

# el arte de cocinar

1.<sup>a</sup> parte



maría luisa garcía

ESPA  
PDF

Podemos resumir todos los platos que se encuentran en este libro con dos características: son platos de fácil preparación y muy económicos. De fácil preparación: no son necesarias las manos de un experto cocinero para conseguir unos buenos resultados con las sencillas explicaciones que da el libro. Muy económicos: aparte de emplear en todas las recetas los ingredientes más corrientes en toda cocina, se indican también otras con las que se aprovechan ingredientes que han sobrado antes.

Casi mil recetas perfectamente distribuidas según la presentación en la mesa: entremeses, sopas, verduras, huevos, pescados, carnes, salsas, ensaladas, dulces, platos fríos y repostería... pueden resolver los problemas diarios que se presentan a la hora de la mesa de una familia para salir de sus rutinas en los platos, así como recetas que hacen las delicias de los días extraordinarios. En un apéndice final se encuentran consejos prácticos sobre todo lo relacionado con la buena mesa.

En la distribución de las recetas se

destaca la claridad de su presentación: distribución de las recetas por temas y, dentro de cada tema, por orden alfabético. En los distintos apartados se dan unos consejos generales para todos los platos que van debajo de ese epígrafe. Cada receta lleva claramente diferenciados los ingredientes (en negrita) de la preparación (en redonda) con algunas notas de consejos prácticos.



María Luisa García

# **El arte de cocinar 1<sup>a</sup> parte**

**ePub r1.0**  
**Titivillus** 15.05.15

Título original: *El arte de cocinar 1ª parte*

María Luisa García, 1970

Editor digital: Titivillus

ePub base r1.2

**más libros en [espapdf.com](http://espapdf.com)**

Dedicado a todas mis  
alumnas.

LA AUTORA

*El primer libro que recuerdo haber visto en la despensa inhóspita de mi casa, allá por los famélicos años cuarenta, era el famoso manual de recetas de don Manuel María Puga y Parga, **La cocina práctica**. O sea, **El Picadillo**. Se trataba con toda seguridad del libro más lujoso de una biblioteca nada desdeñable que contaba con no pocas joyas bibliográficas de los dos grandes épocas de la cultura asturiana, la*

*Ilustración y la Institución. Estaban — felizmente, están— las primeras ediciones de la **Lógica**, de Condillac, los dos volúmenes del **Tratado de Economía Política**, de Juan Bautista Say, el **Diccionario filosófico**, de Voltaire, la **Gaceta de los niños**, de Canga y Arguelles, **La Atala**, de Chateaubriand, las **Aventuras de Telémaco**, de Fene-lon, las **Reflexiones**, de la Rochefoucauld, **El bachiller de Salamanca**, de Le-sage, y, naturalmente, cosas de Jovellanos, Feijoo, Flórez Estrada, Martínez Marina, Campomanes y ese etcétera ilustrado que todavía nos llena de orgullo a los asturianos. Y la*



*maravillosa **Historia Universal** de Cesare Cantú, en diez soberbios tomos encuadernados en Oviedo por Lavandera, obra que es fuente principal, y secreta, de la envidiable erudición fantástica del señor don Jorge Luis Borges, y de cuya utilidad enciclopédica en estos momentos nada quiero decir para no dar pistas, que hay mucho plagio suelto y el Cantú es **bocatto di cardinale**.*

*Pero el más lujoso de todos los libros, ya digo, **El Picadillo**. Aunque ni siquiera se trataba de la edición de 1905, sino de una reimpresión vulgar de 1931, mal encuadernada, con numerosas manchas de grasa antigua*

*en los márgenes, varias páginas garabateadas, algunas arrancadas, y de la que sospecho las barbaridades que Palau hubiera dicho en su catálogo. Sin embargo insisto en que el libro era entonces un verdadero lujo. Una reliquia memorable de los buenos tiempos pasados, cuando absolutamente todas las materias primas que exigían las recetas estaban al alcance de mi abuela, y la pobre no tenía la obligación bochornosa de hacer cola para conseguir un kilo de harina de pésima calidad o un cuartillo de azúcar de dudosa blancura, y la despensa era un lugar jubiloso, repleto de productos recién llegados de la*

aldea, y no existía la infamante *Cartilla de Racionamiento*.

