agua y la corteza de

la naranja. Tapando el cazo, se cuecen a fuego lento. Cuando están las manzanas bien

blandas (30 minutos más o menos), se les añade el zumo de naranja. Se retira la corteza

y se vuelve a poner a fuego mediano durante unos 10 minutos, hasta que el zumo esté

embebido. Se retira del fuego y en

caliente se añade el azúcar,
revolviéndolo bien.

Se pone el puré en una ensaladera de
cristal y una vez frío se le agrega el ron.
Se sirve

con lenguas de gato o galletas.

1.009.—MOUSSE DE MANZANAS CON NATILLAS (6 personas)

*8 manzanas reinetas medianas (1¼
kg.),*

Natillas:

6 cucharadas soperas de azúcar,

3/4 de litro de leche,

2 cucharadas soperas de ron,

6 cucharadas soperas de azúcar,

4 claras de huevo a punto de nieve (con un poco 1 cucharada sopera rasada de maicena,

de sal),

3 yemas de huevo,

para caramelo:

vainilla.

3 cucharadas soperas de azúcar,

2 cucharadas soperas de agua fría.

En un cazo se ponen las manzanas peladas y cortadas en trozos. Se espolvorean con

azúcar y se ponen a cocer a fuego lento hasta que se deshagan bien (unos 20 minutos).

Cuando están cocidas, se escurren bien en un colador. Se ponen en un paño de cocina

limpio, se unen las cuatro esquinas y se cuelga en vilo durante unos 10 minutos con el

fin de que escurra el sobrante de

líquido.

Se prepara una flanera con caramelo hecho con 3 cucharadas soperas de azúcar y 2

cucharadas soperas de agua. Cuando está tostado de un bonito color, se vuelca hacia los

lados para que se cubra bien la flanera.

Aparte se hacen las natillas (receta 1.032), que se ponen a enfriar en la nevera.

Una vez escurrida la compota para hacer la mousse de manzanas, se añaden 2

cucharadas soperas de ron y después las claras montadas a punto de nieve muy firmes

(con un pellizco de sal). Se revuelve todo con mucho cuidado para que no se bajen las

claras. Se vierte en la flanera y se pone al baño maría (el agua estará hirviendo al meter

la flanera) en el horno, por espacio de una hora, a fuego mediano.

Se saca del horno después de este tiempo y se deja enfriar en el mismo molde. Se vuelca

la mousse en el momento de servirla y se rocía con algo de natillas. El resto de las

natillas se sirve en salsa.

**1.010.—BUÑUELOS DE MANZANA
(6 personas)**

4 manzanas reinetas medianas,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

3 cucharadas soperas de azúcar,

3 cucharadas soperas de vino blanco,

4 cucharadas soperas de ron,

1 cucharada sopera de azúcar,

1½ cucharadas soperas de agua,

*1 cucharadita (de las de moka) de
levadura Royal,*

1 limón.

1 litro de aceite para freír (sobrará),

Masa de envolver:

1 plato con azúcar.

300 gr. de harina,

un pellizco de sal,

2 decilitros de leche fría,

Se pelan las manzanas enteras y se vacían los centros con un aparato especial (un tubo

de $1\frac{1}{2}$ cm. de diámetro). Se cortan en redondeles de más o menos $\frac{1}{2}$ cm. de grosor y se

frotan con $\frac{1}{2}$ limón para que queden blancos.

En una fuente o plato sopero grande se pone el azúcar, el agua y el ron, se mezclan bien

y se sumergen las rodajas de manzana un buen rato ($\frac{1}{2}$ hora). Se revuelven de vez

en

cuando para que se empapen bien todas.
Mientras tanto se prepara la masa de
freír. En

una ensaladera se pone la harina y la sal
mezcladas, en el centro se pone el vino,
el

aceite y el azúcar, se revuelve todo junto
con una cuchara de madera y se va
agregando

la leche fría.

Se deja reposar esta masa por lo menos
 $\frac{1}{2}$ hora (**sin ponerle la levadura**).

Al ir a hacer los buñuelos, se pone el aceite a calentar en una sartén honda y amplia. Se

tendrán las rodajas de manzana escurridas y puestas sobre un paño de cocina, que se

dobra para secarlas por las dos caras, y sólo entonces se añadirá la levadura a la masa de

freír.

Se meten las rodajas de manzana en la masa, una por una, y se fríen. Cuando están

doradas se sacan, se escurren un rato en

un colador grande y, calientes aún, se pasan

ligeramente por el azúcar del plato.

Se colocan en una fuente y se tienen en espera a la boca de! horno para que no se

enfríen los buñuelos, que son mejores servidos templados.

**1.011.—FRITOS DE PURÉ DE
MANZANA, BARATOS Y RÁPIDOS
(6 personas)**

6 manzanas reinetas grandecitas (1¼ kg.),

6 cucharadas soperas de azúcar,

5 cucharadas soperas de harina fina,

1 litro de aceite (sobrará),

1 plato con azúcar molida.

Se pelan y se rallan las manzanas; se mezclan con la harina y el azúcar. Esta masa se

coge con una cuchara y se vierte en aceite bien caliente. Al sacar cada frito, se reboza en

el plato del azúcar y se pone en la fuente de servir. Se tendrán al calor suave hasta el

momento de servirlos.

1.012.—TORTILLA DE MANZANAS FLAMEADA (5 a 6 personas)

6 huevos,

*5 cucharadas soperas de coñac o de
ron,*

3 manzanas reinetas,

un pellizco muy pequeño de sal,

3 cucharadas soperas de aceite fino,

aceite para la tortilla.

30 gr. de mantequilla,

5 cucharadas soperas de azúcar,

Se pelan y se quitan los centros de las manzanas, cortando éstas como si fueran patatas

para una tortilla de patatas. En una sartén se pone a calentar las cucharadas de aceite y la

mantequilla juntos y se fríen las manzanas hasta que se doren. En otra sartén grande se

pone aceite para que cubra el fondo y se caliente. Se baten muy fuerte los huevos con un

pellizco de sal y se vierten en la sartén;

cuando empiezan a cuajarse, se colocan las

manzanas en medio círculo y se espolvorean con 2 cucharadas de azúcar. Se dobla la

media tortilla que queda sin nada como si fuese una empanadilla grande.

Se pone en una fuente, se espolvorea con el resto del azúcar. En un cazo pequeño se

calienta el ron o el coñac, se prende con una cerilla y se rocía con él la tortilla, que se

pasa a la mesa en seguida mientras está

ardiendo, cogiendo el jugo del coñac con una

cuchara sopera y rociando la tortilla con el fin de que el alcohol quede bien quemado y

no sea tan fuerte.

1.013.—TARTA DE MANZANAS BORRACHA (6 personas)

100 gr. de mantequilla,

azúcar glass para adornar la tarta,

5 cucharadas soperas de harina fina,

mantequilla para untar el molde.

5 cucharadas soperas de azúcar,

Baño:

*1 cucharada (de las de café) de
levadura Royal,*

125 gr. de azúcar,

2 huevos,

*1 vaso (de los de vino) de agua (un
decilitro),*

½ kg. de manzanas, un pellizco de sal,

*½ vaso (de los de vino) de ron (½
decilitro).*

En un cazo que esté templado se pone la mantequilla (blanda), el azúcar y la sal, se

mezclan bien con una cuchara de madera, se añaden después uno a uno los huevos,

luego la harina y al final la levadura.

Por otro lado, se pelan las manzanas, se cortan en cuatro gajos, se les quita el corazón y

las pepitas, y se parten en gajos no muy finos.

Se unta bien de mantequilla un molde redondo de unos 20 cm. de diámetro y

de borde

bastante alto, en el cual se vierte la masa. Sobre ésta se colocan las manzanas en

redondo y se mete a horno suave unos 40 minutos.

Mientras se cuece la tarta, se hace el baño, poniendo en un cazo el agua y el azúcar a

cocer durante 10 minutos; después se añade el ron y se cuece otros 5 minutos. Se guarda

al calor. Cuando la tarta está cocida (se pincha con un alambre para saberlo), se

saca del

horno y, estando aún caliente (que pasen unos 5 minutos), se pasa un cuchillo por los

bordes y se desmolda primero en un plato y se vuelve en la fuente donde se vaya a

servir, con el fin de que las manzanas queden a la vista. Se rocía poco a poco con el

almíbar y, al ir a servir, una vez fría la tarta, se espolvorea con azúcar glass.

**1.014.—FLAN-TARTA DE
MANZANAS (O DE CEREZAS) (6 a**

8 personas)

6 huevos,

2 cucharadas soperas de agua,

$\frac{3}{4}$ de kg. de manzanas reinetas,

*2 cucharadas soperas de azúcar, para
cocer las*

manzanas

3 suizos (del día anterior),

3 cucharadas soperas de azúcar,

2 vasos (de los de agua) de leche,

2 cucharadas soperas de agua, para hacer el

*2 cucharadas soperas de coñac,
caramelo de bañar la flanera*

6 cucharadas soperas de azúcar,

$\frac{3}{4}$ kg. de nata montada (facultativo) ,

un pellizco de vainilla en polvo,

unas frutas confitadas para adornar.

$\frac{1}{2}$ corteza de limón rallada.

Se pelan y se cortan las manzanas, quitándoles el centro; se cuecen como

para compota

con las 2 cucharadas de agua y las 2 de azúcar, moviéndolas de vez en cuando con una

cuchara de madera. Una vez cocidas, se escurren de todo el líquido que les pueda

quedar. Para esto se pone la compota en un paño de cocina, se unen las cuatro esquinas

y se pone en vilo un rato (10 minutos), o se escurren en un colador grande de tela

metálica.

En una ensaladera se baten los huevos con el azúcar; después se les añade la leche, el

coñac, la vainilla y el limón rallado. Se cortan los suizos en rodajas delgadas y se ponen

en el fondo de una flanera previamente bañada de caramelo claro: una capa de suizos en

el fondo, después otra capa de compota, alternando hasta que se agoten las dos cosas. Se

echa por encima el batido de la ensaladera, teniendo en cuenta que no debe llegar al

mismo borde, pues, aunque poco, algo sube la tarta. Se mete en el horno al baño maría

(con el agua ya caliente) durante más o menos unos 35 minutos. Se saca, se deja enfriar

antes de volcarlo en la fuente donde se vaya a servir.

Si se quiere, se puede cubrir con nata montada y adornar con fruta confitada, formando

un bonito dibujo, pero esto es facultativo.

Nota.-Esta tarta queda también muy

buena con cerezas (picotas). Se les quita el hueso y

se cuecen igual que las manzanas, se procede lo mismo.

1.015.—POSTRE DE COMPOTA DE MANZANAS CON SOLETILLAS Y NATA (6

personas)

1½ kg. de manzanas reinetas,

¼ kg. de nata montada,

6 cucharadas soperas de azúcar,

unas 15 ó 16 soletillas (de las de papel,

o sea, un

poco firmes),

1 vaso (de los de vino) de agua,

agua fría.



Se cortan las puntas de las soletillas de un solo lado, para que queden rectas.

En un cazo pequeño se ponen 3 cucharadas soperas de azúcar con un

poco de agua. Se

hace caramelo. Cuando está dorado, se mojan las soletillas de una en una, sólo por la

parte cortada y a una altura de 2 cm. más o menos. Se pegan rápidamente derechas en la

fuelle de porcelana o loza donde se va a servir el postre, formando como un molde

redondo. Se mantienen de pie gracias al caramelo que se enfría.

Aparte se pelan, se cortan y se quitan los centros de las manzanas, y se ponen en

un

cazo con las otras 3 cucharadas soperas de azúcar y el vaso de agua. Se cuecen muy

bien, a fin de que quede bien deshecha la compota y sin nada de caldo (si lo hubiese se

escurre, poniendo la compota en un paño de cocina limpio, uniendo las cuatro esquinas,

y dejándolo en vilo durante unos 10 minutos, o se escurre puesta la compota en un

colador de tela metálica).

Se pone la compota a enfriar en la nevera.

En el momento de servir, se vierte la compota en el centro de las soletillas, se cubre con

nata (si ésta no está bastante dulce, se le añade azúcar e incluso, si está espesa, una clara

de huevo montada a punto de nieve, pero esto es facultativo) y se sirve. No se puede

poner la compota con anticipación, pues ésta ablanda las soletillas y se caerían.

Nota.-Se puede adornar la nata con un

picadito de almendras garrapiñadas o con unos

hilos hechos con caramelo batido con un tenedor cuando esté el caramelo empezando a

dorarse.

1.016.—PERAS CON NATA Y CHOCOLATE (6 personas)

6 peras grandes (amarillas de Roma o de agua),

4 cucharadas soperas de azúcar,

¼ kg. de nata montada,

2 vasos (de los de vino) de agua,

6 cucharadas soperas de azúcar,

1 trozo de mantequilla (25 gr.),

un poco de canela en rama,

agua.

6 onzas de chocolate,

Se pelan las peras y se cortan en dos a lo largo. Con cuidado y con un cuchillo de punta

se les quita el centro de las pepitas. Se ponen en una cacerola amplia para que no estén

montadas unas encima de otras, se espolvorean con el azúcar y se echa la canela; se

vierte agua para que las cubra muy poco y se ponen a fuego mediano. Se dejan hasta

que estén bien cocidas (es decir, cuando se ponen como transparentes, o se pinchan con

un alambre que las debe atravesar con suavidad). Una vez en su punto, se retiran de su

jugo para que se enfríen y escurran bien. Se pueden presentar en unas copas de

champán. Se reparte la nata en las 6 copas, se colocan 2 medias peras en cada copa con

el centro (lo hueco) sobre la nata. Se dejan en sitio fresco (o en la nevera).

En un cazo se echa el agua, el azúcar y el chocolate cortado en trocitos, se pone al fuego

y, cuando está derretido el chocolate, se deja espesar un poco, se añade al chocolate la

mantequilla, se mueve bien hasta que esté bien incorporada, se deja templar la salsa y se

vierte sobre las peras. Se sirve en seguida para que no dé tiempo a que se derrita la nata.

**1.017.—POSTRE DE PURÉ DE
CASTAÑAS (6 personas)**

12 bizcochos soletillas,

chacadas (más bien poco, en trocitos),

1 lata de puré de castañas de 400 gr.,

5 cucharadas soperas de azúcar,

250 gr. de nata montada,

3 cucharadas soperas de ron,

*2 claras de huevo a punto de nieve,
agua fría.*

6 almendras garrapiñadas ma-

Se preparan 6 copas de champán de cristal o unos cuencos para el helado. En un plato

sopero se pone agua fría hasta llegar casi al borde de lo hondo del plato; se añaden 3

cucharadas soperas de azúcar y el ron, y se revuelve bien hasta que el azúcar esté

derretida. Se pasan una a una las soletillas, rápidamente y por las dos

caras, para que

estén ligeramente mojadas pero no empapadas, pues se desmoronan. Se colocan en el

fondo de cada copa, de dos en dos, en forma de cruz.

Aparte se baten las claras de huevo muy firmes; cuando están batidas, se añaden
2

cucharadas soperas de azúcar y se baten otro poco. Esto se incorpora al puré de

castañas, revolviéndolo bien. Se coloca esta crema sobre las soletillas en la copa, que

debe quedar con la crema a ras del borde. Con una manga se hace un adorno de nata

todo alrededor de la copa, y en el centro se forma una motita. Esta se adorna

espolvoreando las almendras garrapiñadas.

Se meten en la nevera unas horas antes de servir y se sirven, cuando llegue el momento,

bien frías.

**1.018.—TARTA DE PURÉ DE
CASTAÑAS Y SOLETILLAS (6 a 8
personas)**

Se hace la víspera o, por lo menos,
varias horas antes.

*Unos 35 bizcochos de soletillas (más
bien firmes),*

1 cucharada sopera de azúcar,

1 lata de puré de castañas (400 gr.),

un pellizco de vainilla.

50 gr. de mantequilla,

1/4 litro de agua,

200 gr. de nata montada,

3 cucharadas soperas de ron,

100 gr. de chocolate.

3 cucharadas soperas de azúcar,

un poco de aceite fino.

En un plato sopero se pone el agua, el ron y las 3 cucharadas de azúcar. Se mezclan

bien. Se unta una flanera con el aceite fino, escurriendo lo que sobra. Se mojan

rápidamente las soletillas en el plato y se colocan en el fondo y por las paredes de la

flanera. Esto debe ser rápido para que las soletillas no se ablanden. Se cortan

con un

cuchillo los trozos de soletilla que sobresalgan de la flanera.

Preparación del relleno:

En un cazo se pondrán a derretir los 100 gr. de chocolate con un poco de agua a fuego

mediano. En una ensaladera se echa el puré de castañas, se añade el chocolate ya

templado, la mantequilla, la cucharada de azúcar, la vainilla y, por último, la nata. Bien

mezclado esto, se vierte la mitad en la flanera. Se pone una capa de soletillas, mojadas

como las anteriores, después la otra mitad de la crema, y se cierra con una capa de

soletillas ligeramente remojadas. Se pone un papel de plata y una tapadera un poco más

pequeña que la flanera y, encima, unos pesos ligeros. Se mete en la nevera.

Al ir a servir, se pasa un cuchillo de punta redonda todo alrededor del molde y se vuelca

en una fuente. Se puede adornar con nata
o cubrir con **natillas**:

½ litro de leche,

*1 cucharada (de las de café) de
maicena,*

3 cucharadas soperas de azúcar,

un pellizco de vainilla.

2 yemas,

Se procede según la receta 1.032. Se
hacen con unas horas de anticipación
para que

estén frías, metiéndolas para esto en la

nevera.

Tarta de puré de castañas sencilla (6 personas)

Unas 35 soletillas (más bien firmes),

2 ó 3 cucharadas soperas de ron,

1 lata de puré de castañas (1/2 kg.),

3 cucharadas soperas de azúcar,

2 claras de huevo, un poco de aceite fino para agua,

untar el molde,

un pellizco de sal.

Se unta una flanera (de 16 a 18 cm. de diámetro) con aceite fino y se escurre muy bien.

Se pone en un plato sopero la mitad del ron y del azúcar y agua bastante. Se mueve bien

y se mojan muy ligeramente las soletillas en este caldo. Se colocan en el fondo de la

flanera y, cortándoles un lado de las puntas redondas, se colocan todo alrededor de la

flanera.

Se baten muy firmes las claras (con un

pellizco de sal) y se mezclan con el puré de

castañas. Se vierte la mitad en el molde. Se vuelven a mojar unas soletillas, que se

colocan encima de la crema. Se hace el resto de líquido, agua, azúcar y ron para las

soletillas restantes. Se pone la segunda mitad de la crema y se termina con una capa de

soletillas poco mojadas. Se coloca un papel untado de aceite o un papel de plata y

encima una tapadera ligeramente más pequeña que el molde, con el fin de que entre un

poco. Se pone algún peso ligero sobre la tapadera para que apriete un poco, y se mete en

la nevera por lo menos unas 6 a 8 horas antes de servir el postre. Si se puede, mejor se

prepara la víspera.

Para desmoldarlo, se quita el papel de plata, se pasa un cuchillo de punta alrededor de la

flanera y luego se vuelca. Se sirve

adornado con nata, que lo cubra, o con natillas.

Se procede según la receta 1.032. Se hacen con unas horas de anticipación para que

estén frías, metiéndolas para esto en la nevera.

Natillas:

½ litro de leche, 2 ó 3 yemas, 3 cucharadas 1 cucharadita (de las de manilla) de maicena.

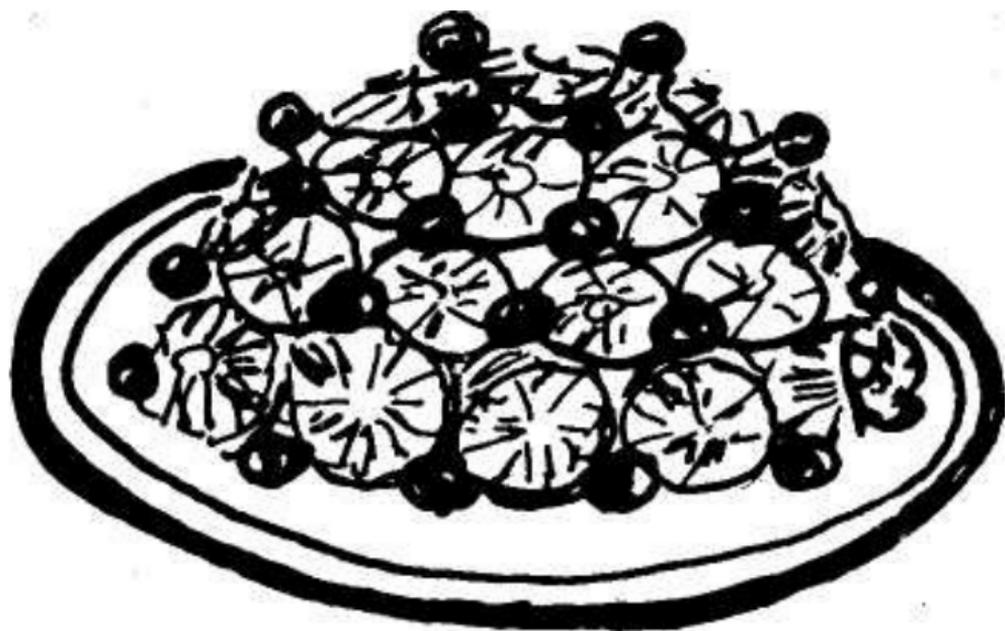
soperas de azúcar.

Procédase como está explicado en la

receta 1.032.

**1.019.—POSTRE DE SOLETILLAS,
CREMA Y NARANJAS (6 a 8
personas)**

Se prepara la víspera.



½ litro de leche,

150 gr. de azúcar molida,

*1 cucharada sopera rasada de harina
fina,*

*1 vasito de licor de Cointreau o
Curaçao,*

*1 cucharada sopera colmada de
maicena,*

300 gr. de soletillas,

*5 ó 6 naranjas Washington (según
tamaño),*

2 cucharadas soperas de agua,

4 yemas de huevo,

6 cerezas en almíbar o confitadas.

Se pelan las naranjas, guardando una de las cáscaras. En un plato se cortan en rodajas

bastante finas, con el fin de guardar el zumo que cae. Se colocan en una flanera o una

ensaladera de cristal, previamente refrescada con agua y escurrida, adornando el fondo y

las paredes. En un plato sopero se echa el zumo recogido de las naranjas y el de las

naranjas que no se hayan utilizado de

adorno con $\frac{1}{2}$ vasito de licor y 2
cucharadas

soperas de agua. Se pasan rápidamente
por ello las soletillas y se colocan por
encima de

las naranjas, también en el fondo y las
paredes del molde en que se vayan a
hacer.

Aparte se pone la leche a cocer con la
cáscara de naranja y la mitad del azúcar.
En un

tazón se baten las yemas con el resto del
azúcar, la harina, la maicena y el $\frac{1}{2}$ vaso
de

licor. Cuando la leche hierve, se vierten unas cucharadas en el tazón de las yemas y

luego se añade esto al caro donde está la leche. Se deja cocer unos 4 minutos más o

menos, moviendo constantemente para que no se formen grumos. Se deja templar la

crema moviéndola, y se vierte en dos veces en el molde, alternando con una capa de

soletillas sin remojar. Se termina de llenar el molde, cubriéndolo al final con una capa

de soletillas sin remojar. Se cubre con un papel de plata o un papel untado de aceite

fino. Se pone una tapadera un poco más pequeña que el molde y se pone algo de peso

encima. Se mete a la nevera por lo menos unas 6 horas antes de servir.

Al ir a servir, se quita la tapadera y, con cuidado, el papel. Se pasa un cuchillo de punta

redonda todo alrededor del molde y se vuelca sobre una fuente. Se adorna con las

guindas partidas por la mitad.

Nota.-Se pueden servir aparte unas natillas claras (receta 1.032). que se perfumarán al

hacerlas con un poco de extracto de naranja. Estas natillas mejoran mucho el postre.

1.020.—SOLETILLAS RELLENAS DE CREMA (6 personas)

24 bizcochos de soletilla,

*2 cucharadas soperas colmadas de
maicena,*

2 huevos,

1 cucharada sopera de harina fina,

1 litro de aceite (sobrará mucho),

3 yemas de huevo,

Crema:

1 corteza de limón,

½ litro de leche,

azúcar en un plato.

3 cucharadas soperas de azúcar,

Se empieza por hacer la crema del relleno.

Se pone a cocer casi toda la leche (reservando un poco) con 2 cucharadas de azúcar y la

corteza del limón. En un tazón se ponen las yemas de huevo con el resto del azúcar, la

maicena y la harina. Se mueve bien y se agrega el poquito de leche que se había

reservado. Cuando la leche del cazo está hirviendo, se vierte un poco dentro del tazón y

se bate bien, con cuidado de añadirla poco a poco para que no se corten las yemas. Una

vez el tazón lleno, se vierte el contenido de éste en el cazo de la leche y se deja cocer

muy despacio, sin dejar de dar vueltas con una cuchara de madera, unos 3 ó 4 minutos.

Se aparta del fuego y se deja que se enfríe un poco. Debe quedar la crema espesa.

Se cogen 12 soletillas y con la crema templada se cubre la parte plana de cada soletilla

(debe haber bastante crema en cada una). Se cubre con las 12 soletillas restantes, sin

apretar, para que no se salga la crema.
Se baten los 2 huevos como para tortilla,
se pasan

las soletillas rellenas por el huevo
batido y se fríen en una sartén con el
aceite. Cuando

tienen un bonito color dorado se sacan, y
en caliente se rebozan con el azúcar del
plato.

Se colocan en una fuente y se sirven
templadas (casi frías) o frías.

1.021.—TARTA DE MOKA CON SOLETILLAS (6 a 8 personas)

(Para hacer la víspera.)

Unas 35 soletillas (más bien firmes),

2 cucharadas soperas de ron,

150 gr. de mantequilla blanda,

3 cucharadas soperas de azúcar,

150 gr. de azúcar molida,

agua,

2 yemas,

*100 gr. de almendras tostadas y
picadas no muy*

finas,

3 cucharadas (de las de café) de Nescafé.

aceite para untar la flanera.

Se unta con aceite una flanera de unos 16 a 18 cm. de diámetro. Se escurre bien con el

dedo lo sobrante. En un plato sopero se pone 1½ cucharadas de Nescafé, 1½ cucharadas

de azúcar y agua fría, más una cucharada de ron, para remojar las soletillas. Se van

pasando por el líquido rápidamente para que, cogiendo el gusto, no se remojen

demasiado. Se colocan en el fondo y después se ponen de pie todo alrededor del molde,

de manera que no quede ningún hueco sin cubrir de soletillas y con el lado abombado

de las soletillas pegado al fondo y a la pared de la flanera.

Se hace la crema; se ponen en una ensaladera las yemas y el azúcar molida. Se trabaja

muy bien con una cuchara de madera hasta que quede espumoso. Se añade entonces,

poco a poco y en trocitos, la mantequilla, que tiene que estar blanda, pero sin estar

derretida. Se trabaja bien para que la crema quede muy lisa. Se pone $\frac{1}{3}$ en la flanera, se

cubre con soletillas remojadas como se explica antes. Se pone otro Ya y se cierra con

una capa de soletillas. Se coloca un papel de plata o un papel graso (de envolver los

emparedados) y una tapadera un poco más pequeña que la flanera. Se pone algo de peso

encima y se mete en la nevera por lo menos 6 horas.

Cuando se vaya a servir, se quita la tapadera y el papel. Se pasa un cuchillo de punta

redonda todo alrededor del molde y se vuelca en una fuente. Se cubre con el tercio de

crema que se había reservado en sitio no frío (para poder extenderla), extendiéndola con

un cuchillo, y después se espolvorea con las almendras picadas y se mete otro rato en la

nevera (una hora, por ejemplo, más si conviene).