De postre, después de las sopas de ajo con tomate y de una milagrosa tortilla de patata para cuatro personas lograda a base de dos huevos, leíamos, con nostalgia las recetas más succulentas de **El Picadillo**, y a mi abuela le caían lágrimas de la *Institución Libre de Enseñanza* sobre la edición de 1931.

Después de varios años de cortar cupones de la *Cartilla*, hacer colas polacas para conseguir subproductos de estraperlo y devorar meriendas de pan negro y chocolate inoxidable, allá por los finales de la época de la

*estabilización, surgió en la despensa, ya muchos menos tercermundista, un nuevo libro, el **Ramillete del ama de casa**, cuyo subtítulo rezaba: **Contiene fórmulas de cocina y repostería**. Me refiero a **El Nieves**. Ciertamente, aquel recetario no era nuevo en casa, databa de 1911, pero la edición que entonces manejaba mi madre era la 27, estaba impresa por Gráficas Summa, de Oviedo, y fechada en 1955. Sin yo saber muy bien por qué, el libro pasó de la biblioteca general a la cocina, y su hueco fue ocupado por **El Picadillo**, desterrado éste al terreno de la cultura, en donde todavía permanece.*

*Todas las señoras de la época*

tenían **El Nieves** cerca de la fresquera. Y es que había algo que fascinaba a aquellas amas de casa recién salidas de las hambres y los racionamientos de la posguerra: el inconfundible olor a fogones de la alta burguesía industrial de principios de siglo que emanaba de aquellas recetas caseras. No en vano bajo el seudónimo de «Nieves» se escondía el nombre de doña Josefa de las Alas Pumariño, y no pocas de aquellas fórmulas, sobre todo, las de repostería, tenían nombres y apellidos de «alto copete». Como me recuerda el gran Juan Santana, la mayor parte de las recetas de **El Nieves** procedían de un intenso intercambio social en las

*tardes de ocio de las damas de una burguesía enriquecida y refinada. Basta rastrear las páginas de **El Nieves** para respirar los humos sociales de los tiempos del gran desarrollo producido por la minería y la siderurgia, los maridos se dedicaban a la acumulación de capital y las santas esposas, a la acumulación de recetas. Hermosa división social del trabajo.*

*Tengo para mí que aquel **Nieves** que yo encontraba en todas las casas, a las que me arrastraban de visita mi madre y mis tías a finales de la década de los cincuenta, cuando ya merendábamos con naturalidad chocolate con churros dignos de tal nombre, y a los niños nos*

*encerraban durante la reunión en la cocina para que ni molestáramos ni mancháramos la **sala de estar**, era algo más que un libro de enorme utilidad guisandera y repostera para aquellas repeinadas señoras de la clase media que fueron educadas, como mucho, en el arte del rancho, pero que, de pronto, se encontraron con la obligación social de las primeras cenas de matrimonios, las comidas interfamiliares, las meriendas de amigas e, incluso, las fiestas gastronómicas locales. Era también aquel **ramillete** la manera interrumpida. Y no me refiero solamente a la tradición culinaria de una burguesía industrial que era, de*

*hecho, el modelo y el deseo imposible.*

*Cuando las fresqueras se transforman en frigoríficos y surgen en las cocinas las primeras ollas a presión, **El Nieves** entra en declive. Durante unos años, a mediados de los sesenta, su función es cumplida con gran dignidad por **El Carmen** (Grande). Pero con los setenta irrumpe en el escenario de lo culinario, imparable, otro gran libro, este **Arte de cocinar**, de Maña Luisa García. **El María Luisa** propiamente dicho, cuya aventura se inicia un día de julio de 1970 y ahora llega a su duodécima edición, después de haber pasado la dura **prueba de fuego** de una época en*



*la que el Occidente cristiano descubre e instaura los placeres de la mesa como norma social de obligado cumplimiento —no sólo dominical—, al cabo de la revolución consumista y del desencanto revolucionario. Porque está probado con empiria nortea —que, como todo el mundo sabe, es la mejor de las empirias— que **El María Luisa** pasa todas las **pruebas de fuego** que se le ponen por delante: la del fuego de carbón, la del fuego de gas, la del fuego eléctrico y hasta la del horno de microondas.*