1.022.—BUDÍN DE SOLETILLAS Y FRESAS (6 a 8 personas)

(Se prepara la víspera.)

1 flanera de unos 17 a 18 cm. de diámetro,

Salsa:

½ vaso (de los de vino) de kirsch,

3 cucharadas soperas de jalea de frambuesas,

grosellas o cerezas,

1 vaso (de los de vino) de agua fría,

2 cucharadas soperas de azúcar,

2 cucharadas soperas de azúcar,

*1 vaso (de los de agua) de agua fría (no
lleno),*

*$\frac{3}{4}$ de kg. de fresas muy rojas y
maduros,*

*2 cucharadas (de las de café) rasadas
de fécula de*

*$\frac{1}{2}$ kg. de nata montada, unas 36
soletillas (un poco patata,*

firmes),

el zumo de ½ limón,

un poco de aceite fino para untar el molde.

unas gotas de carmín.

Se unta el molde con aceite fino, escurriendo lo que sobra. En un plato soperero se pone el

kirsch con el agua y las 2 cucharadas soperas de azúcar. Se mezcla bien y se pasan

rápidamente las soletillas por este líquido, colocándolas primero todo alrededor de la

flanera y después en el fondo, cuidando de que no quede ningún hueco sin soletilla. En

el fondo se extiende la mitad de la nata. Se dejan unos 6 fresones para adorno y se

cortan en dos los que fuesen muy grandes. Se ponen la mitad sobre la nata, se cubre con

una capa de soletillas mojadas; se vuelve a poner nata y fresones, y se vuelve a cubrir

con otra capa de soletillas ligeramente mojadas.

Se tapa el molde con un papel de plata.
Se coloca una tapadera algo más
pequeña que la

flanera y se pone algún peso ligero
encima, con el fin de que el postre
asiente (sin

apoyar mucho para no hundirlo). Se
mete en la nevera por lo menos unas 8
horas.

Se prepara la salsa:

En un cazo se pone la jalea, el agua y el
azúcar a cocer. Se deslíe la fécula de
patata en

un poquito de agua. Cuando la jalea ha

cocido durante unos 5 minutos para que esté

deshecha, se añade la fécula; dando vueltas se deja cocer unos 3 minutos más. Fuera del

fuego se agrega el limón. Se cuela por un colador de tela metálica en un tazón grande.

Se agregan 2 ó 3 gotas de carmín, moviendo todo bien, y se reserva.

Al ir a servir, se pasa un cuchillo todo alrededor de la flanera. Se vuelca en una fuente,

se vierte la salsa por encima y se adorna

con los fresones separados para ello. Se sirve

bien frío.

Nota.-El relleno se puede hacer machacando los fresones con un tenedor y

mezclándolos en la nata. Se puede utilizar fresa si se quiere más fino el budín.

**1.023.—TARTA DE BIZCOCHO
COMPRADO, NATA Y FRESONES
(6 a 8 personas)**

1 tarta de bizcocho (Fridox, Bimbo, etc.),

Almíbar de grosella:

300 gr. de nata montada,

½ vaso (de los de vino) de agua,

1 clara de huevo a punto de nieve,

4 cucharadas soperas de azúcar,

1 kg. de fresones muy rojos y maduros,

3 cucharadas soperas de mermelada de grosella,

30 gr. de mantequilla (más o menos),

frambuesa o fresa.

*50 gr. de almendras tostadas y picadas,
un pellizco pequeño de sal.*

Se compra un bizcocho, y si no se hace una genovesa (receta 964). Se tendrá la

mantequilla fuera de la nevera para que no esté dura; con un cuchillo se unta todo el

canto de la tarta y se pone, una vez untada, en la nevera o en un sitio fresco para que se

endurezca la mantequilla, unos 15 minutos. Mientras tanto se preparan los fresones. Se

les quitan los rabos, se ponen en un colador grande y se lavan rápidamente al chorro



para que no se enguachinen. Se escurren bien y se cortan por la mitad a lo largo. Se

monta la clara de huevo con un pellizco de sal y se mezcla con la nata.

Con un cuchillo que corte bien se hace

un corte muy poco profundo (un cm.) y a media

altura todo alrededor de la tarta. Se pasa un hilo de coser sólido por la raja, se cruzan los

rabos y se tira suavemente. Así quedará perfectamente cortada la tarta en dos mitades.

Se vuelve a unir la tarta y se pasa el canto untado de mantequilla por la almendra

picada. Una vez bien pegada la almendra, se separan los dos trozos de la tarta. Se unta

con la nata (las $\frac{2}{3}$ partes) el trozo de base, se ponen los medios fresones menos bonitos

y se coloca la tapa de la tarta. Se unta más ligeramente ésta con el resto de la nata, y se

colocan los medios fresones restantes con bonita forma. Se hace el almíbar: En un cazo

se pone el agua y el azúcar a cocer. Cuando rompe el

hervor, se deja 5 minutos, se añade entonces la mermelada y se deja otros 5 minutos,

dando vueltas todo el tiempo. Se cuele por un colador. Se deja templar y, cuando está

templado, con una brocha plana se unta toda la parte de arriba de la tarta. Se mete ésta

en la nevera de una a dos horas antes de ir a servirla.

Nota.-Los fresones de dentro se pueden machacar con un tenedor y mezclarlos con la

nata.

1.024.—SOLETILLAS CON MERMELADA Y CHOCOLATE

Se unta con mermelada de albaricoque o frambuesa la parte plana de una soletilla y se

coloca otra encima, pegándolas bien. Se pasan ligeramente por un poco de leche fría y

por un plato donde haya chocolate rallado (éste que sea más bien grueso). Se coloca

cada bizcocho así formado en un molde de papel.

1.025.—CHURROS (salen unos 25)

1 tazón de harina corriente,

1 ó 1½ litros de aceite (sobrará mucho).

1 tazón de agua,

un pellizco de sal,

En un cazo se pone el agua con la sal. Se pone al fuego y, cuando empieza a hervir, se

echa de una vez la harina. Se mueve mucho con una cuchara de madera hasta que se

desprende la masa de las paredes. Se retira del fuego y después de templada se mete en

una churrera.

Se tiene el aceite abundante caliente y se forman los churros, empujando con la churrera

la masa y cortándola, según se quieran de largos los churros, con un cuchillo o con el

dedo mojado en agua.

Cuando los churros están bien dorados de cada lado se sacan, se escurren y se sirven en

seguida espolvoreados con azúcar glass.

Nota.-Hay quien prefiere los churros

poniendo el agua mezclada con leche
(más de la

mitad de agua y menos de leche). Salen
mucho más ligeros.

1.026.—PESTIÑOS (salen unos 50)

300 gr. de harina,

1 vaso lleno (de los de vino) de agua,

*un poco más de harina para
espolvorear la mesa,*

un pellizco de sal,

25 gr. de manteca de cerdo,

1 litro de aceite (sobrar ),

25 gr. de mantequilla,

miel líquida,

1/2 vaso (de los de vino) de vino blanco,

agua.

En un cazo se pone el agua, el vino, la mantequilla y la manteca. Se calienta y cuando

están las mantecas derretidas y sin dejar que cueza el líquido, se echa de un golpe la

harina, mezclada con una pizca de sal.

Fuera del fuego, se mueve primero con una cuchara de madera y después se pone en un

mármol y se amasa a mano. Se deja descansar la masa una o dos horas, formando con

ella una bola. Cuando se van a hacer los pestiños, se espolvorea la mesa de mármol con

un poco de harina y se estira con un rollo pastelero la masa, de manera que quede **muy**

fina. Se cortan con un cuchillo unos rectángulos de más o menos 15 x 8 cm. Se enrollan

por una esquina, formando un rollo ancho y aplastado. Se moja con el dedo metido en

agua fría la esquina de fuera y se presiona para que al freír la masa no se desenrolle. Se

fríen en aceite bien caliente, por tandas, para que no se rompan. Una vez fritos, se dejan

enfriar.

En un plato sopero se pone miel líquida (1½ vasos, de los de vino, más o menos). Si

ésta no es lo suficientemente líquida, se

rebaja, mezclándola con un poco de agua

templada. Se mueve bien. Debe quedar como un jarabe espeso. Se coge cada pestiño y

con una cuchara sopera se vierte la miel por encima. Se dejan en el mármol y después

de un rato, que no escurran más, se colocan en la fuente de servir.

1.027.—TORRIJAS (8 personas)

1 pan de torrijas (mejor comprado la víspera),

2 ó 3 huevos,

de $\frac{3}{4}$ a 1 litro de leche hirviendo,

1 litro de aceite (sobrará),

3 cucharadas soperas de azúcar,

azúcar molida para espolvorearlas.

Se corta la barra de pan en rodajas de un dedo de gruesas (2 cm.) y se colocan en una

fuelle un poco honda. Se pone la leche a calentar con las 3 cucharadas de azúcar y

cuando está a punto de cocer se vierte

sobre el pan. Se deja como una hora para que se empapen.

En un plato sopero se baten 2 huevos como para tortilla. Al momento de freír las

torrijas, se cogen de una en una con una espumadera, se rebozan en el huevo batido

rápidamente y se colocan en el aceite caliente. Cuando están doradas por un lado, se les

da la vuelta con cuidado para que no se rompan. Se sacan y se dejan escurrir un

poco.

Se colocan en la fuente donde se vayan a servir, espolvoreándolas con azúcar. Se

pueden servir templadas o frías. Hay a quien le gustan las torrijas bañadas con almíbar.

Para esto se empaparán sólo con $\frac{1}{2}$ litro de leche y, una vez fritas, se colocan en la

fuente y se rocían con el siguiente almíbar (naturalmente, ya no se espolvorean con el

azúcar):

Baño:

½ litro de agua,

2 vasos (de los de vino) de buen vino blanco.

125 gr. de azúcar,

Se pone a cocer el agua con el azúcar unos 8 minutos, y después se le añade el vino y se

deja cocer otros 5 minutos. Se aparta del fuego y, cuando está aún caliente (pero no

hirviendo), con una cuchara sopera se vierte sobre cada torrija el almíbar.

1.028.—crêpes (salen unas 15 a 20)

250 gr. de harina,

un pellizco de sal,

2 huevos,

*1 cucharada (de las de café) de azúcar
(colmada),*

1 cucharada sopera de aceite fino,

*1 vaso (de los de agua) de mitad leche
y mitad*

agua,

1 cucharada sopera de ron o coñac,

aceite para la sartén.

En una ensaladera se pone la harina con la sal y el azúcar; en el centro se echan los

huevos, el aceite y el coñac. Se mueve con una cuchara de madera para formar una masa

sin grumos. Se añade poco a poco el vaso con la mezcla de agua y leche. A veces hay

que añadir algo más de líquido (depende de la clase de harina). La masa de las crêpes

tiene que quedar como unas natillas, de

espesa. Se puede colar por un pasapurés o chino

de agujeros gruesos para asegurarse de que la masa no tiene grumos. Se cubre la

ensaladera con un paño limpio y se deja reposar por lo menos una hora; si es más,

mejor.

Cuando se vayan a hacer las crêpes, si hace falta porque la masa se haya espesado

demasiado, se vuelve a aclarar con un poco de agua y leche mezcladas.

En dos sartenes pequeñas (unos 14 cm. de diámetro de fondo) se vierte un chorrito de

aceite, se calienta mucho y se inclina para que todo el fondo quede bien bañado de

aceite. Se escurre en un tazón lo sobrante (que se volverá a utilizar en la próxima crêpe)

y con un cazo se vierte un poco de masa, se inclina otra vez la sartén para que quede la

crêpe bien repartida en el fondo. Se deja que se cueza, sin dejar de mover en cuanto la

crema se vea cuajada, para que no se agarre, y se da la vuelta cogiendo la sartén por el

mango, trayendo la crêpe al borde de la sartén, dando un movimiento brusco para que

salte en el aire y se vuelva.

Se suele hacer en dos sartenes para más rapidez, pues mientras cuaja la cara de una, la

otra se vuelve.

Se pone una cacerola con agua muy caliente a fuego bajo (sólo para que conserve el

calor el agua). Se posa encima, a manera de tapadera, un plato plano. Encima de éste,

una hoja grande de papel de plata y encima de éste se van poniendo las crêpes a medida

que están hechas. Al final se dobla el papel y se encierran en él las crêpes. Así se

conservarán calientes y tiernas bastante tiempo.

Salsa de crêpes Suzette:

Para 6 ó 7 crêpes.

Se ponen en una sartén 25 gr. de mantequilla; cuando está derretida, añadir 2 cucharadas

soperas de Curaçao, 2 cucharadas soperas de azúcar y 10 cucharadas soperas de zumo

de naranja. Se deja cocer un poco y se meten dentro de este jugo las 6 ó 7 crêpes

dobladas en cuatro. Cuando están bien calientes, se añaden 2 cucharadas soperas de ron

o coñac flameándolo antes. Se sirven en seguida las crêpes con la salsa bien caliente

encima.

crêpes rellenas de crema:

Se hace una crema con:

½ litro de leche.

1½ cucharadas soperas de maicena,

3 yemas, 5 cucharadas soperas de azúcar.

un pellizco de vainilla o la corteza de un limón.

½ cucharada sopera de harina fina,

Receta 1.032.

Una vez fría la crema (se prepara con anticipación), se rellena cada crêpe y enrolladas

unas al lado de las otras se espolvorean con un poco de azúcar o se flamean con ron.

(Véase seguidamente crêpes flameadas.)

Crêpes rellenas de nata:

Se rellenan con nata montada y se bañan con caramelo líquido (receta 102).

Crêpes rellenas de mermelada: de albaricoque, naranja, etc.

Están muy buenas, simplemente rellenas

con mermelada de albaricoque.

Crêpes flameadas:

Se colocan las crêpes dobladas en cuatro en una fuente y se espolvorean con azúcar.

En un cazo pequeño se pone ron o coñac, se calienta y se prende con una cerilla,

echándolo en seguida sobre las crêpes. Con una cuchara sopera se coge el coñac de la

fuelle rápidamente y se rocían las crêpes, consiguiendo así que no se apague el ron tan

de prisa y no sepa tan fuerte a alcohol.

1.029.—TORTITAS AMERICANAS
(salen unas 14)

200 gr. de harina,

1 cucharada sopera de aceite fino,

½ cucharadita (de las de moka) de sal,

2 huevos,

*3 cucharaditas (de las de moka) de
levadura Roya!, 1 vaso (de los de agua)
de leche fría.*

1 cucharada sopera de azúcar.

Se mezcla en un plato la harina (pasándola antes por un tamiz o un colador de tela

metálica para que se airee) con la sal y la levadura.

En una ensaladera se baten un poco los 2 huevos. Se les añade el aceite y la leche. En el

líquido se agrega la mezcla de harina, levadura y sal. Se bate de prisa y poco tiempo (no

importa que haya grumos; se disolverán solos al hacer las tortitas). Para mayor

facilidad, se pone este líquido espeso en

una jarra. Se vierte el volumen de una cucharada sopera de líquido encima de una chapa caliente. Si no se tiene chapa, se

pueden hacer las tortitas en una sartén tipo Tefal (de las que no necesitan grasa).

Cuando empiezan a salir burbujas (es decir, a los 2 ó 3 minutos), se vuelve con una

espátula la tortita del otro lado. Deben estar doradas.

Hay que procurar servir las en seguida. Si tuviesen que esperar un poco, se

deben dejar

en sitio caliente y en montones no superiores a cuatro tortitas.

Nota.-Estas tortitas se sirven con nata y salsa de caramelo, chocolate o mermelada.

También se toman simplemente untadas con mantequilla y mermelada corriente.

1.030.—BARTOLILLOS (salen unos 20)

Masa:

300 gr. de harina fina, harina para espolvorear la 5 cucharadas soperas

de azúcar,

mesa,

*1 cucharada sopera rasada de harina
fina,*

25 gr. de mantequilla,

*1½ cucharadas soperas de maicena (o
1½*

25 gr. de manteca de cerdo,

cucharadas soperas de harina fina),

*1 vaso (de los de agua) no lleno, con
mitad agua y 1 corteza de limón, un
pellizco de vainilla, mitad vino blanco*

seco,

1½ litros de aceite (sobrará),

sal.

azúcar glass.

Crema del relleno:

½ litro de leche,

3 yemas de huevo,

Para hacer la masa se procede como para las empanadillas (receta 45, 1.^a receta).

Se hace también la crema pastelera

como va explicado en la receta 1.034,
sin ponerle la

clara a punto de nieve. Una vez
reposada la masa de las empanadillas y
fría ya la crema,

se espolvorea un mármol con harina y
con el rodillo pastelero se extiende la
masa,

bastante fina. Con un redondel metálico
o con una taza de desayuno se cortan

redondeles bastante grandes. Se pone
una cucharada sopera de crema (ésta
debe estar

durita) y se dobla el bartolillo,

apretando muy fuerte los cantos con la rueda de metal de

cortar las empanadillas, con el fin de que no se salga la crema al freírlos.

En una sartén amplia se fríen por tandas para que no se estropeen al chocar. Se sacan

con una espumadera cuando tienen un bonito color dorado. Se posan sobre un papel de

estruza para que absorba el aceite. En el momento de servir, se colocan en una fuente y

se espolvorean con azúcar glass. Se

pueden comer templados o fríos.

1.031.—LECHE FRITA (6 personas)

¾ de litro de leche,

2 yemas (facultativo),

la cáscara de un limón,

pan rallado en un plato,

5 cucharadas soperas de azúcar,

1 litro de aceite fino,

25 gr. de mantequilla,

5 cucharadas soperas (colmaditas) de

maicena,

2 ó 3 huevos (para envolver),

azúcar para espolvorear.

En un tazón se disuelve la maicena con un poco de leche fría (tomada de los $\frac{3}{4}$ de litro).

Aparte, en el fuego, se pone en un cazo la leche, la cáscara de limón, el azúcar y la

mantequilla. Cuando la leche con estos ingredientes está a punto de cocer, se le agrega

lo del tazón y sin dejar de mover con

una varillas se cuece (suavemente) unos 5 a 7

minutos. Luego se vierte esta masa en una besuguera para que quede del grueso deseado

(más o menos un dedo de grueso) y se deja enfriar por lo menos durante un par de

horas. En una sartén se pone el aceite a calentar y, una vez en su punto (que se

comprobará friendo una corteza de pan), se corta la masa en unos cuadrados de unos 4

cm. de costado. Se sacan con ayuda de

un cuchillo de punta redonda o, mejor,
con una

pala de pastelería, se pasan por huevo
batido (como para tortilla) y pan rallado
y se

fríen.

Se sacan del aceite con una espumadera
cuando están bien dorados los trozos de
leche

frita y se colocan en una fuente. Esta se
dejará hasta el momento de servirlos a
la boca

del horno para que, sin estar muy
calientes, no se enfríen. Se espolvorean

con azúcar al

ir a servirlos.

Nota.-Se pueden añadir 2 yemas cuando está la crema hecha y templada para que no se

cuajen. Pone la crema finísima.

1.032.—NATILLAS (6 a 8 personas)

1½ litros de leche,

1 cucharada sopera de maicena,

6 yemas de huevo,

polvos de canela (facultativo) .

*6 cucharadas soperas de azúcar
(colmadas),*

*la cáscara de un limón, o 2 barras de
vainilla,*

Se pone la leche en un cazo con 4
cucharadas de azúcar y la cáscara de
limón y se pone

al fuego hasta que empiece a cocer.

Mientras tanto, en un tazón se baten las 6
yemas de

huevo, 2 cucharadas de azúcar y la
maicena. Cuando la leche hace burbujas
todo

alrededor del cazo, se coge un cucharón

y se va echando muy poco a poco en el tazón,

moviendo muy bien. Una vez bien unido, se vierte el contenido del tazón en el cazo y se

baja un poco el fuego dando vueltas sin parar con una cuchara de madera, sin dejar que

llegue a hervir la crema. Se forma una espuma en la superficie y hay que dar vueltas sin

parar hasta que desaparezca esta espuma y la crema esté lisa. Las natillas están entonces

en su punto: se cuelan por un colador de agujeros grandes (chino u otro) y se vierte en

una fuente honda o en platos individuales. Se meten en la nevera hasta el momento de

servir. Antes de pasarlas a la mesa se espolvorean con un poco de canela en polvo.

1.033.—CREMA CATALANA (6 personas)

1 litro de leche,

la cáscara de un limón,

8 yemas de huevo,

*1½ a 2 cucharadas soperas de
maicena.*

*10 cucharadas soperas de azúcar (6
para la crema,*

4 para quemarla),

En un cazo se pone la leche a hervir con
4 cucharadas de azúcar y la cáscara de
limón.

Mientras tanto, en una ensaladera de
cristal se baten las 8 yemas con 2
cucharadas de

azúcar y la maicena. Se bate bien, y

cuando está todo bien mezclado y sin grumos la

maicena, se coge un cucharón de leche del cazo cuando está empezando a cocer, es

decir, que se forman burbujitas alrededor del cazo, y se vierte muy despacio en las

yemas. Una vez bien desleído, se vierte esto en el cazo, se baja un poco el fuego y, sin

dejar ni un momento de dar vueltas con una cuchara de madera, se deja unos 5 minutos

que cueza muy suavemente. Se vierte en una fuente o en platos individuales, colándola

por un colador de agujeros grandes (chino o pasapurés), y se deja enfriar. Se mete en la

nevera al menos una hora antes de utilizarla.

Cuando se va a preparar para servir a la mesa, se espolvorea bien de azúcar y con una

plancha de hierro o el gancho de una cocina de carbón se pone éste al rojo y se presiona

con delicadeza las natillas para que al salir humo se forme caramelo. Esto no se puede

hacer con mucha anticipación, porque se derrite con la crema.

Nota.-Se venden en el comercio unas chapas redondas, con mango, especiales para

quemar el azúcar.

1.034.—CREMA PASTELERA (para rellenos)

½ litro de leche,

1 cucharada sopera rasada de harina

fina,

3 cucharadas soperas de leche fría,

1 corteza de limón o un pellizco de vainilla,

3 yemas de huevo,

1 clara a punto de nieve (facultativo) ,

5 cucharadas soperas de azúcar,

2 cucharadas soperas de maicena,

En un cazo se pone a cocer el $\frac{1}{2}$ litro de leche con 3 cucharadas de azúcar y la corteza

del limón.

En un tazón se mezclan las yemas de huevo, el resto del azúcar, la maicena, la harina y

la leche fría, todo bien disuelto para que no haga grumos.

Cuando la leche empieza a cocer, se coge un poco y se vierte muy despacio en el tazón,

con mucho cuidado para que las yemas no se cuajen y formen grumos. Después de

disuelto con un poco de leche caliente, se vierte este contenido del tazón en el

cazo de la

leche y, sin dejar de mover con una cuchara de madera, se deja cocer muy suavemente

(a fuego lento) unos 5 minutos.

Se aparta y se vierte en una fuente o una ensaladera, para dejarla enfriar antes de utilizarla.

Hay a quien le gusta añadir, una vez casi fría la crema, una clara montada a punto de

nieve firme (con un pellizquito de sal).
Antes de utilizar la crema se quita la

corteza de

limón.

**1.035.—NATILLAS CON ROCA
FLOTANTE (6 personas)**

Natillas:

Roca:

¾ de litro de leche,

8 claras de huevo,

4 yemas,

8 cucharadas soperas de azúcar.

6 cucharadas soperas de azúcar,

Caramelo para bañar el molde:

*1 cucharada sopera rasada de
maicena,*

1 cucharada sopera de agua,

un pellizco de vainilla,

2 cucharadas soperas de azúcar.

Con 2 cucharadas soperas de azúcar y una de agua se hace un caramelo bastante tostado

en el mismo molde donde se hará la roca. Se reparte en caliente por todo el

fondo y se

deja enfriar.

Natillas:

Se pone a cocer la leche con 3
cucharadas de azúcar y la vainilla.

Aparte, en un tazón,

se mezclan las yemas con el azúcar y la
maicena. Cuando la leche empieza a
cocer, se

vierte un poco con un cacillo en el tazón
(con el fin de que no se cuajen las
yemas),

moviendo mucho con una cuchara de

madera. Se vierte entonces lo del tazón en el cazo

de la leche y, moviendo constantemente, se tiene en el fuego mediano un par de

minutos, pero sin que cueza, pues se cortarían las natillas. Se cuelan por un pasapurés y

se vierten en una ensaladera de cristal, reservándose en la nevera o en sitio fresco.

Si se puede, la roca se debe hacer con poca anticipación; pero si no se puede, también

puede prepararse una hora antes de

servir (baja un poco, pero está buena).

Se baten a punto de nieve muy fuerte las claras de huevo; una vez batidas, se les añade 4

cucharadas de azúcar. Se mezcla bien. En un cazo pequeño se ponen las otras 4

cucharadas de azúcar con un poco de agua (1 ó 2 cucharadas soperas). Se pone al fuego

y se hace caramelo bastante oscuro (sin que se queme, pues sabría amargo). Se vierte

entonces poco a poco en las claras, moviendo muy rápidamente para que se

mezcle bien

el caramelo, sin que se forme ningún grumo de caramelo. Esto tiene que ser rápido. Se

vierte en el molde preparado con caramelo, y se mete al horno, al baño maría, unos 25

minutos más o menos. El horno estará encendido unos 10 minutos antes, y el agua del

baño maría, caliente. Se echan las natillas en una fuente un poco profunda y se vuelca la

roca sobre ellas. Si sobran natillas, se

pueden servir en salsera aparte.

1.036.—CREMA DE CHOCOLATE
(6 personas)

1 litro de leche, 3 yemas,

*3 ó 4 cucharadas soperas de agua
caliente.*

1½ cucharadas soperas de maicena,

Adorno:

*8 onzas de chocolate (Louit, etcétera)
sin leche,*

2 claras,

6 cucharadas soperas de azúcar,

2 cucharadas soperas de azúcar,

10 almendras tostadas.

En un cazo pequeño se pone el agua y el chocolate a fuego muy lento para que se

deshaga sin cocer. Se mueve de vez en cuando. Se pone a cocer en un cazo grande la

leche con 4 cucharadas soperas de azúcar; se mueve para que el azúcar no se quede en

el fondo. Mientras empieza a cocer, se pone en un tazón las yemas, la maicena y

cucharadas de azúcar. Se mueve bien. Cuando la leche empieza a hacer burbujas todo

alrededor del cazo, con un cucharón se coge un poco y se añade muy despacio a la

mezcla del tazón, moviendo constantemente. Esto se vierte en el cazo de la leche,

moviendo siempre. Se añade igualmente el chocolate derretido. Se mueve todo

mezclado durante unos 3 minutos, más o menos, para que no dé gusto a harina la

maicena, pero sin que cueza a borbotones. Se separa del fuego, se deja templar y se

cuela por un pasapurés o un chino. Se mete en la nevera o en sitio fresco hasta el

momento de servir.

Nota.-Se puede adornar la crema con 2 claras montadas a punto de nieve bien firmes, y

una vez montadas se mezclan con 2 cucharadas soperas de azúcar (esto se hace con una

cuchara y no con el aparato de montar

las claras). Se ponen montoncitos encima de la

crema y se pican las almendras algo grandes, espolvoreando con ellas los montones de

clara.