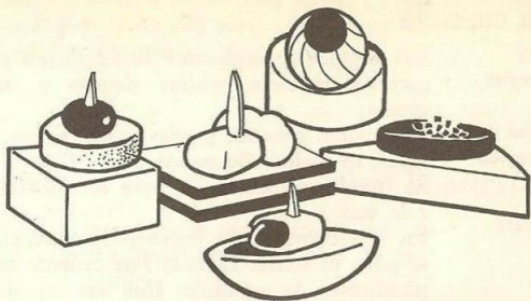
*Las recetas que aquí se narran con precisión matemática, en lenguaje sencillo, universal, salen a la primera.*

*Pero a la segunda ya no se olvidan para el resto de la vida. Tal es el secreto del fulminante éxito de este gran recetario general ilustrado que culmina felizmente el largo proceso iniciado por **El Picadillo**, desarrollado por **El Nieves** y aderezado por **El Carmen**.*

*Porque **El María Luisa** es un libro de cocina que logra conjuntar sabiamente la tradición de aquellas fórmulas caseras de los primitivos fogones preindustriales, de platos directos con la Naturaleza, con las últimas dietéticas de la nueva cocina posindustrial, de platos íntimos con la Electrónica. Libro tan apto para ser*

*degustado sin prisas desde la tradición  
ilustre de la enorme cocina regional  
española, como para ser  
experimentado día a día desde los  
actuales presentes vertiginosos y  
cosmopolitas. Y es que las recetas de **El  
María Luisa** lo mismo pueden  
cronometrarse a través del viejo reloj  
esférico y pendular de pared, que por  
medio del extraplano, digital,  
calendario, musical y calculador de  
muñeca. No fallan.*

*JUAN CUETO ALAS*



## **ENTREMESES**

*Es tan amplia la combinación  
que existe de entremeses, que  
es imposible darla a conocer;  
del buen gusto del ama de  
casa depende el éxito de su*

*bonita presentación.*

*Los embutidos y fiambres, cuando se sirven como entremeses, no se cortan hasta última hora, para que no se sequen. Cuando necesariamente se han de preparar con anticipación (sólo unas tres o cuatro horas, nunca más tiempo) se conservarán en sitio fresco (no en nevera) cubiertos con un paño ligeramente humedecido.*

*Las conservas de pescados, aceitunas, etc. desmerecen de*

*un día para otro; no deben,  
por tanto, sacarse de su  
envase hasta última hora.  
Cuando las croquetas u otros  
fritos se sirven como  
entremeses, se hacen muy  
pequeños (casi diminutos) y  
se sirven recién hechos. Las  
ensaladillas presentadas  
como entremeses se sirven en  
tartaletas muy pequeñas.  
Algunas ensaladas, en platos  
pequeños.*

# Angulas a la cazuela

**200 grs. de angulas**

**3 cucharadas de aceite**

**2 dientes de ajo**

**Un poco de guindilla**

**Un pellizco de pimentón**

Las

angulas

necesitan

poco

aceite;

éste

apenas

debe

verse;

deben  
revolverse  
para  
que  
no  
se  
quemien.

Las angulas generalmente se adquieren ya cocidas, pues cocerlas requiere mucho tiempo y una preparación previa.

Se elegirán blancas, gordas y sueltas, no deben estar saladas, ni cocidas de varios días.

Se freirán en porciones, pues no conviene freír muchas a la vez.

En una cazuelita de barro proporcionada a la cantidad se pone el aceite. Cuando



está caliente se echan los ajos picaditos y la guindilla. Una vez los ajos dorados (sin exceso) se les agrega el pimentón, se remueve, se retira la cazuela del fuego y se deja enfriar. Cuando no está más que templado el aceite, se echan las angulas, se pone la cazuela a fuego vivo, se menean con un tenedor o cuchara de madera, para que todas vayan calentándose a la vez y al mismo tiempo se impregnen de aceite. Al romper a hervir se retiran del fuego y sin perder tiempo se sirven en la misma cazuela.



# Angulas al ajillo

La misma que las anteriores quitándole el pimentón.

## Banderillas

Las banderillas consisten en unos cuantos ingredientes sujetos con un palillo.