**1.037.—FLAN-BUDIN CON SUIZOS
(6 personas)**

3 ó 4 suizos (de la víspera mejor),

Caramelo (para bañar el molde):

2 cucharadas de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar,

leche fría en un plato sopero (1 vaso de los de 2 cucharadas soperas de agua.

agua, más o menos),

Salsa:

Para el flan:

3 cucharadas soperas de mermelada de grosella o

¼ litro de leche (1 vaso de los de agua),

albaricoque, etc.,

3 huevos,

2 cucharadas soperas de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar,

1½ vasos (de los de agua) de agua,

un puñado de pasas de Corinto

(remojadas en ½ 2 cucharadas (de las de café) de fécula de patata, vaso [de los de vino] de agua caliente, con 3

cucharadas soperas de jerez).

unas gotas de zumo de limón.

Se hace el caramelo con las 3 cucharadas de azúcar y el agua en el mismo molde, que

puede ser alargado de los de cake, o de otra forma si se quiere. Una vez frío el caramelo,

se cortan los suizos en rebanaditas de un cm. de grosor y se bañan por los dos lados en

la leche con azúcar, estrujándolos al sacarlos. Se colocan en el molde alternando con

unas pasas de Corinto, que se ponen a cocer un par de minutos con el agua y el jerez,

dejándolas en el caldo hasta el momento de utilizarlas. Después de colocados los suizos

y las pasas, en una ensaladera se baten muy bien los huevos (como para tortilla), se les

añade el azúcar y, al final, la leche. Se podrá utilizar la leche de bañar los suizos si

sobrase, contando entonces con ella para no sobrepasar el $\frac{1}{4}$ litro de líquido. Se bate

bien y se vierte en el molde, moviendo un poco el contenido para que todo quede bien

empapado con la crema.

Se tendrá el horno encendido unos 5

minutos antes con una besuguera con agua

hirviendo. Se mete el molde en el horno a baño maría durante unos 45 minutos. Se

pincha con un alambre para saber si está cocido. El alambre debe salir seco y limpio. Se

saca del horno y del agua y se deja enfriar.

En el momento de servir se pasa un cuchillo de punta redonda todo alrededor y se

vuelca en una fuente alargada. Se hace la

salsa (receta 104) y se sirve en salsera aparte.

Nota.-1.^a Se puede cocer unos 3 minutos más la salsa de las pasas, después de sacadas

éstas, y se puede echar por encima del budín al sacar éste del horno; resulta así más

blando y hay quien lo prefiere.

2.^a También se puede servir el budín quemándolo con ron, calentado y prendido con una

cerilla, en vez de ponerle salsa de mermelada.

1.038.—FLAN CON PERAS (6
personas)

*4 peras medianas (de agua o amarillas
de Roma),*

Caramelo:

2 cucharadas soperas de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar,

1 vaso (de los de agua) de agua,

2 cucharadas soperas de agua,

4 huevos enteros,

¼ litro de leche (fría o templada),

3 cucharadas soperas de azúcar.

Se baña con caramelo una tartera de unos 25 cm. de diámetro y de unos tres dedos de

alta.

Aparte, en un cazo, se echan las peras peladas y cortadas en trocitos como unos dados,

el agua y las 2 cucharadas de azúcar; se tapa el cazo con una tapadera y se pone a cocer

a fuego mediano. Deben quedar blandos, pero enteros, por lo cual hay que vigilar

cuándo están en su punto. Cuando las peras están cocidas y templadas, se escurren bien

de su almíbar y se colocan en la tartera sobre el caramelo y bien repartidos por igual en

todo el fondo.

Se encenderá entonces el horno y se pondrá agua a calentar para que hierva al ir a meter

el flan en el horno. En una ensaladera se baten muy bien con un tenedor los huevos, se

les agrega el azúcar y después la leche.

Se mueve muy bien y se vierte esta crema en la

tartera por encima de los trocitos de pera. Se mete en el horno al baño maría durante 40

minutos, más o menos, y cuando el flan está cuajado (se pincha con un alambre para

comprobarlo) se saca del horno con su agua. Cuando está templada el agua, se saca la

flanera y se puede entonces volcar sobre una fuente redonda, donde se servirá.

Este flan

está mejor ligeramente templado y no se debe meter en la nevera. Se puede hacer lo

mismo con manzanas, siempre que sean de una clase que no se deshagan (reinetas).

1.039.—FLAN CLASICO Y FLAN SORPRESA (6 personas)

Para el caramelo del molde:

200 gr. (u 8 cucharadas soperas) de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar,

2 huevos enteros,

2 cucharadas soperas de agua.

6 yemas,

Flan:

un pellizco de vainilla o una barra de vainilla en la

leche.

$\frac{3}{4}$ de litro de leche.

Se encaramela la flanera con las 3 cucharadas de azúcar y las 2 de agua, haciendo el

caramelo en la misma flanera, y cuando está de un bonito color dorado se cubren

también un poco las paredes, volcando la flanera por todos lados. Se pone la leche a

hervir con la vainilla (en polvo o en barrita). En una ensaladera se ponen los huevos

enteros y las yemas; se baten con el azúcar. Una vez bien disuelto el azúcar, se vierte

muy poco a poco la leche caliente para que no se cuajen las yemas, y sin dejar de mover

con una cuchara de madera. Se vierte en la flanera, colando la crema por un pasapurés o

chino. Se calienta el horno unos 10 minutos antes de meter el flan. Se tiene agua

hirviendo en una cacerola para el baño maría y se mete dentro la flanera con el agua que

cubra más de la mitad de la altura. Se cubre la flanera con una tapadera y se colocan dos

o tres cascarones de huevo en el agua para que al cocer no salpique el agua. Se

comprueba (con un alambre que tiene que salir limpio) a los 50 minutos si el flan está

cuajado. Si estuviese, se saca la flanera y se deja enfriar antes de meterla a la nevera. Se

sirve en fuente redonda, colocando la fuente de tapa y volcando la flanera rápidamente.

Nota.-Flan sorpresa.

Una vez desmoldado el flan, se cubre con $\frac{1}{4}$ kg. de nata montada mezclada con una

clara de huevo a punto de nieve firme.

Una vez cubierto el flan, se rocía con una salsa

de mermelada de grosella o albaricoque

(receta 104) hecha de antemano.

1.040.—FLAN CON LECHE CONDENSADA

3 huevos enteros,

Para el caramelo de la flanera:

1 bote de leche condensada (370 gr.),

3 cucharadas soperas de azúcar,

la medida de 2 botes de leche natural,

2 cucharadas soperas de agua.

un pellizco de vainilla en polvo.

Con el azúcar y el agua se hace caramelo para la flanera. Se deja enfriar.

Aparte, en una ensaladera, se baten los 3 huevos enteros como para tortilla, se añade el

contenido del bote de leche condensada, dando vueltas con una cuchara de madera;

después se agregan la leche natural y la vainilla. Se vierte esto en la flanera. Se

encenderá el horno unos 5 minutos antes de meter el flan y se tendrá una cacerola

amplia con agua hirviendo para meter

dentro la flanera. El agua debe llegar más arriba

de la mitad de la altura de la flanera. Se ponen en el agua del baño maría tres o cuatro

cáscaras de huevo para que no salte el agua al cocer. Se deja el flan unos 45 minutos; de

todas maneras, después de $\frac{1}{2}$ hora se comprueba si está el flan en su punto con un

alambre. Si sale limpio, es que está cuajado. Se saca del horno y del agua y se deja

enfriar.

No se debe meter este flan en la nevera.
Se sirve volcando la flanera en una
fuente

redonda, puesta a modo de tapadera.

**1.041.—FLAN DE COCO (6 a 8
personas)**

¾ de litro de leche,

8 cucharadas soperas de azúcar,

2 cucharadas soperas de maicena,

100 gr. de coco rallado,

1 cucharada sopera de harina fina,

5 huevos,

agua.

Con 2 cucharadas soperas de azúcar y 1½ cucharadas soperas de agua se hace caramelo

y se baña una flanera o un molde en forma de corona.

Se ponen la maicena y la harina en un tazón y se deslíen con un poco de leche fría.

Aparte, en un cazo, se pone el resto de leche con 6 cucharadas de azúcar.

Cuando está

caliente, se le añade la mezcla de harina y maicena bien dísueltas con la leche, y se

cuece esta crema durante unos 3 minutos. Se retira del fuego y se añade el coco. En una

ensaladera se batien con un tenedor los huevos bien batidos y, poco a poco, se va

añadiendo la papilla. Una vez mezclado todo, se vierte en la flanera y se mete al baño

maría en el horno, previamente

calentado durante unos 10 minutos. Se ponen alrededor

de la flanera unos cascarones de huevo con el fin de que el agua no salpique el flan al

cocer. Se tiene a fuego mediano de 35 a 45 minutos. Se pincha con un alambre y cuando

sale limpio es que está el flan.

Se saca del horno y del baño maría y se deja enfriar, sin meterlo en la nevera; basta que

esté frío. Al ir a servir el flan, se vuelca en una fuente.

1.042.—FLAN CON ZUMO DE NARANJA

¾ de litro de zumo de naranja,

Caramelo para molde:

2 cucharadas soperas de maicena,

1½ cucharadas soperas de agua,

6 huevos,

3 cucharadas soperas de azúcar.

250 gr. de azúcar molida,

3 cucharadas soperas de azúcar molida,

6 terrones de azúcar.

Con las 3 cucharadas soperas de azúcar y el agua se hace un caramelo y se encaramela

bien la flanera. Se deja enfriar. Se frota con los terrones las cáscaras de naranja (esto es

muy importante, pues es lo que da más sabor). Se ponen en un cazo, se vierte el zumo y

se añade el azúcar molida. En un tazón se deslía la maicena con un poco de zumo y se

añade al cazo. Se pone al fuego, y con

una cuchara de madera se revuelve hasta que

empiece a cocer. Se deja cocer, sin dejar de dar vueltas, uno o dos minutos. Se separa

del fuego y se deja enfriar un poco. En una ensaladera se baten muy bien los huevos con

un tenedor y, poco a poco, para que no se cuajen, se les va añadiendo la crema de

naranja. Se revuelve bien y se vierte en la flanera. Se pone ésta al baño maría, a horno

mediano y previamente calentado,
durante unos 40 minutos más o menos.
Se saca del

horno y del agua caliente y se deja
enfriar. Se vuelca en la fuente justo en el
momento

de ir a servir el flan.

**1.043.—DULCE DE LECHE
CONDENSADA ESTILO
ARGENTINO (6 personas)**

1 bote de leche condensada (370 gr.),

*100 gr. de huevo hilado o nata
montada,*

2 yemas de huevo,

agua, un pellizco de sal.

2 claras,

Se pone la lata de leche condensada cerrada en un cazo con agua que le llegue bastante

arriba, es decir, al baño maría. Cuando rompe el hervor, se deja cocer lentamente por

espacio de 3 horas, añadiéndole agua caliente al cazo cuando vaya haciendo falta. Una

vez pasado este tiempo, se retira el bote

del agua, se abre y se deja enfriar. Se vierte en

una ensaladera pequeña de cristal, o en una fuente pequeña y honda, se añaden las 2

yemas y después las claras montadas a punto de nieve con un pellizquito de sal.

Se mete en la nevera una hora y se sirve adornado con huevo hilado o nata, y

acompañado de lenguas de gato, servidas aparte.

1.044.—FLAN CHINO (6 personas)

1/4 litro de leche,

Para el caramelo de la flanera:

1/4 kg. de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar,

5 yemas de huevo,

2 cucharadas soperas de agua,

3 claras,

un pellizquito de sal.

Se prepara una flanera de unos 18 cm. de diámetro con azúcar y agua; se cuece, y

cuando el caramelo tiene un bonito color

dorado, se retira y, volcando un poco la
flanera, se baña el fondo y un poco los
costados. Se deja enfriar. También se
pueden

utilizar flaneras individuales.

Se pone en un cazo la leche y el azúcar y
se mueve con una cuchara de madera. A
fuego

suave se cuece durante unos 15 minutos
hasta que espese, moviendo de vez en
cuando.

En un tazón se baten las yemas y con una
cuchara se agrega, muy poco a poco, la
leche

caliente (para que no cuaje las yemas); después se vierte esto dentro del cazo de la

leche, apartando ésta del fuego para que no se corte la crema. Se deja templar, dándole

de vez en cuando vueltas con una cuchara de madera. Aparte se baten las claras a punto

de nieve muy firmes con un pellizquito de sal y se incorporan con mucho cuidado a la

crema, de modo que queden muy bien mezcladas. Se vierte esta crema en la flanera

preparada con caramelo y se mete a horno suave y al baño maría (el agua se tendrá ya

cociendo de antemano y el horno encendido unos 5 minutos antes). Se cubre con

tapadera durante 20 minutos, después se destapa y se cuece unos 15 minutos más (en

total unos 35 minutos a horno mediano) y cuando está en su punto (se pincha con un

alambre para saberlo: si sale limpio es que el flan está cocido) se saca. Se deja enfriar en

el molde y éste en el baño maría. Se quita, una vez fría, la flanera del agua y se mete $\frac{1}{2}$

hora en la nevera.

En el momento de servir, se pasa un cuchillo alrededor de la flanera y se vuelca en una

fuelle.

1.045.—TOCINOS DE CIELO (6 personas)

Para untar de caramelo la flanera:

1½ vasos (de los de agua) no muy lleno de agua

fría,

2 cucharadas soperas de azúcar,

2 trozos de corteza de limón,

1 cucharada sopera de agua fría,

2 cucharadas soperas de agua fría,

250 gr. de azúcar.

7 yemas,

1 huevo entero.

Se hace el caramelo en una flanera de unos 14 cm. de diámetro (o una corona).
Cuando

esté el caramelo con un bonito color dorado, se mueve bien para que se bañe por igual el

fondo de la flanera. Se deja enfriar.

En un cazo se hace un almíbar poniendo un vaso de agua (no muy lleno) con los 250 gr.

de azúcar y las 2 cortezas de limón.

A fuego mediano se pone a hervir.

Cuando rompe el hervor, se le echa el otro $\frac{1}{2}$ vaso

(escaso) y se hace el almíbar a punto de hebra fina (unos 20 minutos cociendo más o

menos). Se retira del fuego y se deja enfriar un poco.

Aparte, en una ensaladera de cristal, se ponen las 7 yemas, el huevo entero y las 2

cucharadas de agua fría. Se mueve hasta que queden unidos todos los huevos en una

crema, y cuando el almíbar ya no está caliente se va añadiendo muy poco a poco, dando

vueltas con una cuchara de madera. Cuando está todo incorporado, se vierte en la

flanera. Se pone un papel grueso (estruza) de tapadera y encima una tapadera que encaje

bien y con algún peso encima para que no se levante. Se mete la flanera en una cacerola

que contenga agua caliente a la mitad de la altura de la flanera, se ponen unos

cascarones de huevo para que no salpique el agua y, cuando rompe el hervor, se deja 9

minutos encima de la lumbre.

Se tendrá el horno encendido previamente y se pasará en seguida

dentro, con su baño

maría, 10 minutos más. Se saca la
flanera del horno tapada y metida en su
cacerola de

agua, y así se deja hasta que el agua se
enfríe. Se saca entonces y, pasando un
cuchillo

todo alrededor del tocino para
desprenderlo, se vuelca en una fuente de
servir redonda.

Nota.-Se puede hacer esto mismo en
flanecitos individuales. Convendrá
dejarlos algo

menos de tiempo en el horno.

1.046.—CAPUCHINA (8 personas)

10 yemas,

Baño de yema:

1 clara,

3 yemas,

*2 cucharadas soperas de harina de
almidón (o 125 gr. de azúcar,*

maicena),

*1 decilitro (o sea, 1 vaso de los de
vino) de agua*

un trocito de mantequilla para untar el

molde.

más una cucharada (de las de café).

Almíbar:

Adorno:

1½ decilitros de agua,

2 claras a punto de nieve,

150 gr. de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar,

1 cáscara de limón.

1 molde de 22 cm. de diámetro y 5 cm.

de alto.

Se unta con bastante mantequilla el molde y se mete en la nevera para que se endurezca

la mantequilla.

En un cacharro amplio (donde se pondrá el molde de la capuchina al baño maría) se

pone agua para que vaya calentándose.

Se baten las yemas y la clara con batidora

eléctrica (de montar las claras) o de mano durante unos 20 minutos. Se agrega entonces

la harina de almidón tamizada con un colador o un cedazo (para que se airee). Se

mezcla, pero sin mover más que lo justo necesario, y se vierte en el molde. Se pone éste

en el cacharro con agua que estará hirviendo muy despacio. Se ponen unas cáscaras de

huevo en el agua para que no salpique la capuchina, y se cuece encima del fuego unos 8

a 10 minutos más o menos, hasta que se formen unas burbujitas en la superficie de la

masa. Se mete entonces en el horno (previamente calentado durante 10 minutos) y con

fuego muy flojo. Se tiene unos 25 a 30 minutos (en horno eléctrico; en horno de gas,

algo menos). Se pincha con un alambre y si sale la aguja limpia, se saca. Mientras está

en el horno se va haciendo primero el almíbar de emborrachar. Se cuece el agua, el

azúcar y la cáscara de limón durante 7 minutos. Segundo, se hace el baño de yema.

Con el agua y el azúcar se hace otro almíbar algo más espeso (para ello se deja 10

minutos cociendo). En un cacharro resistente al fuego se ponen las yemas con una

cucharadita (de las de café) de agua fría, y se añade poco a poco el almíbar sin dejar de

remover. Se arrima al fuego y se deja hervir unos 3 minutos, moviendo continuamente

con unas varillas en forma de 8 hasta que espese. Se deja templar.

Una vez fuera del horno la capuchina, se pincha con un alambre fino, sin llegar al fondo

del molde, y por los agujeritos se vierte el almíbar.

Después de bien embebido, se pasa un cuchillo todo alrededor del molde y se vuelca en

la fuente donde se vaya a servir. Se vierte entonces despacio el baño de yema, y con un

cuchillo ancho se lleva hasta los bordes para que quede todo cubierto. Se mete en la

nevera en sitio menos frío. Pasadas unas horas (6 por lo menos, pudiendo hacerse la

capuchina la víspera), y al ir a servirla, se baten las claras a punto de nieve muy firme;

se mezclan con el azúcar y se hace con la manga un bonito adorno; se sirve.

1.047.—SOUFFLE DULCE (6 a 8 personas)

4 cucharadas soperas de harina fina,

½ litro de leche (o más si hace falta),

4 cucharadas (de las de café) de fécula

de patata vainilla en polvo,

(rasadas),

5 huevos enteros,

100 gr. de mantequilla,

5 claras de huevo,

1 cucharada sopera de aceite fino,

8 a 10 cucharadas soperas de azúcar,

sal.

Se hace una bechamel poniendo a derretir 75 gr. de mantequilla con una cucharada de

aceite; cuando está caliente, se le añade la harina y la fécula. Con unas varillas se da

vueltas, añadiendo despacio la leche fría. Cuando la bechamel ha cocido unos 5

minutos, se retira del fuego y se le agrega el azúcar, moviendo muy bien. Se deja enfriar

y, cuando está templada solamente, se incorporan las 5 yemas.

Se unta con el resto de la mantequilla una fuente de cristal o porcelana honda resistente

al horno. Se enciende éste a fuego mediano unos 10 minutos antes de poner la crema del

soufflé. Se baten las claras de tres en tres con un pellizco de sal para que monten mejor;

una vez bien firmes, se mezcla la primera tanda, moviendo poco con una cuchara de

madera y las demás moviéndolas también lo menos posible. Se vierte todo en la fuente

y se mete en el horno mediano flojo; después de pasados 15 minutos se sube el calor del

horno y se vuelve a subir otros 10 minutos al final. Suele estar en 35 minutos. Cuando el

soufflé está bien subido y dorado se sirve en seguida en su misma fuente.

Variaciones:

Se pueden dar varios sabores al soufflé, agregándole licor de Gran Marnier, 3

cucharadas soperas (que se quitan de leche) o de limón (cociendo la cáscara en la leche

y poniendo otra cáscara rallada en la crema), o de café (se añade a la bechamel

Nescafé), o de chocolate (se agregan 3 cucharadas soperas de cacao), etc., y se procede

como en la receta anterior.

1.048.—ARROZ CON LECHE (6 personas)

6 cucharadas soperas de arroz,

8 cucharadas soperas de azúcar,

1 cáscara entera de limón,

agua,

$\frac{3}{4}$ de litro de leche.

canela en polvo.

En un cazo se pone agua abundante a hervir; cuando cuece a borbotones se echa el

arroz, y se cuece unos 10 minutos más o menos. Mientras tanto se pone en otro cazo la

leche a cocer con la cáscara del limón. Cuando han pasado los minutos de cocer a

medias el arroz, se escurre éste en un colador grande y se echa en seguida de escurrido

en la leche cociendo. Se vuelve a dejar

otros 12 minutos (se prueba si está blando, pero

sueltos los granos). Se retira del fuego, se añade el azúcar y se revuelve. Se dan unas

vuelatas en el fuego, se le quita la cáscara de limón y se vierte en la fuente donde se vaya

a servir. Tiene que quedar caldoso, pues al enfriarse se embebe leche y si no quedaría

muy espeso.

Se adorna con canela en polvo. Se puede también quemar, formando

caramelo por

encima, pero esto es menos clásico. (Se pone azúcar molida en un embudo y se forman

unas rayas que se queman con un hierro al rojo.)

En verano se puede meter el arroz con leche, una vez frío, en la nevera antes de servirlo.

1.049.—ARROZ CON LECHE, CON NATA Y ALMENDRAS (6 a 8 personas)

1 taza (de las de té) de arroz (175 gr.),

6 cucharadas soperas de azúcar,

*50 gr. de almendras tostadas y picadas
no muy 2½ vasos (de los de agua) de
leche (algo menos de finas,*

½ litro),

*1 clara de huevo a punto de nieve
firme,*

agua,

¼ kg. de nata montada,

un pellizquito de sal,

algunas guindas.

En un cazo se pone agua abundante a cocer y cuando hierve a borbotones se echa el

arroz. Se deja cocer unos 8 minutos y, pasado este tiempo, se escurre en un colador y se

vierte en otro cazo, donde estará la leche muy caliente. Se deja hervir a fuego moderado

unos 20 minutos más o menos (depende este tiempo de la clase de arroz); para más

seguridad, se prueba. Una vez en su punto el arroz, se le echa el azúcar y se da unas

vueltas, retirándolo del fuego. Una vez templado, se le añaden las almendras y por

último, cuando está casi frío, se monta la clara de huevo a punto de nieve muy firme con

un pellizquito de sal, se mezcla con la nata y se incorpora al arroz con las almendras. Se

pone en sitio fresco y se adorna con unas guindas en almíbar.

1.050.—BUDÍN DE ARROZ (unas 8 a 10 personas)

1¼ litros de leche,

1 lata de melocotones en almíbar de ½ kg.,

agua,

¼ kg. de nata montada,

200 gr. de arroz,

10 cucharadas soperas de azúcar,

2½paquetes de flan chino El Mandarín,

unas guindas para adorno.

En un cazo con agua hirviendo se echa el arroz, y cuando ha cocido unos 5 minutos se

vierte en un colador para escurrirle el agua. Se vuelve a echar en otro cazo que tenga un

litro de leche hirviendo y, a fuego mediano, se le deja cocer otros 20 minutos (más o

menos), según la clase de arroz.

En un tazón grande se disuelven los polvos de flan chino, mezclados previamente con el

azúcar para que no formen grumos, con el Va litro de leche fría. Una vez bien disueltos,

se agrega al arroz con leche, se pone a

fuego mediano y se mueve bien con una cuchara

de madera (como va indicado en el paquete del flan). Se retira del fuego y se añaden los

melocotones en almíbar, bien escurridos y cortados en trozos. Se mezcla bien todo y se

vierte en un molde de cristal o porcelana. Se mete en la nevera unas 3 ó 4 horas.

Al ir a servir el budín, se pasa un cuchillo alrededor del molde y se vuelca. Se adorna

con la nata y las guindas y se sirve.

1.051.—FLAN-BUDIN DE SÉMOLA
(6 personas)

Caramelo para bañar el molde:

150 gr. de azúcar,

3 cucharadas soperas de azúcar,

un pellizco de vainilla,

2 cucharadas soperas de agua.

un pellizco de sal.

Budín:

Salsa caramelo líquido:

½ litro de leche,

6 cucharadas soperas de azúcar,

100 gr. de sémola de trigo,

2 cucharadas soperas de agua,

3 yemas,

1/10 litro más de agua (un vaso de los de vino).

4 claras,

Se baña un molde alargado de cake (u otra forma si se quiere) con el caramelo

hecho

con las 3 cucharadas de azúcar y las 2 de agua. Se vuelca bien el molde para que bañe

bien el fondo y los los costados del molde. Se deja enfriar.

En un cazo se pone la leche a cocer con la vainilla; cuando empieza a hervir, se echa la

sémola desde un poco alto para que caiga en forma de lluvia en la leche. Con una

cuchara de madera se mueve sin parar durante 10 minutos, para que no se

formen

grumos y no deje de cocer suavemente.

En una ensaladera amplia se mezclan las 3 yemas y el azúcar; una vez bien movidos, se

Incorpora poco a poco la papilla de sémola y aparte se baten las claras con un pellizco

de sal muy firmes, y se incorporan también a la crema. Se vierte en el molde y se mete a

horno suave (previamente encendido durante 5 minutos) y al baño maría con el agua

hirviendo durante 45 minutos a una hora.

Se comprueba que está el flan ya cocido pinchándolo con un alambre: si sale limpio, el

flan está en su punto. Se saca del horno y se deja enfriar en el molde. Al ir a servir el

budín, se pasa un cuchillo de punta redonda todo alrededor del molde y se vuelca en una

fuelle. Se sirve con caramelo líquido en una jarrita aparte (receta 102).

1.052.—FLAN DE FRUTAS CALIENTE (6 personas)

2 peras,

8 cucharadas soperas de azúcar,

2 manzanas,

4 cucharadas soperas de harina fina,

2 plátanos,

2 huevos,

2 mandarinas (o una naranja),

2 vasos (de los de agua) de leche fría,

1 racimo de uvas ($\frac{1}{4}$ kg.),

30 gr. de mantequilla,

unas 6 ciruelas pasas o un puñado de pasas un poco de vainilla en polvo.

(facultativo),

En una ensaladera de cristal se cortan todas las frutas peladas y en trocitos como para

una ensalada de fruta. Se unta con la mitad de la mantequilla un cacharro profundo de

crystal o porcelana resistente al fuego.

Se vierte la mitad de la fruta y se espolvorea con 2 cucharadas soperas de azúcar. Se

echa el resto de la fruta. Aparte se pone la harina, 4 cucharadas soperas de azúcar, los 2

huevos y la vainilla en un cacharro de cristal o loza, y se baten bien; se añade poco a

poco la leche para que no se hagan grumos. Se vierte esta crema sobre la fruta,

sacudiendo bien el cacharro para que fruta y crema queden bien mezclados. Se

espolvorea con 2 cucharadas soperas de azúcar y se pone el resto de la mantequilla en

tres o cuatro trocitos por encima. Se mete en el horno (que se habrá calentado previamente) a fuego mediano durante una hora. Se saca y se sirve en el mismo cacharro de porcelana, cuando está aún caliente o templado.

1.053.—MOUSSE DE CHOCOLATE
(6 personas)

125 gr. de chocolate,

*3 cucharadas soperas de azúcar
molida,*

3 cucharadas soperas de leche fría.

4 claras de huevo,

3 yemas de huevo,

75 gr. de mantequilla,

un pellizquito de sal.

En un cazo se pone ai chocolate partido en trozos con la leche. Se pone a fuego suave

hasta que el chocolate esté derretido. Se separa del fuego y se incorpora en trozos la

mantequilla. En un tazón se mezclan las yemas con el azúcar, moviendo bien, hasta que

esté espumoso. Se añade el chocolate. Se revuelve bien para mezclar todo y para ir

enfriando la crema. Se baten las claras a punto de nieve muy firme con un pellizquito de

sal.

Enfriada la crema de chocolate, se incorporan las claras muy suavemente, pero cuidando

que adquiriera un tono uniforme. Se pone la «mousse» en una ensaladera de cristal o en

varios cacharritos (o copas bajas de

champán) y se mete en la nevera por lo menos una

hora antes de servir.

Se puede adornar con un poco de nata o con guindas. Se sirve, si se quiere, con lenguas

de gato aparte en un platito.

Nota.-Se puede mezclar a la mousse nata montada, poniendo entonces sólo 3 claras a

punto de nieve.

1.054.—MOUSSE DE CHOCOLATE CON SOLETILLAS (6 a 8 personas)

Unas 35 soletillas (no muy blandas),

3 cucharadas soperas de leche fría,

3 ó 4 cucharadas soperas de ron,

3 yemas de huevo,

2 cucharadas soperas de azúcar, agua,

*4 cucharadas soperas de azúcar
molida,*

100 gr. de chocolate,

4 claras de huevo,

*200 gr. de mantequilla (que no esté
fría),*

un pellizquito de sal.

Coger un poco de los 200 gr. de mantequilla y untar una flanera (de unos 19 cm. de

diámetro).

En un plato soperero se pone agua, llenando la parte honda, con 1½ cucharadas soperas de

ron y una cucharada soperera de azúcar.

Cuando se termina el primer líquido, se vuelve a

hacer más con lo que queda. Pasar unas soletillas rápidamente por este líquido.

Colocarlas primero en el fondo y después cortándoles un poco uno de los finales

redondos todo alrededor de la flanera. Hacer la mousse como está indicado en la receta

anterior (se pone más mantequilla para que al desmoldar se tenga bien en pie). Se pone

la mitad de la mousse y se recubre con unas soletillas mojadas muy ligeramente. Se

vierte el resto de la mousse y se vuelve a poner para cerrar el molde otra capa de

soletillas ligeramente mojadas. Se cubre la flanera con una tapadera algo más pequeña

que la flanera, o con un plato untado con un poco de mantequilla. Se pone algún peso

sobre la tapadera y se mete en la nevera por lo menos 5 horas antes de servir la mousse.

Se puede hacer la víspera si se quiere.

Al ir a servir, se pasa un cuchillo todo alrededor del molde y se vuelca en una fuente

redonda.

Se adorna con nata o con natillas vertidas por encima de la mousse.

Natillas:

¾ litro de leche,

1 cucharada sopera rasada de maicena.

3 yemas de huevo,

5 cucharadas soperas de azúcar,

Receta 1.032

**1.055.—CORONA DE CHOCOLATE
LIGERA CON NATILLAS (6
personas)**

140 gr. de chocolate.

Natillas:

½ vaso (de los de vino) de agua,

½ litro de leche,

2 yemas de huevo,

2 yemas,

el peso de un huevo de mantequilla (50 gr.),

5 cucharadas soperas de azúcar,

150 gr. de azúcar,

*1 cucharada sopera rasada de
maicena,*

50 gr. de almendras ralladas,

un pellizco de vainilla.

4 claras de huevo,

mantequilla para untar el molde.

En un cazo se pone el agua y el chocolate a fuego lento, para que se derrita éste, sin

cocer. Una vez derretido y templado, se añade la mantequilla, el azúcar, las yemas y las

almendras ralladas. Se revuelve muy bien todo junto y se agregan las 4 claras de huevo

a punto de nieve muy firme (con un pellizquito de sal). Se incorporan a la crema

suavemente.

Se unta muy abundantemente con mantequilla un molde en forma de corona, se vierte la

masa en él y se mete a horno suave al baño maría. (El agua del baño maría se tendrá ya

caliente.) Se deja de 45 minutos a 1

hora. Una vez cocido (para saberlo se pincha con un

alambre), se retira del horno y se deja en sitio que no sea muy frío. Se desmolda en el

momento de ir a servirlo y se sirve con unas natillas (receta 1.032) aparte en salsa.

También se puede servir con nata montada en el centro y resulta muy bien también.

1.056.—CREMA CUAJADA DE LIMÓN (5 a 6 personas)

4 huevos enteros,

*1 cucharada sopera rasada de
maicena,*

la ralladura de 2 limones,

1 vaso (de los de agua) de agua.

zumo de 3 limones,

200 gr. de azúcar.

En un vaso se pone la maicena y se añade poco a poco el agua fría para que no forme

grumos.

En una fuente de cristal o porcelana resistente al fuego, no muy grande, se

baten los

huevos como para tortilla, se agrega después la ralladura de limón, el azúcar, el zumo y,

finalmente, el vaso de agua con la maicena disuelta en él. Se mueve bien y se pone

sobre la lumbre (cuidando de interponer entre la fuente de cristal o porcelana una

plancha especial para que no salte el cristal y se rompa). Se sigue moviendo hasta que

empieza a hervir; se deja unos 3 minutos cociendo sin dejar de mover, y se retira

del

fuego.

Se deja enfriar, se mete, si se quiere, en la nevera y se sirve acompañada de lenguas de

gato.

1.057.—CREMA DE LIMÓN (4 a 6 personas)

(Para tomar como mermelada o hacer el relleno de la tarta.)

45 gr. de mantequilla,

250 gr. de azúcar,

el zumo de 3 limones,

3 huevos.

ralladura de un limón.

En un cazo se derrite la mantequilla (con cuidado de que no cueza); se añade el zumo y

la ralladura de los limones; después, el azúcar y, al final, los huevos batidos

previamente como para tortilla.

Se pondrá el cazo en agua caliente para terminar de hacer la crema al baño maría. Se

dan vueltas constantemente durante 15 minutos para que la crema se espese. Se saca del

fuego y se vierte la crema en un cacharro de cristal o porcelana y se guarda en sitio

fresco (pero no en la nevera). Una vez fría, se puede utilizar para rellenar una tarta

(cubriendo ésta después con merengue).

1.058.—MOUSSE DE LIMÓN (5 a 6 personas)

150 gr. de azúcar molida,

4 claras,

4 yemas de huevo,

un pellizco de sal,

el zumo de un limón,

6 guindas de confitería.

la ralladura de ½ limón,

En un cazo se revuelve muy bien con una cuchara de madera las yemas con el azúcar y

el zumo de limón. Se pone al baño maría, sobre la lumbre (el agua estará caliente con

anticipación), y dando vueltas sin parar se tiene unos 15 a 20 minutos, hasta que el

volumen de la crema casi sea el doble. Se retira del fuego y del baño maría, para que se

vaya enfriando, y se le añade el $\frac{1}{2}$ limón rallado. Mientras tanto se baten muy firmes,

con la pizca de sal, las claras; cuando están bien firmes, se incorporan suavemente a la

crema. Se vierte ésta en cuenquitos o copas de champán de pie bajo y se meten unas 2

horas en la nevera. Se sirven en las copas con unas lenguas de gato aparte y unas

guindas en el centro de adorno. Estas guindas se colocarán en el momento de llevar el

postre a la mesa para que no se hundan en la mousse.

1.059.—MOUSSE DE NARANJA (6 personas)

El zumo de 3 naranjas grandes (1½ vasos de los 2 cucharadas soperas colmaditas de maicena,

de agua),

2 yemas de huevo,

1 naranja mediana (para el adorno),

3 claras, un pellizco de sal,

100 a 150 gr. de azúcar (según sean de dulces las

naranjas).

3 cucharadas soperas de licor de Cointreau o

Curaçao,

un poco de agua fría.

En un cazo bastante grande se pone el

zumo de naranja con el azúcar. En un tazón se

pone la maicena y se disuelve con agua fría (4 ó 5 cucharadas soperas). Se pone el zumo

a calentar y, cuando empieza a tener burbujas alrededor del cazo, se añade lo del tazón,

y sin dejar de dar vueltas con una cuchara de madera se cuece durante unos 3 minutos.

Se retira del fuego y en sitio fresco se deja enfriar, dando vueltas para que no se forme

piel. Se agrega entonces el licor y, una vez incorporado, las yemas. Se baten las claras

muy firmes con un pellizquito de sal. Se incorporan' a la crema con cuidado, es decir,

moviendo despacio y justo lo necesario para que quede bien mezclada la mousse. Se

reparte en unos cacharritos de porcelana o cristal (o copas de champán) y se meten en la

nevera durante unas 3 horas. Se pela la naranja y se cortan unas rodajas. En el momento

de servir, se plantan dentro de la mousse las rodajas y se sirve con lenguas de gato

aparte.

1.060.—GELATINA DE NARANJA
(6 personas)

1 litro de zumo de naranja,

un poco de agua fría,

4 ó 5 cucharadas soperas de azúcar,

unos gajos de naranja,

5 hojas finas de cola de pescado,

1/4 kg. de nata montada.

Se disuelven en un cazo pequeño la cola de pescado (o gelatina) con un poco de agua.

Se pone a fuego suave sin que llegue a hervir (pues saben mal). Cuando está caliente se

añade el zumo de naranja y éste se calentará suavemente, agregándole el azúcar. Una

vez bien mezclados los ingredientes, se coge un molde y se aclara con agua fría sin

secarlo. Se vierte el líquido en él y se

mete en la nevera hasta que esté cuajado. Para

servir se desmolda, pasando un cuchillo todo alrededor del molde, y se vuelca. A veces

hay que levantar un lado del molde y con el cuchillo hacer un poco de palanca para que

entre aire, pues este tipo de postres hace ventosa y no bajan solos. Se adorna con la nata

puesta con una manga y unos gajos de naranja.

1.061.—MOUSSE DE CAFE (6

personas)

½ litro de leche,

1 cucharada sopera de Nescafé,

100 gr. de azúcar,

*50 gr. de almendras tostadas y picadas
o, mejor,*

almendras garrapiñadas (facultativo),

2 yemas,

sal.

3 claras,

1½ cucharadas soperas de maicena,

En un cazo se pone a hervir casi toda la leche con más de la mitad del azúcar.

Aparte, en

un tazón, se ponen las yemas, el azúcar que ha quedado y el Nescafé. En otro tazón se

pone la maicena y se disuelve con la leche fría que se ha separado. Una vez mezclada y

disuelta la maicena, se vierte en el tazón de las yemas. Se mezcla todo muy bien.

Cuando la leche empieza casi a hervir (hace pompitas en el borde del cazo) se

coge un

poco de leche con un cazo y se vierte muy poco a poco en el tazón, sin dejar de mover

con una cuchara de madera. Después de bien disuelto, se incorpora esto a la leche del

cazo. Se deja cocer unos 3 ó 4 minutos sin dejar de dar vueltas. Se aparta y se pone en

sitio fresco para que se enfríe la crema. Una vez casi fría, se baten las claras a punto de

nieve muy firme con un pellizquito de

sal y se incorporan a la crema. Se reparte ésta en

6 cuenquitos (copas bajas de champán, etc.) o en un bol de cristal, y se mete en la

nevera durante 2 ó 3 horas (no más, pues se vuelve algo líquido pasado este tiempo).

Al ir a servir, se espolvorea la mousse con un poco de almendras garrapiñadas machacadas.

1.062.—BAVAROISES PEQUEÑAS DE FRESAS O FRAMBUESAS (6 a 8 personas)

¾ de litro de leche escasos (3 vasos de los de 4 cucharadas soperas colmadas de jalea de

agua),

grosella,

6 cucharadas soperas de maicena,

8 cucharadas soperas de azúcar (si son frutas; 4 si

es jalea),

3 hojas finas de cola de pescado,

2 claras de huevo,

un poco de agua,

un pellizquito de sal,

300 gr. de fresas frescas, o ¼ kg. de frambuesas, o

125 gr. de nata montada, o unas fresas o unas

guindas de confitería.

En un cazo se pone casi toda la leche a calentar con el azúcar. En un tazón se pone la

maicena y se disuelve con el resto de la leche fría. Cuando la leche está a punto de

hervir, se vierte la maicena del tazón y se cuece unos 3 minutos sin dejar de dar vueltas

con una cuchara de madera. Se separa del fuego y se incorporan las fresas o las frambuesas pasadas por batidora, o la jalea de grosella tal cual.

En un cazo aparte se cortan las hojas de cola y se deslíen con un poco de agua, poniéndolas a fuego suave para que no cueza, pues adquiere mal sabor.

Una vez bien desleídas, se incorporan poco a poco a la crema. Se baten las claras de

huevo bien firmes con la pizca de sal y se incorporan suavemente a la crema. Se vierte

en unos moldecitos individuales de cristal o Durablex pasados por agua fresca y

escurridos y se meten en la nevera un par de horas. Se pasa alrededor de los moldes un

cuchillo de punta redonda y se vuelcan en la fuente donde se vayan a servir. Si no salen

bien, con la punta del cuchillo se separa un poco para que entre aire, pues a veces este

tipo de postre forma ventosa. Se adornan o bien con una guinda encima o con un montoncito de nata puesto con la manga.

**1.063.—BAVAROISE DE PRALINE
(6 personas)**

½ litro de leche,

7 a 8 cucharadas soperas de agua,

*1 cucharada sobera rasada de
maicena,*

*150 gr. de almendras garrapiñadas, ó
100 gr. de*

pastas de almendras (macarrones) muy

secas y

5 yemas de huevo,

picadas (no muy finas),

*6 cucharadas soperas de azúcar,
vainilla (en polvo, 2 claras de huevo a
punto de nieve,*

en gotas o en barra),

un pellizquito de sal.

250 gr. de nata montada,

*4 hojas de cola de pescado finas (ó 3
corrientes),*

En un cazo pequeño se ponen las 9 cucharadas de agua y las 4 hojas de cola de pescado

cortadas en trocitos. Se calienta un poco el agua (sin que cueza nunca) y se dan vueltas

con una cuchara para que se deshagan bien.

En otro cazo mediano se echa la leche con 3 cucharadas soperas de azúcar y la vainilla.

Se pone a fuego mediano. Aparte, en un tazón, se ponen las 5 yemas con la cucharada

de maicena y las 3 cucharadas de azúcar. Se bate bien y, cuando la leche está a punto de

cocer, se va añadiendo en el tazón muy poco a poco (para que no se corten las yemas) y

después, cuando está lleno el tazón, se vierte esto en el cazo de la leche. Se mueve con

una cuchara de madera sin parar hasta que espese bien, pero sin que cueza apenas. Se

retira y, después de un ratito (5 minutos), se va añadiendo la cola de pescado, que estará

ya derretida y no demasiado caliente. Se bate bien. Se añaden entonces las almendras

garrapiñadas, previamente molidas (entre dos hojas de papel limpio, o un trapo, se

aplantan con un martillo para dejarlas más bien gruesas).

Se mete el cazo con todo esto en agua fría y se dan vueltas hasta que las natillas estén

frías. Se baten las claras con un pellizquito de sal, a punto de nieve fuerte, y se mezclan

con la nata. Se añade entonces la mezcla y se bate a mano con un aparato de batir claras

o unas varillas (que no sea eléctrico, porque bate demasiado de prisa).

Se pone el bavaroise en un molde previamente enjuagado con agua fresca y bien

escurrido y se mete en la nevera por lo menos 4 horas antes de servir, para que esté bien

cuajado. Se desmolda en una fuente, para servir.

1.064.—BAVAROISE DE

MELOCOTONES (EN LATA) (6 personas)

½ litro de leche,

un pellizco de sal,

150 gr. de azúcar,

1 lata de melocotones en almíbar de ½ kg.,

4 yemas de huevo,

5 hojas finas (ó 3½ un poco más gruesas) de cola

de pescado.

*1 cucharadita (de las de manzanilla)
rasada de*

maicena,

4 claras,

Se pone la leche a cocer con la mitad del azúcar. En un tazón se ponen las yemas, el

resto del azúcar y la maicena. Se bate bien; cuando la leche empieza a hervir, se coge un

poco con un cucharón y se vierte muy poco a poco en el tazón, moviendo bien para que

no se cuajen las yemas. Después se vierte lo del tazón en el cazo de la leche, dando

vuelatas continuamente con una cuchara de madera. Se pone a fuego suave y se deja

espesar un poco (sin que cueza, pues se cortarían las natillas). Después se separa y se

dejan en sitio fresco, moviendo de vez en cuando para que no se forme nata.

Se abre la lata de melocotones, se escurre muy bien el almíbar en un cazo y se reserva

éste, así como un pedazo de melocotón para el adorno. Lo demás se pasa por un

pasapurés más bien gordito, para que el melocotón no quede demasiado fino. Se mezcla

este puré con las natillas.

En el cazo del almíbar se pone la cola cortada en trozos pequeños. Se pone a calentar a

fuego suave (sin que cueza, pues adquiere mal gusto) hasta que esté bien deshecha. Se

vierte poco a poco en las natillas; se dan vueltas hasta que esté casi frío. Se baten

las

claras a punto de nieve muy firme con un pellizco de sal.

Se mezclan las claras suavemente con las natillas y se vierte todo en un molde o flanera,

previamente untado con aceite fino y bien escurrido lo sobrante.

Se mete en la nevera por lo menos 3 horas antes de servir el bavaroise. Se puede hacer

la víspera si se quiere. Se desmolda pasando un cuchillo de punta redonda todo

alrededor y si no sale, con la punta del cuchillo se separa un poco, con el fin de que

entre aire y no haga ventosa. Se adorna con el melocotón reservado cortado en gajitos.

1.065.—BAVAROISE DE PIÑA (DE LATA) (6 a 8 personas)

½ litro de leche,

1 cucharada (de las de café) colmada de maicena,

¼ litro de nata montada,

un poco de agua,

200 gr. de azúcar,

un pellizquito de sal,

1 clara de huevo,

un poco de aceite fino para untar el molde.

4 yemas,

1 lata de piña de 500 gr.,

4 hojas de cola de pescado finas, ó 3 más gruesas,

Se pone la leche a cocer con la mitad del azúcar. Mientras tanto se baten las yemas con

el resto del azúcar y la maicena. Cuando la leche está a punto de cocer, se vierte un poco

en el tazón y se mezcla luego todo junto con el cazo. Se vuelve a poner a fuego mediano

y, sin dejar de dar vueltas con una cuchara de madera, se deja espesar un poco (sin que

cueza), pero con cuidado de que no se corte.

En un cazo aparte se vierte el almíbar de la lata de piña, se cortan las hojas de cola de

pescado en trocitos, se pone a fuego muy suave y se deja derretir (sin que cueza, pues

adquiere mal gusto), y dando vueltas con una cuchara. Esto se mezcla poco a poco con

las natillas. Se pone el fondo del cazo en agua fría y, dando vueltas sin parar, se deja

templar y casi enfriar. La mitad de las rodajas de piña se cortan por la mitad y se

reservan, y la otra mitad se cortan en trocitos que se incorporan a las natillas.

Aparte se monta una clara a punto de nieve firme con una pizca de sal. Se mezcla con la

nata y ésta se incorpora suavemente, casi toda (dejando un poco para adornar la

bavaroise), a la crema. Se unta un molde de bavaroise grande o una flanera de 1½ litros,

con aceite. Se escurre bien éste y se vierte todo en el molde, que se mete en la nevera

unas 10 horas (pero no en el congelador) o la víspera si se quiere.

Para servir, se mete unos segundos el molde en agua caliente y se vuelca en una fuente.

Quizá haya que ayudar de un lado al bavaroise a bajar con la punta de un cuchillo

redondo. Se adorna con la nata reservada y las medias rodajas de piña puestas alrededor.

**1.066.—BAVAROISE DE NARANJA
(6 a 8 personas)**

3 huevos y una clara más,

pletar con el licor el $\frac{1}{4}$ litro,

200 gr. de azúcar,

4 cucharadas soperas de agua,

3 hojas de cola de pescado,

2 cucharadas soperas de aceite fino.

1 vasito de licor de Cointreau,

zumo de naranja hasta com-

En un bol de cristal se separan las yemas y se añade el azúcar, se revuelve con una

cuchara de madera durante unos 5 minutos hasta que esté cremoso. En un cazo pequeño

se pone la cola de pescado cortada en trozos pequeños (con unas tijeras) y se ponen en

remojo con las 4 cucharadas de agua; si no se deshace bien, se puede calentar un poco

para que se derrita, pero sin cocer. En el bol que tiene las yemas y el azúcar se va

añadiendo el $\frac{1}{4}$ litro de líquido entre Cointreau y zumo de naranja (colado) y se agrega

la cola de pescado poco a poco sin dejar de mover. Aparte se montan las claras muy

firmes y se van añadiendo poco a poco a la crema. Se mezcla muy bien, para que no

quede ningún grumo de clara sin incorporar.

Se unta una flanera con el aceite fino (escurriendo lo sobrante si hiciese falta). Se vierte

la crema y se mete en la nevera bien fría hasta que cuaje. Se prepara por lo menos con 6

horas de anticipación o la víspera, si se quiere.

Se puede adornar con un poco de nata

montada o unas rajitas finas de naranja.

**1.067.—BAVAROISE DE
CHOCOLATE (6 a 8 personas)**

150 gr. de chocolate sin leche,

*un poco de agua fría (4 a 5 cucharadas
soperas),*

*1 vaso (de los de agua) bien lleno de
leche fría,*

4 yemas de huevo,

*10 cucharadas soperas bien llenas de
azúcar,*

6 claras,

*3 hojas de cola de pescado (finas),
un pellizco de sal.*

Se pone a disolver el chocolate en trozos con la leche a fuego mediano para que dé un

hervor. Se retira y se pone a enfriar en sitio fresco (no en la nevera).

Se corta la cola de pescado en trozos y se pone en remojo con el agua. Se acerca al

fuego y, muy despacio, se deja disolver moviendo bien y sin que cueza (si no sabría a

pescado). Se añade al chocolate en sitio fresco, sin parar de dar vueltas y, poco a poco,

la cola de pescado disuelta.

Cuando esta crema esté casi fría, se le incorporan las yemas batidas con el azúcar y

después las claras montadas a punto de nieve (con el pellizco de sal) muy firme.

Se vierte esta crema esponjosa en un molde alargado, o flanera, o varios moldecitos

individuales, según se prefiera, y se mete en la nevera por lo menos unas 5

horas antes

de servir. El tiempo puede ser más.

Se pasa un cuchillo todo alrededor del molde y se vuelca en una fuente, procurando que

por un lado del molde ya volcado y con el cuchillo entre un poco de aire para que la

bavaroise no haga ventosa. Se puede adornar con un poco de nata o guindas. Se sirve

bien frío.

1.068.—BAVAROISE DE FRESAS (6

a 8 personas)

3 huevos enteros,

500 gr. de fresas o fresones,

*200 gr. de azúcar (8 cucharadas
soperas),*

4 cucharadas soperas de agua,

*3 hojas de cola de pescado finas (2½ si
son más 3 gotas de carmín (si se pone
fresón),*

gruesas),

250 gr. de nata montada,

*2 cucharadas soperas de Kirsch,
una pizca de sal.*

Se baten en la batidora las fresas o fresones, dejando algunos para adorno. Después de

batirlas bien se debe conseguir un vaso grande de puré, más bien líquido, al que se

agrega el kirsch. Aparte, en una ensaladera, se mezclan muy bien las 3 yemas de huevo

con el azúcar. Se mueven con una cuchara de madera durante 8 a 10 minutos, hasta que

quede una crema espumosa. En un cazo pequeño y aparte se cortan las hojas de cola de

pescado y se ponen en remojo con una cucharada sopera de agua fría. Mientras están en

remojo se añade a la crema de los huevos y azúcar el vaso de fresas batidas; se mueve

bien. Aparte se baten muy firmes las 3 claras de huevo con una pizca de sal para que

queden más firmes. Se calienta un poco el cazo con el agua y la cola, teniendo mucho

cuidado de que no hierva (pues adquiere mal sabor). Se mezcla bien para que se derrita

toda y, poco a poco y sin dejar de mover, se incorpora a la crema. Una vez bien

mezclada, se agregan las gotas de carmín (es sólo para que quede más bonito; si no se

tiene no importa). Después, poco a poco, se van mezclando la mitad de la nata y

después las claras, que han de estar muy firmes. Se mezcla bien para que no queden

grumos sin incorporar y se mete en una flanera previamente untada con aceite.

Esta se

escurre para que no haya sobrante de aceite. Se mete en la nevera por lo menos 4 horas

antes de servirla.

Se desmolda al ir a servir, pasando un cuchillo de punta redonda alrededor del molde y

una vez volcado sobre la fuente, con precaución, se levanta un poco un lado y se mete la

punta del cuchillo, sólo para que entre

un poquito de aire y caiga la bavaroise,
que suele

hacer ventosa. Se adorna con la nata
(con una manga) y se ponen las fresas
unas pocas

arriba y otras alrededor de la bavaroise.
Se sirve bien frío.

Bavaroise barata de fresa (6 a 8
personas)

¾ de litro de leche,

8 cucharadas soperas de azúcar,

*70 gr. de maicena (6 cucharadas
soperas),*

3 ó 4 cucharadas soperas de agua.

½ kg. de fresas (pasadas por la batidora),

Adorno:

3 hojas finas de cola de pescado,

200 gr. de fresones,

200 gr. de nata.

En un tazón se disuelve la maicena con un poco de leche fría. Aparte, en un cazo, se

pone la leche y el azúcar a cocer.

Cuando rompe el hervor se le añade la

maicena

disuelta y, sin dejar de mover con una cuchara de madera, se deja cocer a fuego

mediano unos 2 a 3 minutos. Se retira del fuego y se deja templar un poco. Mientras

tanto se corta la cola en trocitos con unas tijeras y se ponen a remojo en un cazo

pequeño con las 3 ó 4 cucharadas soperas de agua fría. Se calienta a fuego muy lento sin

que hierva (si no da gusto la cola).

Una vez templada la maicena, se le añade el puré de fresas y luego, poco a poco y

colándola, la cola disuelta. Se vierte en una flanera de metal o de cristal o en moldes

pequeños individuales. Se mete en la nevera por lo menos unas 3 horas antes de servir

(se puede hacer la víspera si se quiere). Al ir a servir se pasa un cuchillo de punta

redonda todo alrededor y se vuelca (hay que levantar un costado e introducir la punta

del cuchillo para que entre aire y no haga ventosa). Se adorna con la nata y los fresones

y se sirve bien frío.

1.069.—BISCUIT GLACE (6 a 8 personas)

6 huevos,

1 cucharada sopera de maicena,

12 cucharadas soperas de azúcar (no más, porque un pellizco de vainilla,

si no no hiela bien),

unas gotas de color amarillo,

2 decilitros de leche (2 vasos de los de vino),

un poco de mantequilla (para untar el molde),

un pellizco de sal (pequeño).

Se unta el molde de metal donde se vaya a poner el biscuit glacé con mantequilla y se

mete en el congelador de la nevera para que quede dura y no se mezcle con la crema. En

un tazón se disuelve la maicena con un poco de leche fría. El resto de la leche se habrá

puesto a hervir con 5 cucharadas de azúcar. Se añade la maicena y se hace una papilla,

moviendo bien y cociéndola unos 3 minutos. Se retira de la lumbre para que se enfríe un

poco. En un tazón se ponen las yemas y se revuelve muy bien con otras 5 cucharadas de

azúcar; cuando está bien disuelto, se añade poco a poco la papilla de maicena. Aparte se

baten las claras muy firmes con un pellizquito de sal y se les agregan las 2 últimas

cucharadas de azúcar; todo esto se revuelve con la crema con mucho cuidado. Se vierte

en el molde y se mete en el congelador de la nevera unas 3 horas. Se saca unos 5

minutos antes de servir; se pasa un cuchillo de punta redonda todo alrededor y se vuelca

sobre la fuente donde se vaya a presentar, o se saca en el momento y se mete el molde

unos segundos en agua caliente, pero con cuidado de que sea muy rápido.

También se puede repartir el helado en moldes de cristal o de papel de plata (hay en el

comercio) individuales y se sirven en su molde.

1.070.—MERMELADA DE ALBARICOQUE

Doy esta receta como ejemplo, pues para otras frutas la manera de proceder es la

misma.

Por 1 kg. de fruta deshuesada:

¾ de kg. de azúcar.

Se cortan los albaricoques en cuatro, quitándoles el hueso. Se debe tener cuidado de que

la fruta esté toda igualmente madura, pues de haber algún albaricoque más verde,

quedaría entero y no cocería lo suficiente, haciendo que la mermelada se agriara. Una

vez los albaricoques preparados, se colocan en un barreño de loza (nunca de metal). Se

espolvorean por capas con el azúcar, dejando una capa más gruesa de azúcar encima. Se

dejan así en sitio fresco durante 12 horas. Pasado este tiempo, se vierte lo del barreño en

una olla y se pone a fuego vivo, moviendo a menudo la mermelada con una cuchara de

madera larga y raspando bien el fondo para que no se pegue. También con una

espumadera se retirará la espuma que se forma arriba (si se dejara, ésta haría también

agriar la mermelada).

Se deja cocer unos 15 minutos. Este tiempo depende también de la cantidad

de fruta que

se vaya a hacer.

Para comprobar si el punto está bien, se coge un poco de mermelada en una cuchara y

con la yema de los dedos se ve si está bien pegajosa al tocarla. Si se pegan los dos

dedos, la mermelada está ya en su punto.

Se retira del fuego, se deja enfriar y se vierte en los vasos de cristal donde se vaya a

conservar. Se dejan destapados 2 ó 3

días. Pasado este tiempo, se cortan unos redondeles de papel blanco del tamaño exacto de los tarros y otros francamente mayores

de papel pergamino. Los primeros se mojan en alcohol de 90° y se colocan tocando la

mermelada. Los segundos se colocan encima de la embocadura. Se moja la cuerda fina

con que se van a atar los papeles para que al secar se encoja y queden muy bien cerrados

los frascos, que se guardan en sitio más

bien fresco y oscuro.

1.071.—MERMELADA DE TOMATES

Doy esta receta, poco frecuente, para las personas que tienen huerta. No parece tomate

una vez hecha la mermelada.

1 kg. de tomates muy carnosos y bien maduros

½ kg. de azúcar,

el zumo de un limón

Se cortan los tomates en trozos y se les

quita la simiente. Se ponen en una sartén sin

nada durante 15 minutos a fuego mediano. Se machacan con el canto de una

espumadera. Pasado este tiempo, se pasan por el pasapurés. Se vierte este tomate en un

cazo; se le añade el azúcar y el zumo de limón y se cuece a fuego lento más o menos 30

minutos, según guste de espesa la mermelada. Hay que tener en cuenta que al enfriar

también se espesa algo.

1.072.—MEMBRILLO

1½ kg. de membrillos maduros,

agua fría.

1¼ kg. de azúcar.

Se frotan con un paño limpio los membrillos para limpiarlos, pero sin pelarlos. Se

cortan en trocitos, quitándoles al partirlos el centro duro y las pepitas. Se ponen en un

cazo y se cubren con agua fría (justo

para cubrirlos). Se cuecen a fuego mediano más o

menos una hora, hasta que los trozos estén bien blandos. Se pasa en seguida por el

pasapurés y se les agrega entonces el azúcar. Se deja cocer de nuevo $\frac{1}{2}$ hora,

revolviendo de vez en cuando con una cuchara de madera. Se vierte la compota en un

pañó de cocina limpio, se unen las cuatro puntas del pañó y se cuelga el hatillo así

hecho en un sitio donde esté en vilo con

el fin de que escurra el líquido sobrante.

Antes

de que se enfríe del todo (unos 20 minutos) se vierte la crema de membrillo en tarros de

crystal (lavafrutas, etc.) y se deja enfriar.

Una vez frío, se puede desmoldar pasando un cuchillo alrededor.

**1.073.—MEMBRILLOS CON
JALEA DE GROSELLA Y
FLAMEADOS (6 personas)**

4 membrillos medianos,

agua,

azúcar,

½ vaso (de los de agua) de ron o coñac.

3 cucharadas soperas de jalea de grosella,

Se cortan los membrillos en rodajas gruesas y se pelan. Se van poniendo en una cacerola

con agua fría; se cubre con una tapadera y se cuecen a fuego mediano hasta que esté la

carne blanda, más o menos 35 minutos (para saber si están bien se pincha una rodaja

con un alambre). Una vez cocidos, se retira un poco de agua y se espolvorean los

membrillos con 3 cucharadas soperas de azúcar. Se vuelven a cocer durante 10 a 15

minutos. Pasado este tiempo, se sacan del almíbar así formado y se reservan. Cuando se

van a servir, se ponen en una fuente y se pone la mermelada en el centro de la rodaja de

membrillo. Se echa el ron o coñac en un cazo, se calienta, pero sin dejarlo hervir, se

prende con una cerilla y se vierte por encima de los membrillos con una cuchara, se

rocía varias veces para que se consuma el alcohol y esté menos fuerte. Se sirve en

seguida; si puede ser, cuando está aún con llama el ron.

1.074.—BATATAS EN DULCE (6 personas)

1 kg. de batatas buenas,

un papel de estraza,

16 cucharadas soperas de azúcar (350

gr.),

1/4 litro de crema liquida (facultativo) ,

1 rama de canela,

agua fría,

Se pelan las batatas; si son gruesas, se cortan por la mitad a lo largo y se ponen en un

cazo con el agua justa para cubrirlas, el azúcar y la ramita de canela. Se tapa el cazo con

papel de estraza y una tapadera y se pone al fuego para que rompa el hervor. Cuando

hierva, se baja el fuego y se dejan cocer hasta que se forme almíbar y quede poco caldo.

Se ponen entonces en una ensaladera de cristal. Cuando están completamente frías, se

pueden comer o guardar hasta 3 ó 4 días. Se pueden servir acompañadas de nata líquida

servida aparte en una salsera.

1.075.—MANERA DE PREPARAR LA PIÑA FRESCA

Se pela muy bien la piña para que en la carne no queden los puntos marrones de

la

corteza. Se vacía el centro de la piña, que es muy duro, con un aparato en forma de tubo

(para vaciar manzanas) o con un cuchillo. Se corta la piña en rodajas y se coloca donde

se vaya a servir.

1.^a manera:

Se espolvorea con azúcar molida y se deja macerar durante 24 horas. Pasado este

tiempo, se rocía con Kirsch y se mete en

la nevera a refrescar durante 2 ó 3 horas. Para

una piña pequeña basta $\frac{1}{2}$ vaso de Kirsch (de los de vino); pero esto depende del gusto

de cada cual.

2.^a manera:

Las cáscaras se ponen en un cazo con un vaso (de los de agua) de agua y unas 3

cucharadas soperas de azúcar. Se deja cocer esto a fuego lento durante unos 30 minutos.

Se cuela y se deja enfriar, después de lo

cual se vierte sobre las rodajas de piña
y se

mete en la nevera durante unas 3 horas.

**1.076.—CIRUELAS PASAS CON
VINO TINTO (6 personas)**

½ kg. de ciruelas pasas,

*125 gr. de azúcar, agua templada para
remojarlas.*

¼ litro de vino tinto,

1/4 litro de agua,

1 ramita de canela,

Se ponen las ciruelas en remojo en agua templada de 3 a 6 horas. Se pone en un cazo el

agua, el vino, el azúcar y la canela, y finalmente las ciruelas escurridas de su agua de

remojo. El líquido debe cubrirlas; si fuese necesario, se puede añadir algo más de vino,

o agua y vino.

Se ponen a fuego mediano, destapado el

cazo, durante unos 30 minutos para que
cuezan

lentamente. Se retiran del fuego, se les
quita la canela y se ponen en una
ensaladera de

crystal. Se sirven cuando están frías,
pero no se meten en la nevera, pues las
endurece.

1.077.—PERAS EN COMPOTA CON VINO TINTO (6 personas)

*9 peras de Roma grandes (amarillas, de
clase vino tinto,*

dura),

*1/4 litro de nata líquida con una
cucharada sopera*

*4 cucharadas soperas de azúcar,
de azúcar (facultativo).*

2 ramitas de canela,

Se pelan las peras enteras y después se cortan en cuatro trozos. Se les quita el centro

duro con las pepitas y se van echando en una cacerola. Una vez preparadas todas las

peras, se espolvorean con el azúcar, se añade la canela y se vierte vino tinto por

encima,

de forma que las cubra. Se tapa la cacerola y se cuecen a fuego mediano hasta que estén

tiernas (para saberlo se pinchan con un alambre), más o menos 20 minutos.

Después de

cocidas se vierten en una ensaladera de cristal y se dejan enfriar. Se sirven, si se quiere,

con la nata líquida endulzada con un poco de azúcar, servida en salsa aparte.

Nota.-Si las peras no son grandes se

pueden dejar enteras, peladas pero con su rabo.

Habrá que calcular entonces dos por persona. Se puede sustituir la crema líquida de

acompañarlas por unas natillas (receta 1.032).

1.078.—MELOCOTONES FLAMEADOS (6 personas)

2 muffins (bolos cilíndricos),

de jalea de grosella o frambuesa,

6 melocotones en almíbar (que sean bien 1 vaso (de los de vino) de ron,

hermosos),

un poco de azúcar glass.

6 cucharadas (de las de café)

Se escurren bien los melocotones. Se cortan los muffins en tres partes y sobre cada una

se pone un medio melocotón con el hueco para arriba. Se aprieta ligeramente el

melocotón, con el fin de que quede bien asentado en el bollo. Se rellena el hueco del

melocotón con jalea o mermelada de

grosella o de frambuesa. Se pone esto en una

fuelle resistente al horno. Se espolvorea con un poco de azúcar glass y se mete al horno

fuerte para que gratine ligeramente.

Mientras tanto se pondrá a calentar el ron (un poco). Se saca la fuente del horno, se

prende el ron con una cerilla, se vierte sobre las frutas y se flamea con una cuchara, con

el fin de que el ron rocíe todos los melocotones y además pierda fuerza el

alcohol.

Se sirve, si puede ser, mientras está el ron aún prendido, pues resulta más bonito.

**1.079.—MELOCOTONES
FLAMEADOS CON HELADO DE
VAINILLA (6 personas)**

3 muffins (bollos cilíndricos),

½ litro de helado de vainilla,

6 melocotones en almíbar (bien hermosos),

2 vasos (de los de vino) de ron.

En una sartén se ponen los melocotones escurridos de su almíbar (como salen del bote,

sin más). Se rocían con el ron previamente calentado en un cazo pequeño y prendido

con una cerilla. Se procura que el ron se queme muy bien para que no esté fuerte,

rociando bien los melocotones con una cuchara sopera. Se les quita a los muffins con un

cuchillo bien afilado las dos cortezas. Se cortan en dos y en el centro se les quita un

poco de miga para hacer un hoyo.

Se pone en cada medio muffin un melocotón, una vez bien flameados éstos, con el

huevo del hoyo hacia arriba. Se apoya ligeramente para que el melocotón se quede un

poco incrustado en el muffin. Se rellena con bastante helado de vainilla y se vierte por

encima una cucharada sopera ó 2 del caldo de la sartén. Se sirve en seguida.

**1.080.—PLÁTANOS FLAMEADOS
CON HELADO DE VAINILLA (6**

personas)

1 barra de helado de vainilla,

*1 vaso bien lleno (de los de vino) de
ron Negrita,*

*6 plátanos hermosos, el zumo de un
limón.*

azúcar glass.

½ litro de aceite fino (sobraré),

Se pelan y se cortan los plátanos en dos
a lo largo. Se rocían con un poco de
zumo de

limón.

En una sartén se pone el aceite a calentar y cuando está en su punto (se prueba con una

rebanadita de pan), se fríen los medios plátanos hasta que estén dorados. Se reservan en

una fuente. Al ir a servirlos se pone el ron a calentar (sin que llegue a cocer), se prende

con una cerilla y se vierte por encima de los plátanos. Se flamean bien con una cuchara.

Una vez apagado el ron, se pone rápidamente, para que no se enfríe ni el ron ni los

plátanos, un pedazo de helado en cada plato, se ponen los dos medios plátanos encima

cruzados y se rocían con el ron del flameado. Se espolvorea con un poco de azúcar glass

y se sirve rápidamente. (El azúcar, para que quede bien repartida, se pondrá en un

colador de tela metálica y con una cuchara pequeña se le hace caer.)

Epílogo

por Jacinto Sanfeliu

La abundante bibliografía gastronómica se ha enriquecido con un nuevo título:
MIL

OCHENTA RECETAS DE COCINA,
guía utilísima para quien desee ampliar sus

conocimientos en este «arte nobilísimo», según palabras del Dr. Marañón. Todas las

recetas han sido probadas y aprobadas con autoridad y fina sensibilidad por la ilustre

autora de este libro, quien podría haber confiado el epílogo a alguno de los relevantes

escritores amigos suyos. ¿Por qué ha pedido la colaboración de un profesional? Sin

duda para reforzar el objetivo de simplificar y dar sentido práctico a su obra. No ha

caído en la tentación de presentarlo con alardes tipográficos, y nos ofrece un gran libro

en edición de bolsillo, asequible, manejable, ameno.

Pocos temas suscitan más polémica que este del vino. Todos tenemos ideas muy concretas sobre la edad, temperatura,

aroma, color y grado que debe tener cada uno de

ellos. Las mías se iniciaron ya en mi infancia, cuando pude familiarizarme con los

secretos de la crianza del vino, pues nací en una casa rodeada de viñedos, donde su

elaboración constituye un auténtico rito. Creo conocer lo mejor que se ha escrito en

Francia y en España sobre el tema, y he sostenido largas conversaciones con eminentes

gourmets, contraste de pareceres muy útil para mí. Así, pues, aconsejaremos los vinos

adecuados a cada plato y cómo hay que servirlos. Conviene aclarar que la vejez del vino

tiene un límite: se trata de una materia viva; nace, crece -en calidad, se entiende-,

alcanza su plenitud, declina y muere. Recomendaremos a los arquitectos la previsión en

sus proyectos de un armario-bodega en cada piso. Diremos a los encargados de

establecimientos expendedores que no pongan las botellas en escaparates expuestos a

bajas temperaturas en invierno o al sol del verano. Daremos también una lista de las

marcas más importantes y de las que más piden en «El Bodegón», un restaurante

madrileño de cinco tenedores. En este sentido, pienso actuar como un notario que da fe

de lo que se bebe en nuestros días, año 1972. La mención de las marcas es únicamente

informativa. Lamento no poder citar todas las que por su clase seguramente lo merecen.

De los vinos extranjeros citaremos solamente algunas marcas de champán en homenaje

a su fabulosa popularidad. Todos los países lo imitan, pero únicamente se verá la

denominación de origen, «CHAMPAGNE», en las etiquetas francesas. Así en España,

donde se consiguen reservas de primerísima calidad, no puede figurar en sus botellas la

palabra Champán o Champaña. Que nos disculpen nuestros amigos de Burdeos o de la

Borgoña: hablar de sus magníficos caldos nos llevaría a mencionar a los italianos,

alemanes, portugueses y otros europeos, además de los americanos y africanos, y no es

ésta una obra sobre el vino, sino un extraordinario libro de cocina.

Cuáles son los vinos adecuados que hay que servir

APERITIVOS

Mientras van llegando los invitados se suelen ofrecer, con la copa preferida de cada uno,

algunas tapas que pueden variar hasta el infinito, según el gusto de los anfitriones.

Este es el gran momento para el vino de Jerez. Un poco de jamón serrano y una copa de

nuestro vino más universal es una pura delicia. Debe servirse algo fresco.

Junto al Jerez, que no debe faltar nunca, la Manzanilla, los Moriles y Montilla, el

Whisky, la Ginebra y demás aperitivos.

No es de extrañar que alguien pida una
copa del

vino que se servirá en la comida.

SOPAS

Blancos secos, Claretos, Rosados.

ENTREMESES

Este grupo no es nada fácil de definir, ya
que se pueden ofrecer desde mariscos
hasta

embutidos, fritos de pescado, de carne,
ahumados, etc..

Blancos secos, Rosados, Claretos,

Tintos.

MARISCOS

Blancos secos, semi-secos. Jerez fino,
Champán.

CAVIAR

Vodka, Blancos secos, Champán.

FOIE-GRAS

Graneles vinos blancos, dulces y semi-
dulces. Grandes vinos tintos.

HUEVOS

Claretes-Tintos.

PAELLA

Blancos, Rosados, Claretos.

PASTAS ITALIANAS (Spaghetti, canalones, lasagne)

Claretos, Tintos ligeros (tercer o cuarto año).

PESCADOS

Blancos secos.

A las angulas, chipirones, cocochas, bacalao, es decir, platos fuertes, los acompaña

igualmente muy bien un tinto.

ASADOS (Carnes blancas, ternera, cordero ..)

Vinos tintos, hasta quinto año.

ASADOS (Carnes rojas)

Grandes vinos tintos. Las mejores reservas.

ASADOS (Pollos, capones, poulardas, faisanes, pintadas, patos)

Todos los vinos tintos, Champán.

CAZA MAYOR (Venado, jabalí)

Grandes vinos tintos de mucho cuerpo.

CAZA MENOR (Perdices, becasas, patos, liebres)

Todos los vinos tintos.

QUESOS

Grandes vinos tintos.

QUESOS (Suaves, de pasta blanda)

Vinos blancos y tintos.

POSTRES DULCES

Todos los vinos blancos, tintos, champán y sobre todo los de Málaga, los Moscateles,

los Jerez abocados -semi-dulces y dulces-, la Malvasía y los viejos rancios que cada

bodeguero, grande o pequeño, guarda en las botas más queridas.

FRUTA

Valen todos los indicados para los postres dulces.

ALMUERZO O CENA EN EL RESTAURANTE

Si se reúnen dos o tres amigos, lo más probable es que acuerden tomar un solo vino para

toda la comida. Es lo más corriente.
Para más de ocho comensales la mesa
estará ya

reservada, y el menú, vinos incluidos,
igualmente encargado.

Como se está generalizando la
costumbre de tomar solamente dos
platos -lo más

frecuente un pescado y una carne o ave-,
casi es de rigor servir un blanco y un
tinto.

Buena ocasión para saborear un gran
vino de añada.

INVITACIONES EN CASA

Un almuerzo o cena en casa nos obligará a sacar, con el mejor mantel, lo mejor de nuestra bodega, de acuerdo con los platos que se hayan preparado. Los anfitriones darán

la medida de sus conocimientos gastronómicos.

BANQUETES

Los banquetes más o menos oficiales o de homenajes son casi siempre sencillos, sin

complicaciones, para salir del paso. Aquí lo más importante serán los discursos.

En cambio, en las fiestas familiares, junto al blanco y al tinto no puede faltar el

champán.

Así es, en líneas generales, cómo deben acompañar los vinos a cada plato, teniendo

siempre en cuenta que en el beber como en el comer hay que respetar los gustos

particulares de cada uno.

El vino de todos los días

Somos sin duda alguna el país que mejor y más vino corriente tiene: de pasto, del

año.

Nos deleitan a todos y maravillan a los millones de turistas que nos visitan.

Cada región elabora los suyos con cuidado y esmero. Los pequeños viticultores, en sus

viejas prensas, exprimen algo más que los racimos. Exprimen también todo su saber

heredado de padres a hijos para lograr que, en un mal año, de una cosecha mediocre,

salga un buen vino.

Galicia, Navarra, Cataluña, Andalucía, las dos Castillas, Aragón... España entera es una

inmensa bodega, en la que siempre encontraremos nuestro vino preferido, desde los

finos Valdepeñas hasta los grandes riojanos.

VINOS BLANCOS (Secos)

«MONOPOLE», de Cía. Vinícola del Norte de España; «RINSOL», de Paternina;

«VIÑA SOLÉ», de Franco-Españolas; «VIÑA PACETA», de Bodegas

Bilbaínas;

«METROPOL», de la Rioja Alta;

«VIÑA TON-DONIA», de López

Heredia;

«SEMILLON», de Bodegas Palacios;

•YAGO», de Rioja Santiago;

«MURRIETA», de

Marqués de Murrie-ta; «RESERVA

MONTECILLO», de Bodegas

Montecillo;

«MEDIEVAL», de Bodegas Riojanas;

«PESCADOR», de Perelada;

«MARFIL», de

Alella Vinícola; «KRALINER», de

René Barbier; «RIOJA BLANCO
SELECTO», de

Martínez Lacuesta; .CASTILLO DE
MONTIEL»; «LE-PINTA», de L.
Pintado;

«CLAVILEÑO», de Daimiel; «EXTRA-
SECO, 1963», Conde de Caralt.

VINOS BLANCOS (Semi-dulces)

«DIAMANTE», de Franco-Españolas;
«YAGO», de Rioja Santiago;
«BRILLANTE»,

de Bodegas Bilbaínas; «VIÑA
ALBINA», de Bodegas Riojanas;
«CASTELL DEL

BOSCH»; «CORONA», de C. V. N. E.;
«RIOJA ANAMELY», de Gómez
Cruzado;

«MARFIL», de Alella Vinícola; «VIÑA
ROMANIA», de López Heredia;
«MONTE

HARO», de Paternina; «VIÑA
AUGUSTA», de René Barbier;
«RADIANTE», de la

Rioja Alta; «VIÑA DELYS», de
Martínez Lacuesta.

VINOS ROSADOS

«ROSADO ESPECIAL», de René
Barbier; «BANDA ROSA», de

Paternina;

«ROSADO», de Franco-Españolas;

«ROSADO», de Bodegas Torres;

«BORISA», de

Bodegas Riojanas; «ROSADO», de

Marqués del Riscal; «ROSADO», de

Señorío de

Sarria; «ROSADO», de Perelada;

«ROSADO», de Yago.

TINTOS

«RIOJA BORDON», de Bodegas

Franco-Españolas; «TINTO, 1963», de

Conde de

Caralt; «VIÑA TONDONIA», de López Heredia; «VIÑA ARDANZA», de la Rioja

Alta; «VIÑA VIAL», de Paternina; «RISCAL, 1968», de Marqués del Riscal; «VIÑA

ZACO», de Bodegas Bilbaínas; «YAGO, 1966», de Rioja Santiago; «SUPERIOR

CAMPEADOR», de Martínez Lacuesta; «VIÑA REAL PLATA», de C. V. N. E.;

ALAMBRADO QUINTO AÑO», de Montecillo; «RIOJA ALAVESA», de Palacios;

«SANGRE DE TORO», de Torres;
«SIGLO», de Azpilicueta, G. L. Entrena;

«ETIQUETA BLANCA», de Marqués
de Murrieta; «VIÑA DEL PERDON»,
de

Señorío de Sarria; «CASTILLO DE
TIEBAS», de Vinícolas Navarras;
«MARFIL

TINTO», de Alella Vinícola;
«RESERVA», de Castell del Remey;
«PRIORATO», de

Castell Ribas; «CLARETE VIÑA
SOLIMAR», de Muller «CLARETE
PINOT», de

Bosch Güell.

TINTOS (Reservas)

«POMAL RESERVA», de Bodegas
Bilbaínas; «RESERVA, 1959», de
Marqués del

Riscal; «ROYAL» (tête de cuvée),
reserva 1959, de Bodegas Franco-
Españolas;

«BODAS DE ORO», de Palacios;
«IMPERIAL GRAN RESERVA», de C.
V. N. E.;

«VIÑA TONDONIA», de López
Heredia; «GRAN RESERVA 1956.», de
Federico

Paternina; «GRAN RESERVA», de la Rioja Alta; «ESPECIAL», de Martínez Lacuesta;

«ENOLOGICA», de Rioja Santiago; «GRAN RESERVA CORONAS», de Torres;

«PRIORATO EL FRAILE», de René Barbier; «MONTE REAL», de Bodegas Riojanas

(Cosecha 1960); «VIÑA MONTY», de Montecillo; «RESERVA CASTILLO YGAY»,

de Marqués de Murrieta; «GRAN VINO», de Señorío de Sarria (Cosecha 1961);

«VEGA SICILIA», de Bodegas Sicilia;
«VIÑA DORANA», de Gómez Cruzado;

«RESERVA ESPECIAL 1958», de
Carlos Serrés; «RESERVA
PERELADA», de

Bodegas Perelada; «CAMPO VIEJO»
(1963) de Campo Viejo; «MONISTROL

RESERVA ESPECIAL», del Marqués
de Monistrol.

VINOS DE JEREZ

No se puede hablar de los vinos de
Jerez sin recordar al autor del mejor
libro que se ha

escrito sobre estos caldos: «JEREZ-
XERES-SHERRY», de Manuel M.a
González

Gordon, Marqués de Bonanza, obra que
deberá consultar quien quiera conocer a
fondo

las peculiaridades de nuestro gran vino.

Los vinos de Jerez tienen una variedad
de tipos muy grande. Para mí, los más

importantes son cuatro, que dejaremos
en tres para simplificar, juntando los
Finos con

los Amontillados.

FINOS Y AMONTILLADOS (Antes de las comidas, en el bar, en el aperitivo)

Fino. -Color pálido, pajizo, olor punzante y de sabor muy seco, con graduación entre 15

y 17°. Los «finos» pueden seguir dos direcciones: la de un «fino» propiamente tal,

pálido, ligero y algo parecido (dentro de una calidad diferente) a la manzanilla, o:

Amontillado. -Vino de más cuerpo, más lleno, de color avellanado y de estilo más

difícil de lograr, algo más oscuro que los «finos», seco como éstos y de una graduación

de 18 a 20°: «LA INA», de Pedro Domecq; «TÍO PEPE», de González Byass;

«VICTORIA», de Bobadilla; «CARTA BLANCA», de Agustín Blázquez;

«CANDIDO», de Marqués del Mérito; «SAN PATRICIO», de Garvey; «DON

ZOILO», de Zoilo Ruiz; «PANDO», de Williams & Humbert; «FINO QUINTA», de

Osborne; «TRES PALMAS», de

Bodegas La Riva; «APITIV», de Sandeman;

«BETIS», de Bustamante; «FINO LA LIEBRE», de Barón de Algar; «PALE DRY», de

Delage; «PALMA», de Díez Hermanos; «CLARITA», de García Delgado; «FINO

ARIÑO», del Marqués de Ariño; «CAMBORIO», de Terry; «FINO VILLA-FUENTE,

del Conde de Villafuente Bermeja; «FINO JARANA», de Emilio Lustau; «EL

CATADOR», de Mackenzie; «FINO
CHIQUILLA», del Marqués de Misa;
«TIO

MATEO», de Palomino & Vergara;
«AMONTILLADO EL GALLO», de
Rivero;

«MARISMEÑO», de Sánchez Romate;
«INOCENTE», de Valdespino; «FINO

CAMPERO», de José de Soto; «FINO
OLIVAR», de Wisdom & Warter;
«FINO

PAVON», de Caballero;
«MONTERREY», de Bodegas Sancho;
«AMONTILLADO

TERRY», de Bodegas Terry;
«ATAULFO», de Infantes Orleans-
Borbón.

OLOROSOS (Aperitivos-Repostería,
etc.)

Vino también llamado «hecho», de color
ambarino rojizo, de igual graduación
que los

anteriores. A pesar de ser seco tiene la
particularidad de hacer notar cierto
gusto dulce al

paladar: «RIO VIEJO», de Pedro
Domecq; «NECTAR CREAM», de
González Byass;

«OLOROSO CAPITAN», de Bobadilla;
«SAN HILARIO», del Marqués del
Mérito;

«OLOROSO 10 R. F.», de Osborne;
>TIO GUILLERMO», de Garvey;
«TOM

BOWLING», de Bertola;
«MAJESTAD», de Bodegas Sancho;
«LA ESPUELA», de

José de Soto; «VIÑA ISABEL», de La
Riva; «WILD GEESE», de Rafael
O'Neale;

«DON NUÑO», de Emilio Lustau;
«BRISTOL CREAM», de Harveys.

ABOCADOS (Postres dulces, pastas secas, en la merienda)

De color más oscuro que el anterior, es más o menos dulce, según el tipo de cada marca.

Tiene las mismas aplicaciones que el Oporto.

SOLERA 1847», de González Byass; «LA RAZA», de Pedro Domecq; «SOLERA LA

MERCED», de Bobadilla; «LONG LIFE», de Garvey; «LA NOVIA», del Marqués de

Misa; «DRY SACK», de Williams &

Humbert; «CREAM», de Zoilo Ruiz;
«ARMADA

CREAM», de Sandeman; «PEDRO
XIMENES MATUSALEN», de Bodegas
Sancho;

«MOSCATEL EL PINO», de Alejandro
Gordon; «AMOROSO», del Marqués
del

Mérito; «GLORIA», de Pemartín;
«OLOROSO TRAFALGAR», de
Rivero; «CREAM

SHERRY», de Duff Gordon; «SOLERA
ROMATE», de Sánchez Romate;
«PICO-

PLATA», de Florido Hermanos;
«JEREZ QUINA», del Marqués del
Mérito.

MANZANILLA (Aperitivos)

Merece párrafo aparte la sin par
manzanilla que, aun elaborándose tan
cerca de la

comarca jerezana, tiene una
personalidad tan propia.

La diferencia más esencial entre el jerez
y la manzanilla es que ésta tiene un solo
e

inconfundible estilo. Es un vino muy
oloroso,

seco, pálido y algo más ligero que los vinos finos de Jerez; su graduación no llega a los

16°.

Se produce y cría en Sanlúcar de Barrameda; el ambiente ejerce una influencia decisiva

en su producción, pues se da el caso de que si los mostos jerezanos se llevan a criar a

Sanlúcar se hacen manzanilla, mientras que mostos sanluqueños llevados a Jerez se

convierten en vino fino jerezano:

«MACARENA», de Caballero;
«SEÑORITA», de Argüeso; «LA
POCHOLA», de

Pedro Domecq; «REGINA», de
Barbadillo; «LA PINTA», de Bozzano;
«LA GOYÁ»,

de Delgado y Zuleta; «GARBOSA», de
Orleáns-Borbón; «LA GITANA», de
Hidalgo;

«MILAGRITOS», de Bodegas Sancho;
«PASTORA», de Rodríguez e Hijo;
«LA

GUITA», de Pérez Martín.

MONTILLA-MORILES (Aperitivos)

El más conocido de estos excelentes
vinos cordobeses es el tipo «fino» que,
por su

característica suavidad y perfume
inconfundible, tiene muchos adeptos.

La elaboración de los caldos de
Montilla y Moriles es igual a la del
Jerez, y, como éste,

tiene una variedad extraordinaria de
tipos que el público apenas conoce:

«PUENTE VIEJO», de Campos;
«MORILES FINO», de Carbonell;
«DIEGUEZ», de

Bodegas Oieguez; «PACORRITO», de

Aragón; «FINO FESTIVAL», de Alvear;

«MARIA DEL VALLE», de Baena;

«LOS MANUELES», de Cobos;

«CALERITO»,

de Márquez; «FINO ANDALUZ», de

Navarro; «LOS INCAS», de Velasco

Chacón.

MALAGA (Postres y meriendas)

Los alrededores de la bella ciudad de Málaga están llenos de viñedos, donde se cría

como en ninguna otra parte el moscatel, la más importante de las clases de uva

necesarias para elaborar los famosos vinos de Málaga, vinos nobles que compiten con

ventaja con los mejores vinos dulces del mundo.

Cuando llega la vendimia se dejan solear las uvas durante siete días, hasta quedar

reducidas casi a pasas, lo que explica el espesor y dulzura de tan incomparable néctar.

El Lágrima Christi es el prototipo de lo que el gran público conoce por vino de Málaga,

dulce, muy dulce, pero con una finura de paladar que le libra de esa empalagosidad de

ciertos vinos cercanos a la mistela; con el «Moscatel» y «Pedro Ximénez» forman los

tres tipos más apreciados:

MOSCATEL MOCTEZUMA», de Compañía Mata; «MALAGA SUPERIOR», de

Souviron Hermanos; «LOS MOSQUETEROS», de Barceló; «MOSCATEL DALILA.,

de Luis Barceló; «GOLDEN

MUSCATEL», de Manuel Egea;
«LACRIMA CHRISTI»,

de Egea Hermanos; «PAJARETE», de
Garijo Ruiz; «ANTEPASADO», de
Krauel;

«MOSCATEL LARIOS», de Larios;
«BABILONIA», de Vinícola Ari;

«BISABUELO», de Scholtz Hermanos;
«CRISTOBAL COLON», de López
Hermanos.

MALVASIA (Señorial y generoso vino
de postre)

La malvasía, mundialmente famosa,
aunque dentro de España no tan

conocida como

merece, a causa de la gran demanda extranjera, fue traída por los navegantes catalanes y

aragoneses desde Grecia. Después de muchas pruebas encontraron un lugar ideal para

su cultivo en la comarca de Sitges, bien resguardada de los fríos por la cadena de cerros

que la protege: «MALVASIA», de Robert; «REGALIA», de Bosch Güell;

«MALVASIA», de Pamies;

«MOSCATEL DORADO», de Dalmau

Hermanos;

«MOSCATEL», de Torres; «WINE VERY OLD», de Sogas Muntaner.

Champaña

Dijimos antes que haríamos una excepción con el «Champagne», citando algunas de las

marcas más importantes del famoso vino de esta región. Las que vienen a continuación

son las que prestigian a Francia en el mundo entero:

«COMTES DE CHAMPAGNE», de

Taittinger; «RENE LALOU», de Mumm;
«DOM

PERIGNON», de Moët et Chandon;
«KRUG»; «CUVEE DU
CENTENAIRE», de

George Goulet; «BOLLINGER R. D.»;
«CUVEE DIAMANT BLEU», de
Heidsieck;

«CUVEE MARIE-ANTOINETTE». de
Irroy; «FLORENS-LOUIS», de Piper-

Heldsieck; «BLANC DES BLANCS»,
de Dom Ruinart; «RED LABEL», de
Lanson;

«CUVEE GRANDISSIME», de Victor

Clicquot; «RESERVE DE
L'EMPEREUR», da

Mercier; «ROEDERER»; «BLASON
DE FRANCE», de Perrier-Jouet;
«BLANC DE

CHARDONNAY», de Pol Roger;
«POMMERY»; «CUVEE GRAND
SIECLE», de

Laurent Perrier; «GEORGE GOULET»;
«CHARLES Vil», de Canard Duchéne;

«SALON»; «CUVEE ELYSEE», de
Jeanmaire; «BOLLINGER»; «ABEL
LEPITRE»;

«PRINCE A. DE BOURBON-PARME»;

«GRAND-DAME», de Veuve Clicquot-Ponsardin. En España, y con un proceso de elaboración idéntico al francés, se crían

vinos de extraordinaria calidad.

San Sadurní de Noya es el centro de la producción de nuestros espumosos, con un

sólido mercado cada vez más extendido. Quien haya visitado la región levantina del

Panadés, creará soñar ante los caminos interminables bajo tierra de bodegas que

contienen millones y millones de botellas, manipuladas con precisión relojera para ir

creando la espuma finísima y suave.

Casi todas las bodegas tienen varios tipos: brut, seco, semiseco, dulce y algunas hasta

rosado. Citaremos solamente el más representativo de cada casa:

«GRAN RESERVA NON PLUS ULTRA», de Codorniu; «BRUT ZERO», de

Castellblanch; «GRAN CLAUSTRO», de Perelada; «VISOL RESERVA», de

Mestres;

«CONDE CARALT RESERVA», del
Conde de Caralt; «NADAL EXTRA
SECO», de

Bodegas Nadal; «ROYAL CARLTON»,
de Bodegas Bilbaínas; «SECO
BARBIER», de

René Barbier; «BRUT NATURE», de
Fortuny; «BRUT ESPECIAL GOMA»,
de

Gomá; «INVICTA GRAN CORDON»,
de Pares Balta; «BRUT NATURE», de

Freixenet; «ASPRI LUVAL», de Luval;
«LACRIMA BACCUS», de Lavernoya.

Selección de selección de vinos es el champán, y por eso vamos a familiarizarles con su preparación.

La primera preocupación del buen elaborador es saber elegir las variedades de uva más

adecuadas para la obtención del champaña. En general, en la composición de este vino

entran dos variedades blancas y una negra, pero de carne blanca, que se compenetran y

complementan entre sí para dar esta

armonía de sabor y color que distingue el champaña

de alta calidad. Las uvas se seleccionan racimo por racimo, desechando las podridas, las

verdes y las secas. Son llevadas a la prensa sin estrujar, debiendo efectuar la operación

de prensar con rapidez, a fin de que el mosto salga con poco color, pues el buen catador

de champaña no tolera ni el amarillo fuerte de la uva blanca corriente, ni nada que

recuerde el tono rosado que podría comunicarle la uva negra si no se tuviese la

precaución de prensarla con gran rapidez. El primer mosto que fluye de la prensa, que lo

constituye la flor de la uva, o sea lo mejor que ella contiene, se guarda aparte para

transformarlo en champaña. El resto se destina a vino corriente o a champaña barato.

Los mostos son clarificados por decantación natural y llevados luego a las barricas

(envases de dos hectólitros de cabida), donde se vigila cuidadosamente la marcha de la

fermentación. Terminada la primera fermentación, se trasiega el vino varias veces, y

después de una serie de degustaciones, análisis y ensayos, se hacen las mezclas para

obtener los tipos apropiados. Para estos «coupages» se utilizan también los vinos de las

viejas reservas que toda casa de prestigio debe tener siempre en sus bodegas.

Los vinos resultantes de las mezclas («cuvées») se trasiegan de nuevo, se embotellan y

se someten a la segunda fermentación, utilizando fermentos seleccionados, que

transforman en burbujeante espuma el azúcar que previamente se les agregó. A los

quince días de haberse embotellado el vino comienzan a estallar algunas botellas, lo

cual señala la marcha de la fermentación; luego se llevan las botellas a las bodegas,

profundas y frías (cavas), y allí, con el enfriamiento, la rotura cesa y empieza el proceso

de maduración, que dura varios años. En invierno, las botellas se suben de nuevo a las

bodegas de la superficie, para que sufran el efecto de las heladas, las cuales precipitan

todas aquellas sustancias que pudieran enturbiar el vino. La operación de subir y bajar

las botellas de las cavas a la bodega se verifica cada invierno durante dos años.

Después, las botellas quedan ya definitivamente en las cavas, siempre a la misma temperatura.

A consecuencia de la fermentación, se ha formado en cada botella cierta cantidad de

poso, que enturbia el vino y se sedimenta con el reposo. Es necesario separar este

sedimento. Para ello, se ponen las botellas invertidas en unos pupitres provistos de

agujeros y, con gran cuidado, se mueven

cada día durante unos cuatro meses,
hasta

conseguir que el sedimento quede por
completo encima del tapón. Cuando se
ha logrado

esto, hay que hacer la operación llamada
degüello de la botella. Con habilidad y

presteza, que sólo la práctica enseña, el
operario encargado de esta operación
quita

tapón y poso, sin perder casi nada de
vino, quedando éste completamente
límpido.

El vino espumoso resultante del proceso

descrito es un vino muy seco que en la tecnología champañesa se designa con el nombre de «brut», pero se preparan también

los tipos «Dry» (seco), «Semi-seco» y hasta «Dulce», los cuales se obtienen

adicionando al champaña vinos añejos muy superiores más o menos dulces. La botella

es tapada de nuevo con tapones llamados «trefinos», del mejor corcho, y después se

sujetan éstos con un bozal metálico. Desde el degüello de la botella hasta la

aplicación

del tapón definitivo debe operarse con bastante rapidez para que la botella conserve su

espuma.

Ya sólo falta revisarlas una a una por última vez, para desechar las que presenten la más

leve mota turbia, y luego ponerles las etiquetas correspondientes.

El proceso de elaboración del champaña, someramente descrito, tiene una duración de

cinco a diez años, según tipos y calidades, y requiere que cada botella pase por las

manos de innumerables operarios muy expertos.

Al descorchar una botella no nos imaginamos que su elaboración haya costado tantos

cuidados y tanto tiempo.

La temperatura de los vinos

Un vino de Jerez fino o amontillado estará ligeramente fresco. Tomado en la bodega,

directamente de la bota, escanciado con la venencia, está en el mejor punto.

Los blancos y los rosados se servirán entre los 4-7 grados. Los valdepeñas blancos o

tintos, así como la mayoría de los vinos regionales de dos a tres años, deben servirse

alrededor de los 6 grados.

Los champañas y espumosos tienen que estar fríos, no helados (4-6 grados).

Los vinos tintos se servirán a la temperatura del comedor. La alcanzarán suavemente

dejándolos allí, o en una habitación con la misma temperatura, durante cuatro o cinco

horas antes del almuerzo o cena.

Los vinos de Málaga, los de Jerez olorosos, olorosos abocados, Pedro Ximénez,

Moscatel, Malvasía y todos los más o menos dulces en general -vinos para acompañar a

la pastelería, bizcochos, galletas- conviene servirlos a la temperatura de la habitación.

De la edad del vino

He aquí una cuestión sobre la que los mismos gastrónomos se ponen raramente de

acuerdo. Quien acaba de afirmar que posee un vino estupendo de, por ejemplo, treinta

años, difícilmente admitirá que pueda estar pasado, cuando lo más probable es que lo

esté realmente.

No se lee nada sobre este punto en las mejores obras sobre el vino, entre ellas: «Guía

vinícola de España», de Luis Antonio de

Vega; «Los vinos de España», de José del

Castillo; «Vignes et Vins de France», de Louis Jacquelm y René Poulain; «Le Grand

Livre du Vin», redactado bajo la dirección de Joseph Jobe; «Encyclopédie des Vins et

des Alcools», de Alexis Lichine; «Cuisine et Vins de France», del gran Curnonsky; «La

casa de Lúculo», de nuestro Julio Camba, pequeño gran libro donde el espíritu crítico

del autor podría haber abordado la faceta que nos ocupa. Ninguno de ellos hace alusión

a los años que un vino necesita para hacerse, mantenerse en toda su plenitud, conservar

su aroma y finura, para terminar declinando y muriendo.

El conde de los Andes, «SAVARIN», ha sido de los pocos que se han pronunciado

escribiendo sobre este punto. En una crónica titulada «Las fiestas del vino de Burdeos»,

publicada recientemente en «A B C», dice que «tratándose de burdeos, pueden conservarse excelentes hasta veinticinco años, cambiando los corchos, naturalmente.

Algunas veces, hasta cuarenta y cincuenta años. Pero no es lo habitual». El autor de

«Críticas gastronómicas» es muy generoso al concederles tan larga vida.

Como contraste, Nicolás Castejón y Paz-Pardo, secretario general de la Federación de

Importadores de Bebidas Extranjeras,

catador excepcional, considera que un vino a los

siete años está en la cumbre de su fuerza, calidad, bouquet y color, que se mantendrá

cuatro, cinco y seis años en algunos casos y que, desde este momento, irá perdiendo,

dando lugar a una situación de «muerto» Es de entender que este punto de plenitud es

diferente para los blancos que para los tintos, y que cada región puede causar una

reacción distinta. Este **gourmet**, tan espléndido habitualmente, ha sido bastante tacaño

en esta ocasión dejándoles vivir tan poco tiempo.

Para centrar estas ideas, pedimos la opinión de un bodeguero riojano de máximo

prestigio, el marqués de Vargas. Nos dice que el vino, como las personas, tiene una vida

más o menos larga según la salud con que viene al mundo y los cuidados que recibe.

Personalmente ha tenido cosechas de larga duración y otras que estaban destinadas a

declinar a una edad en que las primeras se encuentran en el mejor momento, unos siete

años más o menos. Asegura que el rioja madura más rápidamente que el burdeos,

debido a su mayor graduación, pero que, sin embargo, tiene menos vida. Según su

propia experiencia, a un vino le conviene permanecer unos ocho meses en una barrica

nueva de roble. Luego se trasiega a otra

vieja, en la que se guardará alrededor de un par

de años, y ya se tendrá el vino listo para su embotellado. En tres o cuatro años más se

habrá conseguido un excelente vino de mesa, que puede ir mejorando hasta los quince y

mantenerse hasta los veinticinco o más, según las peculiaridades de cada uno. Los

razonamientos del marqués de Vargas son convincentes, y los compartimos en todos sus

extremos. Para mejor valorarlos hay que tener en cuenta que -además de sus muchas

actividades- se ocupa directamente de sus bodegas de Logroño, donde ha logrado un

vino excepcional, el «Royal» («tête de cuvée»), que compite en «bouquet» y calidad

con los bordeleses. Lástima que la producción sea limitada, y cada nueva añada que

ofrece al mercado, actualmente la de 1959, se agota rápidamente. Lo mismo ocurre en la

mayoría de las grandes bodegas. Pedro Gandarias se ve a menudo asediado por sus

amigos, pidiéndole las viejas reservas de Riscal, y al marqués de Murrieta le sucede otro

tanto con las suyas.

La bodega

En una casa en el campo es fácil instalar una bodega, puesto que se dispone de muchos

rincones adecuados. Debe estar resguardada del frío, del calor y de los ruidos. Es

igualmente importante que no tenga humedad y, aunque sin exceso, aireada.

UN RUEGO A LOS DOCTORES ARQUITECTOS (Para una

pequeña bodega en cada piso)

Nadie conoce mejor los rincones de una casa que quien la construye. Una casa en el

campo no ofrece problemas a la instalación de una bodega. Mi sugerencia va destinada

al piso en la ciudad, y sin duda alguna supone una invitación a rellenar el espacio

reservado, de igual modo que se cubren de libros las estanterías de una biblioteca.

El rincón más alejado de la calefacción y del ruido, y que no se caliente demasiado en

verano, es el más apropiado para guardar las botellas de vino en sus correspondientes

casilleros. Los licores, coñacs, ginebras, whiskies pueden dejarse de pie. Los vinos, y

sobre todo los espumosos, deben permanecer tumbados.

A continuación doy unas medidas para la instalación de casilleros de seis botellas cada

uno:

Botellas tipo Burdeos: 0,16 m. de ancho; 0,26 de alto; 0,27 de profundidad.

Botellas tipo Borgoña: 0,18 m. de ancho; 0,26 de alto; 0,27 de profundidad.

Botellas tipo Rhin: son más estrechas, pero tienen 7 cm. más de altura, que hay que

calcular de profundidad. Botellas de Champán (teniendo en cuenta el tamaño

de las

reservas, que suelen ser más anchas):
0,22 m. de ancho; 0,34 m. de alto; 0,27
m. de

profundidad.

Conviene colocar un listón de unos 4
cm. de altura en el borde de los
casilleros para que

el cuello quede algo levantado. Así, al
retirar una botella no resbalarán las
demás.

A LAS MANTEQUERIAS,
SUPERMERCADOS, ETC.

Suelen estar bien presentados y bien surtidos los escaparates de estos establecimientos,

pero hay algo que en general no se tiene en cuenta, y es el cambio de temperatura que

sufren los vinos que se exponen.

Lo que no es demasiado importante para un coñac, un whisky, una ginebra o licores en

general, para los vinos es vital. ¿Qué remedios sugerimos? Lo dejamos al buen criterio

de cada uno. Los bodegueros sí podrían

ofrecer recomendaciones. Quizá un folleto con

instrucciones. Es deplorable que el producto tan cuidadosamente elaborado y cuidado

quede poco menos que a la intemperie.

Brindis

Hay en el Museo del Prado tres cuadros en los que el vino es protagonista: «La

Bacanal», de Tiziano; «La Bacanal», de Poussin, y «Los Borrachos», de Velázquez.

Estas pinturas inspiraron a nuestro

insigne Ortega y Gasset el mejor ensayo dedicado al

vino. Con un capítulo de este bellissimo ensayo, quería complacer a la autora de este

libro -nuera de nuestro gran pensador- en su deseo de cerrar con broche de oro su

estupendo trabajo, pero me ha puesto el veto. En verdad que lo siento por los lectores

que no conozcan «TRES CUADROS DEL VINO».

Apéndice

1.—CHAMPIÑONES RELLENOS (4 personas)

Este plato puede servirse en una cena de pie, en un aperitivo historiado, o como primer

plato ligero.

16 champiñones de tamaño grande,

1 cucharada sopera de perejil picado,

200 gr. de jamón de York picado,

1 limón, un poco de aceite,

40 gr. de buen foie-gras,

20 gr. de mantequilla,

sal.

Se separan los pedúnculos de las cabezas de los champiñones. Estas se frotan con medio

limón, por fuera, y se van echando en agua fría, a la cual se añade un chorrillo de zumo

de limón. Una vez lavados todos los champiñones se colocan, bien escurridos, en una

sartén amplia, para que no estén montados unos encima de otros, en cuyo fondo se

habrá puesto una capa muy fina de aceite; se salan ligeramente, se tapan con una

tapadera y se ponen a fuego lento durante unos 8 minutos. Mientras tanto, se lavan los

rabos separados de los champiñones y se pican muy menudos. Se ponen en un cazo con

la mantequilla, sal y un poco de zumo de limón. Se dejan cocer durante unos 10 minutos.

Una vez pasados los 8 minutos de los champiñones de la sartén, se sacan de

uno en uno

y se colocan en una besuguera de metal o en una parrilla.

Se mezcla entonces el jamón picado, los pedúnculos picados (con el jugo que haga falta

para aglutinar la mezcla), el foie-gras y el perejil. Se rellena con este picado cada

champiñón y se meten a horno mediano durante unos 10 minutos más. Se sacan y se

sirven bien calientes.

2.—SOPA RUSA DE REMOLACHA **(6 personas)**

½ kg. de remolachas cocidas,

1 cucharada sopera de vinagre,

1 litro de caldo (o agua con pastilla),

6 cucharadas soperas de nata líquida,

25 gr. de margarina,

sal y pimienta.

Poner a derretir la margarina, añadirle las remolachas peladas y cortadas en rodajas.

Rehogar durante unos 10 minutos.

Añadirles después el caldo caliente, el vinagre, la sal

y la pimienta. Dejar cocer todo junto a fuego lento durante 15 minutos. Retirar del fuego

y cuando esté sólo templado, pasar por la batidora. Para tomar esta sopa fría, se mete,

una vez pasada por la batidora, en la nevera por lo menos durante 3 horas. Se sirve en

cuencos individuales, echando en cada uno, en el momento de servir, una cucharada

sopera de crema líquida.

Para tomar caliente se sirve en sopera, añadiendo en la sopera, después de echada la

sopa, la crema líquida. Se mueve muy poco para que quede amarmolada y se añade un

poco de lombarda picada en tiras muy finas y previamente aliñada con un poco de

vinagreta, la cual se escurrirá al ir a echarla en la sopera.

3.—PATATAS ASADAS CON ROQUEFORT (6 personas)

*9 patatas grandes (100 gr. cada una),
30 gr. de mantequilla,
1½ vaso (de los de agua) de leche,
50 gr. de queso Roquefort,
1 huevo,
nuez moscada,
sal.*

Asar las patatas enteras en el horno (mediano) durante 1 hora.

Sacarlas del horno, cortarlas en dos a lo largo y con una cuchara vaciar la pulpa,

reservando los cuencos de piel vacíos.

Hacer un puré con el pasapurés, añadirle la mantequilla, el queso, el huevo batido como

para tortilla, la nuez (rallada y sólo un poco), la sal y al final la leche caliente

(solamente la que necesita el puré para dejarlo espeso).

Se mezcla todo bien y se rellenan con esto las medias patatas vacías.

Se meten en el horno a gratinar durante unos 15 minutos, más o menos, hasta que estén

doradas, y se sirven.

Nota.-Se puede poner en el puré sólo la yema y añadir 2 claras a punto de nieve firme.

4.—PATATAS EN SALSA VERDE CON CHIRLAS (6 personas)

1½ kg. de patatas,

¼ de kg. de chirlas,

6 cucharadas soperas de aceite,

3 ramitas de perejil,

1 diente de ajo picado,

1 cucharada sopera de perejil picado,

1 cebolla grande (200 gr.) picada,

agua,

1 cucharada sopera de harina,

sal.

Se pelan las patatas, se cortan en rodajas gruesas y se echan en agua para lavarlas.

En una cacerola se pone el aceite a calentar; cuando está caliente se echa la cebolla y el

diente de ajo, todo muy picado. Se

revuelve hasta que la cebolla se pone transparente

[unos 5 minutos), se agregan entonces las patatas escurridas. Se espolvorean con la

harina y se les añade el perejil machacado en el mortero. Se dan unas vueltas y se

cubren con agua fría. Se salan y se dejan cocer unos 30 minutos, más o menos (esto

depende de la clase de patatas).

Mientras se van haciendo las patatas, se preparan las chirlas. Se lavan muy bien

en agua

y sal y se meten en un cazo con un poco de agua en el fondo. Se tapan y se dejan cocer

hasta que se abren las conchas. Se separan del fuego y se van quitando las medias

conchas vacías.

Se van añadiendo las medias conchas con el bicho a las patatas, así como el caldo que

han soltado. Se cuece todo junto durante 5 minutos y se sirve en sopera o en fuente

honda.

5.—ARROZ CON PIMIENTOS VERDES Y QUESO RALLADO (6 personas)

½ kg. de arroz, 6 pimientos verdes pequeños,

50 gr. de margarina (Tulipán, Natacha, etc.),

1 vaso (de los de agua) de aceite,

50 gr. de queso rallado,

sal.

Se pone agua abundante a cocer en una

cacerola; cuando rompe el hervor se echa el

arroz, moviéndolo con una cuchara para que no se apelozone. Se deja cocer durante unos

13 a 15 minutos (según la clase de arroz) y se echa entonces en un colador amplio. Se

pone al chorro del agua fría y se lava bien. Se reserva. En una sartén se pone el aceite a

calentar suavemente y se echan los pimientos, quitándoles previamente el rabo y las

simientes y salándolos por dentro. Se tapa la sartén con una tapadera y a fuego lento se

dejan durante unos 20 minutos. Se sacan y se reservan en un plato.

Se pone el arroz en una cacerola con un poco más de la mitad de la margarina y un buen

chorro del aceite de freír los pimientos. Se sala y se rehoga muy bien dándole vueltas

con una cuchara de madera. Se vierte en una fuente redonda de barro. Se colocan los

pimientos por encima con las puntas hacia el centro y ahondándolos un poco en el arroz.

Se espolvorea el queso rallado, se pone en trocitos el resto de la margarina, se mete un

ratito en el horno para que se derrita el queso y se dore ligeramente. Se sirve en su

misma fuente.

6.—LENGUADOS CON ZUMO DE NARANJA (3 personas)

3 lenguados de ración,

1 plato con harina,

2 naranjas medianas,

$\frac{3}{4}$ litro de aceite (sobrar ),

6 almendras,

sal.

50 gr. de mantequilla,

En la pescadería se manda vaciar las tripas de los lenguados y quitarles la piel oscura.

Se lavan y se secan bien con un trapo limpio. Se salan y se pasan por harina, sacudiendo

cada pescado para que no quede más que la harina precisa. Se pone el aceite a calentar

en una sartén y se fríen los lenguados de uno en uno para que no se estropeen. El aceite

no debe de estar demasiado caliente, para que se hagan por dentro, sin arrebatarse por

fuera. Una vez fritos se colocan en una fuente resistente al horno, en la cual se servirán.

Se reservan al calor.

Se pica muy picadito la corteza, cortada

muy fina (para que no lleve blanco) de media

naranja, así como las almendras (crudas o tostadas, da igual). Se exprime el zumo de las

dos naranjas y se pone en un cazo, con la mantequilla (blanda) y el picadito de

almendras y corteza de naranja. Cuando está la salsa caliente (sin cocer) se rocían los

lenguados con una cucharada sopera, con el fin de repartir por encima de cada uno de

ellos el picadito y la salsa. Se mete la

fuelle a horno previamente calentado durante

unos 10 minutos, y se ponen a gratinar. Cuando los lenguados están dorados se sirven

en seguida.

7.—TRUCHAS CON ALMENDRAS (6 personas)

6 truchas de ración,

50 gr. de almendras crudas, peladas y picadas,

1 plato con harina,

sal.

3/4 litro de aceite (sobrar ),

Después de vaciadas las truchas (que si son asalmonadas resultan mejores) se lavan, se

secan con un paño limpio y se enharinan ligeramente. Se fríen de dos en dos en el aceite

bien caliente y cuando est n doradas se baja el fuego y se refríen lentamente unos 10

minutos más. Se colocan en fuente donde se irán a servir y se reservan al calor.

Se vacía casi todo el aceite donde se ha frito el pescado, dejando el fondo con la harina.

Se añaden las almendras picadas, dándoles vueltas. Cuando están bien doradas se vierte

todo por encima de las truchas y se sirven.

8.—HUEVOS DUROS RELLENOS **(6 personas)**

9 huevos duros,

1 cebolla pequeña (50 gr.),

1 huevo crudo,

1 cucharada sopera de harina,
150 gr. de jamón serrano (muy picado),
unas hebras de azafrán,
1 lata pequeña de guisantes (100 gr.),
2 vasos (de los de agua) de agua,
1 plato con harina,
1 vaso (de los de vino) de vino blanco,
½ litro de aceite (sobrará),
sal.

Cortar en dos los huevos duros por la

parte ancha. Vaciar las yemas,
reservando 3 para

la salsa. Mezclar el jamón muy picado
con las yemas y volver a rellenar, con
esta

mezcla, los medios huevos. Pasarlos por
harina ligeramente y después por el
huevo

batido, como para tortilla, insistiendo en
mojar bien la parte del relleno con el fin
de que

no se salga. Freír un poco los medios
huevos y cuando estén dorados
colocarlos en una

fuelle de barro resistente al fuego.

Hacer la salsa: en una sartén poner unas 3 ó 4 cucharadas soperas de aceite, del de freír

los huevos. Picar mucho la cebolla y echarla en el aceite hasta que se dore (unos 8

minutos), añadir la harina, darle unas vueltas con una cuchara de madera, para que se

dore también un poco.

En el mortero machacar las hebras de azafrán y disolverlas con parte del vino. Añadir en

la sartén el agua, el resto del vino y lo del mortero. Dejar cocer durante unos 10 minutos

y pasar por el pasapurés. Echarlo en la fuente donde están los huevos. Dejar cocer todo

durante otros 10 minutos, sacudiendo con cuidado la fuente. Ver entonces si le hace

falta sal a la salsa, pues normalmente con la sal del jamón serrano del relleno suele

bastar, si no rectificar.

Al ir a servir echar por encima los

guisantes y yemas duras reservadas y picadas. Pasar a la mesa.

**9.—BABILLA DE TERNERA
MACERADA EN VINO BLANCO (8
a 10 personas) (Para
preparar la víspera)**

1 babilla de 2½ kg.,

10 gr. de pimienta,

1 litro de vino blanco seco,

½ vaso (de los de vino) de coñac,

1 vaso (de los de agua) de Oporto,

*1 vaso bien lleno (de los de vino) de
aceite,*

3 zanahorias medianas (150 gr.),

½ kg. de champiñones frescos,

1 cebolla mediana (125 gr.),

25 gr. de mantequilla,

3 dientes de ajo, sin pelar,

el zumo de 1 limón,

*1 ramita grande perejil atada con 1
hoja de laurel,*

1/4 litro de crema líquida,

sal.

Se ata la babilla para darle bonita forma, se sala y se pone en una cacerola (o mejor una

cocotte de hierro fundido). Se vierte el vino blanco y el Oporto por encima. Se pelan y

cortan en rodajas las zanahorias y se añaden, así como los ajos sin pelar, pero dando un

golpe para aplastarlos un poco, la cebolla pelada y partida en dos, el ramillete de perejil

y laurel y los granos de pimienta. Se deja así en sitio fresco (pero no en nevera) durante

24 horas, dando de vez en cuando la vuelta a la carne.

Cuando se vaya a hacer la carne, se vacía la cocotte del todo, guardando el vino con sus

ingredientes. Se pone en la cacerola el aceite a calentar, y se dora la carne por todos los

lados. Se añade el vino con todos sus componentes y se pone a cocer. Cuando rompe el

hervor se baja el fuego para que cueza lentamente durante más o menos una hora u hora

y media (según sea de tierna la ternera). La salsa debe de quedar reducida como a la

mitad. Mientras tanto se limpian los champiñones, se cortan en trozos grandecitos y se

lavan en agua con el zumo de medio limón. Una vez preparados todos, se ponen en un

cazo con la mantequilla, el zumo del medio limón que queda y sal. Se cuecen durante

unos 10 minutos. Cuando la carne está tierna, se saca y en un plato se flamea con el

coñac (un poco calentado, para que prenda más fácilmente). Se pasa toda la salsa por el

pasapurés y se vuelve a poner en la cocotte todo -así como los champiñones y su jugo-.

Se reserva al calor hasta el momento de trinchar la carne para servirla. En la salsa se

añade la crema líquida cuidando de calentar la salsa sin que cueza más. Se rectifica de

sal si hiciere falta.

Se sirve con algo de salsa por encima y el resto en sopera. Se podrá adornar con bolas

de puré de patatas o unos triángulos de pan frito.

10.—PECHUGAS ESCABECHADAS (6 personas)

6 pechugas deshuesadas,

1 hoja de laurel,

1 vaso (de los de vino) no muy lleno de aceite,

1 ramita de tomillo,

*1 vaso (de los de vino) no muy lleno de
vinagre 1 ramillete de perejil,*

blanco,

*1 pastilla de caldo de pollo de Gallina
Blanca u otra*

1 cebolla grande (125 gr.),

marca,

sal.

En una cacerola esmaltada, o en un
Duralex resistente al fuego, se ponen las
pechugas

dobladas en dos y sujetas con un palillo para que guarden buena forma. Se les vierte por

encima el aceite y el vinagre, se añade la cebolla pelada y cortada en redondeles finos,

el laurel, el tomillo, el perejil y un poco de sal. Se deja macerar por lo menos durante

una hora, sacudiendo de vez en cuando la cacerola, o revolviendo con una cuchara de

madera. Pasado el tiempo de la maceración se pone a fuego mediano, añadiendo la

pastilla de caldo de pollo,
espolvoreándola. Se deja cocer durante
unos 20 minutos y se

retira del fuego. Se dejan enfriar las
pechugas en su salsa y se guardan así
durante 24

horas en sitio fresco.

Se sirven frías con un poco de salsa y
acompañadas de una buena ensalada.

11.—FAISAN AL CHAMPAN (4 ó 5 personas)

1 hermoso faisán,

1 botella de buen champán seco,

1 cebolla mediana (60 gr.),

½ vaso (de los de vino) de coñac,

*2 clavos (especia), 100 gr. de manteca
de cerdo,*

*5 cucharadas soperas de crema
líquida,*

*1 lata de sopa de rabo de buey
(Campbell),*

sal.

A ser posible guisar el faisán en una cocotte (cacerola de hierro fundido).

Se pinchan en la cebolla los dos clavos.

Se sala el faisán y se le introduce la cebolla. En

la cocotte se pone la manteca a derretir y se dora muy bien el faisán por todos los lados.

Una vez dorado se rocía con el caldo de rabo de buey, previamente calentado. Se cuece

lentamente y cuando la salsa está consumida como a la mitad se va añadiendo en veces

el champán. Se sigue cocinando hasta que el faisán esté tierno. Esto tardará de 2 a 3

horas, según sea de duro el faisán.

En un cazo se calienta (sin que cueza) el coñac. Se saca el faisán en un plato hondo. Se

prende el coñac y se flamea muy bien el faisán. Mientras tanto la salsa seguirá cocinando

para concentrarse algo.

Al momento de ir a servir se trincha el faisán, se pone en la fuente de servir y se añade a

la salsa la crema, calentando bien la salsa sin que cueza ya. Se prueba si está bien de sal,

se rectifica si hiciese falta, se vierte por encima del faisán y se sirve. Se puede adornar

la fuente con triángulos de pan de molde fritos o bolas de puré de patata.

12.—PLATANOS FLAMEADOS (4 personas)

4 plátanos bien maduros y grandes,

2 cucharadas soperas de Curaçao o Cointreau,

75 gr. de mantequilla,

½ vaso (de los de vino) de ron o coñac,

4 cucharadas soperas de azúcar,

*1 cucharada sopera de almendras
tostadas y*

picadas,

*el zumo de una naranja grande (o 2
pequeñas),*

helado de vainilla (facultativo).

el zumo de medio limón,

Pelar los plátanos y cortarlos en dos a lo largo. En una sartén amplia se pone la

mantequilla a calentar. Cuando está caliente se ponen los medios plátanos y

se refríen

despacio durante unos 8 minutos. Se les espolvorea el azúcar, se dejan un poco más y

entonces se les añade el zumo de naranja, el de limón y el Curaçao o Cointreau. Se deja

espesar la salsa como si fuese un almíbar.

En un cazo pequeño se temple el ron o coñac (sin que cueza). En una fuente se ponen

bolas o trozos de helado de vainilla y por encima los plátanos con su salsa. Se

espolvorea la almendra picada. Se prende el ron o coñac del cazo y se vierte por encima

prendido, pasando a servir rápidamente para que no se derrita demasiado el helado.

Índice alfabético

Acederas a la francesa, 263

— rehogadas, 264

Acelgas en escabeche, 265

— rehogadas, 266

— rehogadas con cuscurros de pan, jugo

de carne y vinagre, 267

— tallos de, al horno con ajo y perejil,
271

— tallos de, al horno con salsa
española, 270

— tallos de, rebozados, 269

— con tomate, 268

Adobo para la caza, 101

Adornos del consomé, 141

Albóndigas de pescado, 702

Ajo blanco con uvas, 162

Alcachofas, fondos de, con foie-gras y bechamel, 278

— al horno, 275

— al homo, con jamón y bechamel, 277

— rebozadas, 280

— rebozadas en salsa, 274

— rehogadas, 279

— rellenas de jamón serrano, 276

— en salsa, 273

— con vinagreta, 272

Alioli, 98

Almejas, bechamel de, 651

— a la marinera, 650

Anguila ahumada, canapés de, 14

Anguila frita, 506

— , manera de preparar la, 505

— a la marinera, 507

Angulas en cazuelitas, 652

Apio con bechamel, 281

— crudo, preparación del, para mezclar

con escarola en ensalada, 284

— en su jugo, 282

— con mantequilla y queso rallado, 283

— con Roquefort, 35

Arenques ahumados para entremeses,
508

— asados con anchoas, 510

— asados y servidos con salsa de
mostaza, 509

Arroz de adorno, amarillo y con
guisantes, 178

— amaril o con huevos revueltos, 179

— blanco, 165

— blanco a la cubana, 171

— blanco con champiñones, 166

Arroz blanco, ensalada fría de, 174

— blanco, frío con mayonesa, 169

— blanco, frío, con verduras y
vinagreta, 173

— blanco con gallina, 175

— blanco con gambas, rape y
mejillones, 167

- blanco con huevos fritos, 170
- blanco con pechuga de gallina, champiñones y trufas, 168
- blanco con riñones, 177
- blanco con salsa de tomate, pimientos verdes y tortilla, 172
- blanco, soufflé de, 187
- blanco con ternera, 176
- Arroz, budín de, 1050
- al curry, 181
- con leche, 1048

— con leche, con nata y almendras, 1049

— milanesa, 180

— con tomate, salchichas, guisantes y pimientos, 182

Asadura de cordero, 961 Aspic de bonito con mayonesa, 540

— de mousse de foie-gras, 43

Atún, 511

— canapés de, 11

— de lata, gratinado de, 512

Aves, manera de desplumar las,

— manera de flamear las, 820

— manera de pelar las patas, 821

— manera de vaciar las, 819

Bacalao al ajo arriero, 514

— buñuelos portugueses, 59

— buñuelos con salsa de tomate, 516

— con espinacas y bechamel, 518

— fritos de, 515

— manera de desalar el, 513

— con patatas y mayonesa, 521

— con patatas, paja y huevos revueltos,
523

— con pimientos y salsa de tomate, 520

Bacalao con puré de patatas y mayonesa
al horno, 522

— en salsa verde, 519

Barquitas de gambas, 10

Bartolillos, 1030

Batatas en dulce, 1074

Bavaroise barata de fresa, 1068

— de chocolate, 1065

— de fresas, 1068

— de melocotones de lata, 1064

— de naranja, 1066

— de piña de lata, 1065

— de praliné, 1063

Bavaroises pequeñas de fresas o frambuesas, 1062

Becadas asadas, 886

— en cacerola, 887

— con coñac, 888

— , manera de preparar las, 885

Bechamel con alcaparras, salsa de, 70

— de almejas, 651

— con caldo, salsa de, 71

— corriente, salsa de, 67

— de mejillones en sus conchas, 692

— con tomate, salsa de, 68

— con yemas, salsa de, 69 Berenjenas
al ajo, 285

- cocidas con tomate, 292
- estilo setas, 294
- fritas de adorno, 295
- gratinadas con tomate, 293
- con jamón y bechamel, 288
- rellenas de arroz, 289
- rellenas de carne, 290
- rellenas de champiñones y bechamel, 287
- en salsa al gratén, 286

Berenjenas, tortillitas de, 291

Berros para adorno, 298

— en ensalada, 296

Besugo al horno con ajo, perejil y vinagre, 526

— al horno con tomates, cebolla y champiñón, 528

— al horno con vino blanco y pan rallado, 527

— al horno con zumo de limón, perejil y mantequilla, 525

— a la parrilla, con salsa de mayonesa,

Biscuit glacé, 1069

Bizcocho amarmolado, 968

— borracho, 970

Bizcocho borracho hecho con pan
rallado, 971

— de claras de huevo, 967

— comprado, con nata y fresón, tarta de,
1023

— cuatro cuartos, 965

— de chocolate, 969

— genovesa, 964

— con leche y aceite, 963

— con mandarinas y nueces, 972

— con nata de la leche, 962

— con tarta de naranja, 973

Bizcochos tostados, 966

Bogavante, 653

Bolas de clara de huevo y queso rallado,
22

Bonito asado con bacon, 534

— asado con mayonesa verde, 535

— , budín frío de, 539

— con cebolla y tomate, 532

— con cebolla y vino blanco, 533

— empanado con mayonesa verde, 536

— , pastel frío de, 538

— en marmitako, 537

— con mayonesa, aspic de, 540

Boquerones o anchoas fritos, 531

— o anchoas en vinagre, 530

Bouillabaisse, 703

— de patata y bacalao, 517

de rape y patatas, 619

Brandada de bacalao con puré de patatas, 524

Brazo de gitano, 994

Budín de arroz, 1050

— de bonito frío, 539

— de coliflor, 338

— de espinacas, 359

— fino de merluza, 697

— flan de sémola, 1051

— flan de sémola con suizos, 1037

— de pescado con patata y tomate, frío o caliente, 698

— de repollo con salsa de tomate, 404

— de soletillas y fresas, 1022

— de verduras, 421

Buñuelos de manos de cerdo, 959

— de manos de cordero, 953

— de manzanas, 1010

Buñuelos, masa para, 53

— de queso con salsa de tomate, 55

de viento, 992

Caballa en filetes con salsa de mostaza,
542

Caballas con salsa de ajo y zumo de
limón, 541

Calabacín con arroz, pisto de, 305

— con atún, pisto de, 307

— con patatas, pisto de, 304

Calabacines con bechamel, 309

— en ensalada, 311

— fritos, 299

— fritos y bacon, 301

— gratinados con queso, 310

— al horno, 302

— rebozados y fritos, 300

— con salsa de tomate al gratén, 308

Calabaza, puré gratinado de, 313

— rehogada, 312

Calamares fritos envueltos, 544

— fritos sencillos, 545

— , manera de limpiar los, 543

— pequeños en su tinta o chipirones,
547

— rellenos, 548

— en su tinta con arroz blanco, 546

Caldo de cocido con arroz, huevo duro y
perejil picado, 137

— corto especial, 503

— corto con leche, 504

— corto con vino blanco, 501

— corto con vino tinto o vinagre, 502

— gallego, 110

— al minuto, 138

— de rabo de buey, 139 Callos a la madrileña, 947

— en salsa pollita (a la francesa), 946

Canalones de atún, huevos duros y champiñones, 260

— de carne, 258

— de espinacas y huevos duros, 261

— fritos, 259

— con un resto de ragout, 262

— con un resto de ragout con cebollitas, zanahorias y guisantes, 262

Canapés de atún, 11

— de caviar, 12

— de foie-gras, 8

— fritos, 23

— de jamón y piña, 7

— de mayonesa y queso calientes, 24

— de queso Gervais y pimentón, 26

— de queso, tomate y bacon, 25

— de salmón ahumado, 13

— de trucha o anguila ahumada, 14

Cangrejos con arroz blanco y salsa americana, 658

— , colas de, con salsa bechamel y coñac, 659

— grandes de mar, 655

— de mar pequeños, 654

— de río, al estilo de Burdeos, 660

— de río, manera de cocer los, 657

— de río, manera de limpiar los, 656

— de río, tortil a de colas de, 661

Canutilos de jamón de York y ensalada rusa y gelatina, 41

Capón, 853

Capuchina, 1046

Carabineros, 662

Caramelo líquido, 102

Cardo en salsa con ajo y vinagre, 318

— en salsa blanca, 316

Cardo con salsa de pimentón, 315

— en vinagreta, 319

Cardos al gratén con queso y mantequilla, 317

— , manera de cocer los, 314

Castañas, puré de (postre), 1017

— , tarta de puré con soletillas, 1018

Castañola en filetes con cebolla y tomate, 550

— en filetes al horno, 549

Caviar, canapés de, 12

Cebollas en puré, 322

— rebozadas y fritas para adorno, 321

— rellenas de carne, 323

Caviar, canapés de, 12

Cebollas en puré, 322

— rebozadas y frías para adorno, 321

— rellenas de carne, 323

Cebollitas francesas con bechamel, 326

— francesas, manera de cocer las, 324

— francesas, manera de glasear las, 325

Celeri-rave, 327

Centollo frío a la pescadora, 663

Centollos al horno, 664

Cerdo asado con piña, 780

— , cinta de, adobada y guisada, 782

— , cinta de, asada con costra de sal,
778

— , cinta o lomo asado con mostaza,
776

— , cinta o lomo con leche, 777

— , cinta o lomo con manzanas, 781

— , chuletas con almendras y vino de Málaga, 752

— , chuletas con cebollas en salsa, 788

— , chuletas con ciruelas pasas, 789

— , chuletas glaseadas, 755

— , chuletas que se hacen igual que las de ternera, 791

— , chuletas con naranja, 791

— , chuletas en papillote, 753

Cerdo, chuletas en papillote con

higaditos de pollo, 754

— , chuletas con revuelto de tomate y pimientos verdes, 751

— , chuletas con salsa de tomate, 790

— , filetes con salsa de mostaza y crema líquida, 786

— , filetes de cinta con almendras y vino de Málaga, 787

— , filetes de cinta con mostaza, salsa de vino y zumo de naranja, 785

— guisado con ajo, cebolla y tomates, 784

— , lomo asado, 775

— , lomo braseado con repollo, 779

— , lomo o cinta en adobo (para conservar), 783

— , manos en buñuelos, 959

— , pastel de cabeza, 906

Cerezas, flan-tarta de, 1014

Ciervo o corzo en cazuela, 898

Cigalas, 665

— con mayonesa y cigalas con vinagreta, 666

Cintas con riñones, 251

Ciruelas pasas con vino tinto, 1076

Civet, 868

Cocido, 106

—, restos de, en forma de budín, 189

Cochinillo asado, 792

Codillos de jamón serrano con salchichas, repollo y patatas, 793

Coditos con bacon y guisantes, 250

Codornices asadas, 890

— en cacerola, 892

— guisadas, 895

— , manera de preparar las, 889

— en nido de patatas fritas paja, 891

— en pimientos, 893

Codornices en salsa, 894

Coles de Bruselas con bechamel, 330

— de Bruselas, gratinadas, 331

— de Bruselas, manera de cocer las,
328

— de Bruselas, rehogadas, 329

— de Bruselas, en vol-au-vent, 332

Coliflor con bechamel, 339

— con bechamel y almendras, 340

— budín de, 338

— buñuelos de, 335

— cocida, con salsa de mantequilla tostada y pan rallado, 342

— fría con mayonesa, 337

— al horno con mantequilla, limón, perejil y huevo duro, 341

— , manera de cocer la, 333

— rebozada, 334

— con salsa vinagreta, 336 Compota de manzanas, 1006

— de manzanas para acompañar la carne, 1007

Conchas de pescado, 700

Conejo escabechado, 867

— guisado con cebolletas, tomates y zanahorias, 862

Conejo guisado con vino blanco, 863

— , guiso con aceitunas y almendras, 864

— , guiso con cebollitas y champiñones, 860

— , guiso con salsa de sangre (civet), 866

— con naranja, 859

— con salsa de higaditos, piñones y pimientos, 861

— , trasero asado con mostaza, 865

Congrio, 551

Consomé, 140

— , adornos del, 141

Copas de pescado con salsa de hortalizas, 701

Corazón de ternera empanado, 950

— de ternera en salsa, 949

Cordero al ajillo y tomate, 815

— asado a la sepulvedana, 804

— asado servido con salsa de yemas y puré de tomate, 805

— , chuletitas con bechamel, 816

— estofado, 812

— , guiso con guisantes, alcachofas y patatas, 813

— , guiso con zanahorias y nabos, 814

— lechal asado, 802

— , manera de acomodar unos restos, 817

— , manos en buñuelos, 953

— , paletilla deshuesada, 809

— , paletilla deshuesada braseada, 811

— , paletilla con patatas y cebolla (panadera), 810

— pascual, pierna asada, 803

— pascual, pierna rellena, 806

— , pierna cocida a la inglesa, 807

— , silla asada, 808

Corzo o ciervo en cazuela, 898

— , pierna con salsa de grosella, 897

Crema de apio, 133

— de berros, 132

— de carabineros, gambas o cangrejos,
153

— catalana, 1033

— cuajada de limón, 1056

Crema de champiñones, 135

— de chocolate, 1036

— de espárragos, 129

— de espinacas, 131

— de gallina, 145

— de gambas, 154

— de limón, 1057

— , naranjas y soletillas, postre de,

1019

— pastelera, 1034

— de pescado con nata y curry, 155

Crêpes, 1028

Criadillas empanadas con arroz blanco,
948

— de tierra, 433

Croquetas, 56

— de huevo duro, 437

— de jamón, 56

— de mollejas, 945

— de patata y bacalao, 58

— de pescado, 15

— de puré de patatas con bacalao, 210

— de queso rallado y huevo, 57

Champiñones al ajo, 425

— con arroz blanco en salsa, 427

— con bechamel, 426

— crudos en ensalada, 429

— para entremeses, 428

— frescos, preparación para salsas, 424

— rellenos de un picadito con chalota,
39

— rellenos de queso rallado, 38

Champiñones, tarta de, 60

Chanquetes fritos, 667

Chocolate, bavaroise de, 1067

— , corona ligera con natillas, 1055

— , crema de, 1036

— , mousse de, 1053

— , salsa de, 103

Churros, 1025

Dentón en salsa, 552

Dulce de leche condensada estilo
Argentina, 1043

Eclairs de espárragos, 37

Empanadas de hojaldre, 48

Empanadillas de jamón, 6

Empanadillas, masa de, 45

— , masa de, 46

— , rellenos para las, 47

Emparedados de queso blanco, 27

Endivias con bechamel, 344

— en ensalada, 347

— al gratén, 343

— con jamón de York y bechamel, 345

— al jugo, 346

Ensalada de champiñones crudos, 429

— de espárragos, jamón de York, etc..
y mayonesa. 40

— fantasía, 297

— fría de arroz, 174

Ensaladilla de berros, 21

Ensaladilla rusa, 20

Escarola, ensalada de, 348

Espárragos, manera de preparar y cocer los, 349

— , puntas con guisantes, 351

— , puntas revueltas con patatas y huevos, 352

— trigueros para tortil a, 355

— verdes y bechamel, tarta de, 61

— verdes rehogados con ajo, vinagre y pimentón, 354

— verdes en salsa, 353

Espinacas de adorno, 362

— con bechamel (crema de espinacas) , 357

— budín de, 359

— con gambas y huevos, revuelto de, 358

— , manera de preparar y cocer las, 356

— y patatas guisadas, 361

Fabada, 199

Faisanes o poulardas, 896

Flan-budín de sémola, 1051

— budín con suizos, 1037

— clásico y flan sorpresa, 1039

— de coco, 1041

— chino, 1044

— de frutas caliente, 1052

— de huevos con salsa de tomate, 495

— con leche condensada, 1040

— con peras, 1038

— salado, 496

Flan-tarta de manzanas (o de cerezas),
1014

Flan con zumo de naranja, 1042

Flanecitos con salsa de tomate, 498

Foie-gras, 907

Fritos de bacalao, 515

— de puré de manzana, 1011

— de puré de manzana, baratos y rápidos, 1011

— de queso Gruyère, 30

— de queso Gruyère y bacon, 31

Galletas «María» fritas, 991

Gallina, blanqueta de, 848

— , pechuga rellena, 849

— en pepitoria, 847

Gallos, 553

Gambas al ajillo, 671

— , barquitas de, 10

— , cocktail de, 669

— con gabardina, 16

— con gabardina, 672

— , manera de cocer las, 668

— , mousse fría de, 44

— revueltas con espinacas y huevos,
358

— en vinagreta, 670

Garbanzos aliñados, 190

— refritos, 191

Gazpacho, 159

— en trozos, 160

Gazpachuelo caliente de pescado, 163

— frío, 161

Gelatina de naranja, 1060

Guisantes con puntas de espárragos, 351

— sencillos, 363

— y zanahorias, 364

Guiso de pescado a la marinera, 699

— de ternera en salsa de whisky con arroz blanco, 764

— de ternera con zumo de limón, 765

Habas fritas de adorno, 371

— guisadas, 370

— con huevos, 365

— con jamón, 367

— con leche y yemas, 368

— en salsa, 369

Habas salteadas con jamón, 366

Higaditos de pollo, 918

Hígado de cerdo, pastel-terrina de, 901

— con mostaza y bacon, 911

— de ternera, escalopines con cebolla y vino blanco, 913

— de ternera, filetes con cebolla, tomate y crema, 915

— de ternera, filetes con champiñones, 916

— de ternera, filetes empanados, 910

— de ternera, filetes macerados con vino de Málaga, 909

— de ternera, filetes con vino blanco, 912

— de ternera, frito (sencillo), 908

— de ternera, pinchos con bacon, 917

— de ternera (en un trozo) guisado, 914

Hojaldre, 1002

Huevos en cazuelitas con champiñones, 458

— en cazuelitas con jamón, crema y queso rallado, 459

— en cazuelitas, manera de hacer los, 455

— en cazuelitas con queso en porciones y jamón, 457

— en cazuelitas, con riñones al jerez, 456

— en cazuelitas, con salsa de tomate y bacon, 460

— duros con anchoas, 443

— duros con bechamel y mejillones, 436

— duros, buñuelos de, 439

— duros, croquetas de, 437

— duros con ensaladilla rusa, 441

— duros con gambas, 440

— duros gratinados, 442

— duros, manera de hacer los, 435

— duros mimosa, 438

— duros, con salsa cazadora, 444

— escalfados con cebollas, 453

— escalfados con champiñones, 452

— escalfados con espárragos,

Huevos escalfados en gelatina, 454

— escalfados, manera de hacer los, 450

- fritos encapotados, 473
- fritos, manera de hacer los, 469
- fritos en muffins, 471
- fritos con patatas paja y bacon, 470
- mollets con champiñones, tartaletas de, 449
- mollets con espinacas, tartaletas de, 448
- mollets en gelatina, 446
- mollets, manera de hacer los, 445
- mollets con salsa de vino, 447

- pasados por agua, 434
- al plato con espárragos verdes, 466
- al plato a la flamenca, 463
- al plato con guisantes, 465
- al plato con higaditos de pollo, 462
- al plato, manera de hacer los, 461
- al plato con puré de patatas, 467
- al plato con salchichas, 464
- al plato estilo soufflé, con queso rallado y jamón, 468

- revueltos con arroz y gambas, 476
- revueltos con champiñones, o espárragos o jamón, 475
- revueltos con espinacas y gambas, 358
- revueltos, manera de hacer los, 474
- revueltos con patatas y guisantes o espárragos, 480
- revueltos con patatas, paja y bacalao (a la portuguesa), 481
- revueltos con puntas de espárragos y patatas, 352

— revueltos con queso rallado, 483

— revueltos con tomate, 482

— revueltos en tostadas con salchichas, 478

— revueltos en tostadas con trufas, 477

Jamón californiano con piña, 800

— con espárragos, 350

— y pollo, pastel-terrina de, 905

— , pollo y ternera, pastel de, 904

— y queso blanco, rollitos de, 9

— de York con bechamel y champiñones, 799

— de York, emparedados de, 801

— de York, ensalada rusa y gelatina, canutillos de, 41

— de York, con espárragos y mayonesa, rollos de, 42

— de York, con espinacas y salsa de Madeira, 798

— de York, con filetes con bechamel y empanados, 801

Jamón de York, rollos con espárragos y mayonesa, 42

Judías blancas de adorno, 198

— blancas con costra, 196

— blancas en ensalada, 195

— blancas guisadas, 194

— blancas con salchichas y tocino, 197

— encarnadas, 200

— pintas con arroz, 201

— verdes con mayonesa, 378

— verdes rehogadas sólo con aceite y
ajos, 373

— verdes rehogadas con tocino, 374

— verdes con salsa de tomate, 375

— verdes rehogadas con vinagre y yemas, 376

— verdes salteadas con mantequilla, perejil y limón, 372

— verdes con vinagreta, 377

Langosta a la americana, 678

— asada, 679

— con bechamel al homo, 680

— cocida servida con salsa mayonesa,

676

— , manera de preparar y cocer la, 675

— en vinagreta, 677

Langostinos empanados y fritos, 683

— con gelatina, corona de, 682

Langostinos, manera de cocer los, 681

— con salsa americana y arroz blanco,
684

Lazos fritos, 990

Leche frita, 1031

Lechugas guisadas, 381

— al jugo, 379

Lechugas al jugo simples, 380

Lengua con bechamel y alcaparras, 934

— estofada, 936

— rebozada, 937

— con salsa de cebolla, tomate y vino blanco, 935

— con salsa vinagreta historiada, 933

— de vaca o ternera, manera de cocer la, 932

Lenguado en filetes, 554

— en filetes con arroz, 563

— en filetes con bechamel gratinada,
557

— en filetes con berenjenas y bechamel,
558

— en filetes con champiñón y bechamel
en cazoletas, 561

— en filetes empanados con arroz
blanco y salsa de tomate, 565

— en filetes con espinacas, bechamel y
langostinos, 555

— en filetes fritos en buñuelos, 564

— en filetes al horno con salsa de tomate, champiñones, mejillones y queso rallado, 560

— en filetes al horno con vino blanco y picadito de cebolla, 559

— en filetes rebozados y fritos servidos con mayonesa con coñac y tomate, 566

— en filetes al whisky, 556

— grande entero con vino blanco, al horno, 568

— , rollitos rellenos con jamón y con salsa, 562

Lenguados molinera con mantequilla,
567

Lenguas de gato, 983

Lentejas en ensalada, 204

— guisadas, 202

— simples con tocino y salchichas, 203

Liebre adobada, guiso de, 869

— , guiso con salsa de sangre (civet),
868

Liebre, pastel-terrina de, 900

— , trasero asado con mostaza, 870

Lombarda con cebolla y vino tinto, 382

— ensalada de, 383

Lubina cocida, 569

— al horno, 571

— rellena al horno, 572

Lubinas de ración, fritas, 573

Macarrones a la americana, 244

— con atún de lata, 249

— con bechamel, 243

— con chorizo y tomate, 242

— con espinacas, 247

— con mayonesa, 246

— con mejillones al curry, 248

Magdalenas, 976

— de clara de huevo, 977

Manos de cerdo, buñuelos, 959

— de cerdo empanadas, 957

— de cerdo, manera de cocer las, 956

— de cerdo, son salsa española, 960

— de cerdo con tomate, 958

— de cordero, buñuelos, 953

— de cordero, manera de cocer las, 951

— de cordero, rellenas con salchichas, empanadas y fritas, 952

— de cordero con salsa de limón, 955

— de cordero con tomate, 954

Manzanas asadas, 1003

— asadas con almendras, 1005

Manzanas asadas con nata y caramelo, 1004

— , buñuelos de, 1010

— , compota de, 1006

— , compota para acompañar la carne,
1007

— , compota con soletillas y nata, 1015

— , flan-tarta de, 1014

— , fritos de puré de, 1011

— con natillas, mousse de, 1009

— , tarta borracha de, 1013

— tortilla flameada de, 1012

Manzanas con zumo de naranja, puré de,
1008

Masa para buñuelos, 53

— francesa para tartaletas, 2

— quebrada, 1

Masas para tartas, 995

Mayonesa clásica, salsa de, 94

Medias noches rellenas, 54

Mejillones, bacon y champiñones,
pinchos de, 694

— al curry, conchas de, 691

— fritos, 17

— , manera de limpiar y cocerlos, 686

— con mantequilla, ajo y perejil (al estilo caracoles), 693

— a la marinera, 689

— rebozados y fritos, 688

— en salsa bechamel clarita (poulette), 690

— en salsa vinagreta, 687

Melocotones flameados, 1078

— flameados con helado de vainilla, 1079

Membrillo, 1072

Membrillos con jalea de grosella y flameados, 1073

Menestra de verduras corriente. 420

— de verduras verdes, 419

Merluza, budín fino de, 697

— a la catalana, 581

— cocida, servida con salsa mayonesa, vinagreta, holandesa, 574

— , cola de, al horno con bechamel y champiñones, 582

— , cola de, al horno con salsa de almendras, ajos y vino blanco, 596

— , cola de, al horno con tomates y queso rallado, 575

— , cola de, rellena, 583

— congelada en filetes, al horno con coñac y salsa de tomate, 597

— congelada en rodajas con cebolla, 595

— congelada en rodajas fritas, 587

— en filetes, empanados, servidos con salsa mayonesa verde, 577

— en filetes, envueltos en jamón de York, 579

Merluza en filetes con joroba, 580

— en filetes rebozados y fritos, 578

— con mayonesa, al horno, 584

— rápida, 594

— en rodajas, fritas y adornadas con cuscurros de pan frito y alcaparras, 588

— en rodajas fritas sólo con harina, 585

— en rodajas fritas rebozadas, 586

— en rodajas guisadas con chirlas, 589

— en rodajas al horno con salsa de crema de champiñones, 593

— en rodajas al horno con salsa de vino y crema, 592

— en rodajas en salsa verde, 590

— en rodajas con tomate y queso rallado, 576

— en rodajas a la vasca, 591

Mermelada de albaricoque, 1070

— , salsa de, 104

— de tomates, 1071

Mero asado, 598

— en filetes, al horno con vino blanco y picadito de cebolla, 602

— al horno con salsa de crema y champiñones, 601

— en salsa verde, 599

— a la vasca, 600

— con vino blanco al horno, 603

Mollejas, croquetas de, 945

— empanadas con salsa de tomate, 943

— con espinacas, 942

— flameadas con coñac y servidas con guisantes, 941

— guisadas con champiñones y cebollitas, 939

— guisadas al jerez, 940

— , manera de preparar y cocer las, 938

Montoncitos de mantequilla, 93

Mousse-aspic de foie-gras, 43

Mousse de café, 1061

— de chocolate, 1053

— de chocolate con soletillas, 1054

— de limón, 1058

Mousse de manzanas con natillas, 1009

— de naranja, 1059

Muffins con foie-gras y gelatina, 5

— con jamón picado, 4

Nabos con bechamel y queso rallado,
gratinados, 387

— con bechamel y yemas, 386

— , preparación de los, 384

Nabos salteados con mantequilla (para
adorno), 385

— con zanahorias, 388

Natillas, 1032

— con roca flotante, 1035

Níscalos, 430

Ñoquis finos, 256

— sencillos, 257

Osso bucco en salsa, 763

— bucco en salsa con champiñones, 762

Paella de pollo, 184

— sencilla, 183

— con tropezones de cocido, 185

Paellita de bacalao, 186

Palitos de queso fritos, 28

— de queso al horno, 29

Palometa, 604

Pan de molde con champiñones,
bechamel y queso rallado, 50

— de molde con gambas y bechamel, 49

— de molde con queso rallado, 51

Pan de nueces, 975

Pasta de spaghetis o cintas, manera de hacer la, 241

Pastas de coco, 978

— , manera de cocer las, 240

— con nata de la leche, 981

Pastas sencillas, 980

— de té, 985

— de té con almendras ralladas, 984

Pastel de cabeza de cerdo, 906

Pastel de perdiz, 902

— de pollo, jamón y ternera, 904

— de queso alemán, 1000

— de ternera, 903

— terrina de carnes variadas e higaditos de pollo, 899

— terrina de hígado de cerdo, 901

— terrina de liebre, 900

— terrina de pollo y jamón, 905

Pastelillos hechos con muffins y naranjas, 974

Patatas asadas a la americana, 236

— , bolas de puré de, 208

— , brazo de gitano de puré, con atún y mayonesa, 215

— , brazo de gitano de puré, con pescado y salsa de tomate, 216

— , buñuelos de puré de, 212

— , buñuelos de puré con queso rallado o nuez moscada, 213

— cocidas y rehogadas, 233

— en cuadraditos, revueltas con huevo y guisantes, 220

— con chorizo y bacon, 234

— en ensaladilla con atún y huevo duro, 238

— fritas, 218

— guisadas con chirlas o con pimientos verdes, 221

— guisadas viudas, 222

— al horno con bechamel, 228

— al horno con salsa de tomate, 230

— con leche y huevos, 227

— , manera de cocer las, 206

Patatas con mayonesa, tomates, anchoas,

aceitunas, etc., 239

— paja, revueltas con huevo y bacalao, 219

— con pimientos, 232

— , puré de, 207

— , puré de, con chorizo, tocino y pimentón (revolconas), 209

— , puré al gratén, 214

— , puré con huevos, 217

— rebozadas y guisadas, 226

— redondas guisadas con vino blanco,

— refritas y guisadas, 225

Patatas rellenas con jamón, 231

— revueltas con puntas de espárragos y huevos, 352

— con salchichas, 235

— en salsa con huevos duros, 223

— con tomates, cebollas y hierbas aromáticas, al horno, 229

Pato, 854

— braseado con aceitunas, 856

— a la naranja, 855

Pavo asado, 851

— , manera de quitar los tendones a los muslos, 850

— relleno, 852

Pepinos para ensalada, 389

— con ensaladilla, barcas de, 390

Pequeña marmita, 136

Peras en compota con vino tinto, 1077

Percebes, manera de cocer los 695

Perdices con chocolate, 873

— escabechadas, 884

— estofadas, 879

— estofadas y envueltas en repollo, 880

— guisadas con vinagre en caliente, 883

Perdices, manera de conocer y preparar las, 871

— con melón, 878

— rellenas de pasas y guisadas con leche, 875

— con repollo, 882

— con salchichas y zanahorias, 874

— en salsa con cáscara de naranja amarga, 881

— con setas, 872

— con uvas, 877

Perdiz, pastel de, 902

— con salsa de crema, 876

Pescadilla grande, 610

— grande, con cola rellena, 609

— al horno, 608

Pescadillas abiertas, rebozadas y fritas,
606

— fritas que se muerden la cola, 605

— al horno con vino y pasas, 607

Pestiños, 1026

Petits-choux, 993

— al Roquefort o al foie-gras, 32

Pez espada con cebolla y vino blanco,
611

— espada empanado, 613

— espada en filetes con salsa de gambas

y almejas, 614

— espada a la parrilla, 612

Pichones guisados con aceitunas, 858

— rellenos y servidos con compota de manzanas, 857

Pimientos rellenos de carne picada y arroz crudo, 395

— rojos con huevos duros, 392

— rojos, manera de preparar los, 391

— verdes fritos, para adornar la carne, 393

— verdes rellenos de carne, 394

Pinchos de dátiles y bacon fritos, 34

Pinchos de hígado de ternera con bacon,
917

— de mejillones, bacon y champiñones,
694

— de riñones de cerdo o cordero, con
tocino y champiñones, 923

— simples de riñones de cerdo o de
cordero, 924

Piña fresca, manera de preparar la, 1075

Pisto de calabacín, 303

— de calabacín con arroz, 305

— de calabacín con atún, 307

— de calabacín con patatas, 304

— estilo francés, 306

Plátanos flameados con helado de vainilla, 1080

Polvorones de almendra, 989

Pollitos fritos, 828

Pollo al ajillo, 831

— aliñado al horno y después frito, 830

— asado, 823

— asado en cocotte (o cacerola), 824

— asado con limón, 825

— asado con pomelos o naranjas, 826

— asado con salsa de naranjas, 839

Pollo frito, 827

— guisado con cebollitas y tomate, 840

— guisado con cerveza y cebollas, 842

— guisado con vino moscatel y pasas de Corinto, 832

— , guiso con champiñones a la francesa, 834

— , guiso con piñones, pimientos verdes y tomates, 836

— y jamón, pastel-terrina de, 905

— , jamón y ternera, pastel de, 904

— , manera de trinchar el, 822 ,

pechugas asadas con higaditos y bacon, 844

— , pechugas rellenas, 843

— en salsa, 837

— con salsa al curry, 841

— con salsa de champiñones, 833

— en salsa al homo, 838

— en salsa con setas, cebollitas, crema y yemas, 835

— , sopa a la belga, 846

— , suprema de, 845

— en trozos empanado, 829

Porrusalda, 124

Postre de soletillas, crema y naranjas,
1019

Potaje con acelgas, 108

— con arroz y patatas, 193

— con espinacas, 192

— de garbanzos, 107

— sencillo, 109

Pote gallego, 111

Puerros con bechamel, 398

— al curry, 399

— gratinados, 397

— con vinagreta o con mayonesa, 396

Puré de garbanzos, 112

— de guisantes secos, 115

— de guisantes secos, 205

— de guisantes secos con leche, 116

— de judías blancas, 113

— de lentejas, 114

— de manzanas con zumo de naranja,
1008

— de zanahorias, 122

Queso, buñuelos con salsa de tomate, 55

— , roscón de, 62

Quiche, 52

Quisquillas, manera de cocer las, 685

Rabo de buey guisado, 741

Rape a la americana con tomate, coñac y vino blanco, 617

— estilo langosta, 615

— con leche, 616

— y patatas, bouillabaisse de, 619

— en salsa con tomate y guisantes, 618

Raviolis, 255

Raya cocida con salsa de mantequilla negra y alcaparras, 620

— en gelatina con mayonesa Je alcaparras, 621

Relleno de las tartas, manera de cocer las frutas para el, 996

Rellenos para las empanadillas, 47

— de verduras variadas, 422

Remolachas, manera de cocer las, 400

Repollo, budín de, con salsa de tomate, 404

— , hojas fritas (para adorno de la carne), 405

— , hojas rellenas de jamón con bechamel, 406

— al jugo, 403

— , manera de preparar el, 401

— con mayonesa, 402

Restos de cocido en forma de budín, 189

Revuelto de berenjenas, calabacines, tomates y pimientos, 423

Riñones con salsa de tomate, presentados en alcachofas de pan, 922

— con vino blanco y arroz, 920

— de cerdo o de cordero, pinchos simples de, 924

— de cerdo o cordero, pinchos de, con tocino y champiñones, 923

Riñones de ternera, manera de limpiar y preparar los, para condimentarlos después, 919

— de ternera con salsa de jerez y arroz blanco, 921

Rocas de coco, 979

Rodaballo cocido, 623

— al horno, en filetes, 624

— al horno con mejillones, 625

— , manera de cocer el, 622

Roscón de queso, 62

Rosquillas, 986

— alargadas de almendras, 988

— de limón, 987

Sablés de almendras, 982

Salchichas encapotadas, 796

— de Frankfurt con salsa de mostaza,

— , manera de cocer las, 795

— , manera de freír las, 794

Salmón ahumado, canapés de, 13

— ahumado, maneras de aderezar el,
630

— asado, 627

— cocido, 626

— al horno en rodajas con mantequilla,
628

— en medallones empanados, 629

— a la pescadora (al horno, con gambas y mejillones), 631

Salmonetes empanados a la parrilla, con salsa mayonesa, 636

— fritos, 635

— al horno, 632

Salmonetes al horno envueltos en papel (papillotes), 633

— al horno con pan rallado y vino rancio, 634

Salsa bearnesa, 73

— bechamel con alcaparras, 70

- bechamel con caldo, 71
- bechamel corriente, 67
- bechamel con tomate, 68
- bechamel con yemas, 69
- de caramelo líquido, 102
- de crema líquida y extracto de carne, 85
- de chalotas para la carne, 84
- de chocolate, 103
- española, 72

Salsa de grosella para venado, corzo o ciervo, 88

— holandesa, 76

— de hortalizas (pipirrana), 100

— con jerez y aceitunas, 82

— de jerez y champiñones, 81

— de mantequilla y anchoas, 86

— de mantequilla negra y alcaparras, 87

— mayonesa, 94

— mayonesa, otro tipo, pero sin huevo, 97

- mayonesa con tomate y coñac, 96
- mayonesa verde, 95
- de mermelada, 104
- de mostaza, 77
- mouselina para pescado, 75
- romesco, 99
- Roquefort, 92
- de tomate con cebolla y vino, 66
- de tomate clásica, 63
- de tomate concentrado, 65

- de tomate en conserva, 64
- vinagreta, 89
- vinagreta con ajo, 91
- vinagreta historiada, 90
- de vino blanco, 83
- de vino de Madeira, 79
- de vino tinto, 78
- con zumo de limón, 74
- de zumo de naranja, 80
- de zumo de naranja, 105

Sardinas en escabeche, 641

— fritas, 637

— al horno rellenas de espinacas, 640

— al horno con vino blanco y pan
rallado, 639

— rebozadas con huevo y fritas, 638

Sesos empanados, 927

— al gratén, con bechamel y
champiñones, 930

— huecos (o en buñuelos), 926

— , manera de limpiar y cocer los, 925

— con mantequil a negra, 928

— en salsa bechamel clarita, 929

— con salsa de tomate gratinados, 931

Setas gratinadas, 432

— salteadas, 431

Soletillas, crema y naranjas, postre de,
1019

— y fresas, budín de, 1022

— con mermelada y chocolate, 1024

— rellenas de crema, 1020

— , tarta de moka, 1021

Sopa de ajo con almejas, 120

— de ajos con huevos, 121

— de ajo sencilla, 119

— de apio y patatas, 134

— de calabaza, 123

— de cebolla clara, 118

— de crema de espárragos, 130

— de fideos simple, 142

— fina de tapioca, 144

- gratinada de cebolla, 117
- de harina tostada, 143
- de higaditos, 147
- huertana, 148
- de jugo de tomate, 128
- marinera, 152
- de mejillones, 157
- de mero, 151
- de pescado barata con fideos gordos, 158

- de pescado desmenuzada, 156
- de pollo a la belga, 846
- de puerros con leche, 126
- de puerros y patatas, 125
- de repollo, 150
- de tomate y judías verdes, 127
- de verduras, 149

Soufflé con arroz blanco, 500

- dulce, 1047
- de patatas, 499

— de queso, 497

Spaghetis con guisantes y almejas, 253

— con guisantes y setas, 254

— a la italiana, 252

Tarta de bacon y queso, 52

— de bechamel y espárragos verdes, 61

— de bizcocho comprado, nata y
fresones, 1023

— de champiñones, 60

— de frutas, 998

— de limón, 999

— de manzana, 997

— de manzana borracha, 1013

— de moka con soletillas, 1021

Tarta de puré de castañas y soletillas,
1018

— yema, 1001

Tartaletas de bechamel, 33

— de champiñón, 36

— de champiñón y huevos mollets, 449

— de espinacas y huevos mollets, 448

Ternera, aleta rellena clásica, 768

— aleta rellena con espinacas y tortillas, 769

— al ajillo con tomate, 774

— , asado hecho en cacerola, 760

— , asado al horno, 757

— , asado presentado con mayonesa y huevo duro, 758

— , asado con salsa de yemas y puré de tomates, 759

— , blanqueta de, 767

— a la cazuela con setas, 773

— con cebolla y vino de Jerez, 771

— , contra asada con naranja, 761

— , chuletas con almendras y vino de Málaga, 752

— , chuletas empanadas, 756

— , chuletas en papillote, 753

— chuletas en papillote con higaditos de pollo, 754

— , chuletas con revuelto de tomate y

pimientos verdes, 751

— , chuletas en salsa, 755

— , escalopines rebozados y con picadito de champiñones, 748

— espaldilla guisada, 770

— estofada, 772

— , filetes empanados, 744

— ', filetes de falda guisados, 766

— , filetes fritos, 742

— , filetes fritos con limón y mantequilla, 743

— , filetes mignon con champiñones y bechamel, 747

— , filetes rellenos con bacon y Gruyère, 745

— , filetes con salsa de Oporto, mostaza y perejil, 746

— , guiso en salsa de whisky con arroz blanco, 764

Ternera, guiso con zumo de limón, 765

— (osso bucco) en salsa, 763

— (osso bucco) en salsa con champiñones, 762

— , pastel de, 903

— , pollo y jamón, pastel de, 904

— , rollitos con bacon y anchoas, 749

— , rollitos con tocino y carne picada,
750

Timbar milanesa, 245

Tirabeques, 407

Tocinos de cielo, 1045

Tomate, rodajas empanadas y fritas, 414

Tomates al horno con perejil y ajo
picado, 411

— , manera de pelar los, 408

— rellenos de bechamel y queso rallado, 410

— rellenos de carne, 409

— rellenos de ensaladilla rusa, 412

— rellenos de sardinas en aceite, pimiento verde y aceitunas, 413

Torrijas, 1027

Torta de patatas para acompañar fiambres, carnes, etc., 237

Tortil a de atún escabechado, 490

- de colas de cangrejos de río, 661
- de champiñones o espárragos, o espinacas, o trufas, o gambas, 489
- a la francesa, 485
- de jamón, 488
- de manzanas flameada, 1012
- de patata a la española, 492
- con queso rallado, jamón y cuscurros de pan frito, 487
- soufflé con perejil o queso rallado, 486

— de tres pisos, con salsa de tomate, 494

Tortillas, manera de hacer las, 484

Tortillitas de berenjenas, 291

— rellenas de berenjenas, 491

Tortitas americanas, 1029

Trucha asalmonada en caldo corto especial, 645

— canapés de, 14

Truchas azuladas, 648

— estilo Sarobe, variante de las truchas

a la molinera, 644

— frías en gelatina, 649

— fritas, 642

— con jamón, almendras y ajo, 646

— con jamón (a la navarra), 647

— a la molinera, 643

Vaca adobada y guisada en vino tinto,
732

— albóndigas de, 724

— , asado en cacerola, 730

— , asado al horno, 729

— , carne fiambre, 740

— , carne picada con puré de patatas y huevos duros al horno, 727

— , carne en ropa vieja, 735

— (cebón), filetes guisados con cerveza y cebolla, 717

— (cebón), filetes rellenos de jamón, aceitunas y huevo duro, 715

— , contra guisada, 739

— , filetes con aceitunas y vino blanco, 712

- , filetes a caballo (con huevos), 714
- , filetes empanados, 713
- , filetes fritos, 706
- , filetes picados o hamburguesas, 720
- , filetes picados rebozados, 721
- , filetes picados en salsa con cebolla, 722
- , filetes a la plancha, 705
- , filetes a la plancha o fritos, 704
- , filetes rellenos de jamón de York y aceitunas, 716

— , filetes de solomillo con champiñones, trufa y crema, 711

— , filetes de solomillo o lomo con un picadito de champiñón, cebolla y jamón, 708

— , filetes de solomillo con mantequil a y anchoas, 709

— , filetes de solomillo a la pimienta y flameados con coñac, 710

Vaca, filetes de solomillo con salsa de Oporto y mostaza, 707

— , gratinado de carne picada con arroz y bechamel, 728

— , guisada con tomates y aceitunas, 738

— , guisada con vino tinto (Bourgignon estilo francés), 733

— , hamburguesas con queso, 723

— , lomo con perejil, mantequilla y limón, 718

— , lomo con salsa de vino tinto, 719

— , maneras de utilizar el resto del redondo, 737

— , rabillo de cadera o tapilla guisada con zanahorias y cebollitas, 734

— , ragout con zanahorias, cebollitas francesas y guisantes, 731

— , redondo guisado, 736

— , rollo de carne picada asada, 725

— rollo de carne picada en salsa, 726

Vichyssoise fría, 164

Vieiras o conchas peregrinas, 696

Vol-au-vent de espinacas a la crema y puntas de espárragos, 360

— de mollejas, champiñones y trufas, 944

Zanahorias en ensalada para entremeses, 416

— glaseadas, 417

— con nabos, 418

— en salsa, 415

Zumo de naranja, salsa de, 105

Índice

Nota introductoria

Información general

Calendario de productos alimenticios

Tabla de calorías de los principales alimentos

Cantidades corrientes para los alimentos más usuales

Tiempo de cocción de las carnes

Menús semanales

Sugerencias de menús para invitaciones

Algunos consejos y trucos de cocina

Aperitivos

Sugerencias de platos fríos

Fritos, tartas saladas, empanadillas y

tostadas

Salsas

Potajes y sopas

Arroz, legumbres, patatas y pastas

Verduras, champiñones, setas, criadillas
de tierra

Huevos, flanes, soufflés

Pescados y mariscos

Carnes y Aves

Caza

Casquería

Repostería

Epílogo por Jacinto Sanfeliu

Índice alfabético