# **Banderillas de embutido**

**Patatas pequeñas cocidas enteras**

**Rodajas de salchichón**

**Huevos cocidos**

**Aceitunas rellenas**

**Rodajas de chorizo**

**Rodajas de mortadela**

**Anchoas**

Ya frías las patatas y peladas se cortan en rodajas, se colocan como base y se bañan con mahonesa. Sobre cada una de

estas rodajas se coloca otra de embutido; si éste fuese de mayor tamaño que la patata se coloca cortado en cuatro partes, una sobre otra. Sobre éste se pone una rodaja de huevo, procurando que sea más pequeña que la anterior; sobre el huevo se coloca una aceituna y encima de ella una anchoa, todo ello sujeto con un palillo.

Los embutidos se van alternando.

## **Banderillas de queso**

**Pan de molde / Queso**

**Dulce de manzana**

## **Membrillo / Ciruela**

Sobre cada cuadrado o triángulo de pan se coloca otro de queso, sobre éste el dulce, terminando con otro de pan.

Se sujeta todo con un palillo.

# **Banderillas de riñones o hígado**

**Riñones o hígado**

**Cuadraditos de pan**

**Lechuga aliñada**

**Pimientos de lata**

Se coloca como fondo un cuadrado de pan (mejor de molde), sobre éste una circunferencia de pimiento, seguidamente un trozo de riñón o hígado y finalmente una hoja de lechuga, se sujeta todo con un palillo.

## **Barquitas Medina**

### **MASA**

**200 grs. harina / Un huevo**

**6 cucharadas de leche**

**50 grs. de mantequilla**

### **RELLENO**

**Una lata de foie-gras**  
**3 pepinillos o aceitunas**  
**50 grs. de mantequilla**  
**Un huevo cocido**

Se hace una masa con los ingredientes destinados a este fin. Hecha la pasta como la de las empanadillas se cubren unos moldes de magdalenas, se pinchan en el fondo y se colocan dentro de ellas unas legumbres con el objeto de que no suban y no pierdan la forma. Se cuecen a horno suave. Ya cocidas y frías se rellenan con el foie-gras y mantequilla (amasando). En el centro se coloca una rodaja de pepinillo o una aceituna y alrededor el huevo picado muy menudo.



# **Bocadillos de reina**

**Pan de molde**

**Un poco de bechamel**

**Un huevo**

**Rodajas de jamón**

**Harina para rebozar**

**Leche**

Se corta el pan en cuadraditos, se moja en leche templada. En cada cuadro se coloca una loncha de jamón muy fina, sobre éste se extiende una cucharada de bechamel (véase fórmula); por el lado de la bechamel se reboza de harina y todo ello en huevo, se fríe en abundante

aceite. No se sirve hasta que estén completamente fríos.

## Canutillos de salchicha

**250 grs. de mantequilla**

**1/4 kilo de salchichas**

**Un pocillo de agua**

**250 grs. de harina**

**Un huevo para barnizar**

**Una cucharadita de sal**

Con la mantequilla, los 250 grs. de harina, el agua y la sal se hace *hojaldre* (véase la fórmula). Las salchichas se cortan a la mitad y se envuelven en el

hojaldre, dándoles forma de canutillo. Se les dará solamente el largo de la salchicha. Se pintan con huevo batido y se meten a horno fuerte. Deben quedar dorados.

## **Canapés de mejillones**

**Pan de molde**

**Una cucharada de mantequilla o  
margarina**

**Una lata de mejillones**

Se corta el pan en triángulos, se quita la corteza, se unta con margarina o

mantequilla. Los mejillones se aplastan con un tenedor hasta formar una pasta, extendiéndola sobre la mantequilla.

## **Canapés de anchoa**

**Pan de molde**

**Un poco de mahonesa**

**Anchoas**

Se le quita la corteza al pan, se corta en cuadritos, se unta ligeramente con mahonesa. Se cortan las anchoas horizontalmente por la mitad, se colocan sobre la mahonesa, separándolas unas

de otras, formando paralelas. (Los salientes se recortan).

## **Canapés de anchoa (otros)**

**Pan de molde**

**Huevos cocidos**

**Anchoas**

**Perejil y un pimiento de lata**

Se pican finamente los huevos cocidos, picando igualmente el perejil y los pimientos. Las anchoas se cortan horizontalmente en dos, se le quita la

corteza al pan, se corta en cuadrados, se unta con mantequilla, se espolvorea con huevo picado y perejil, se colocan sobre cada uno dos filetes de anchoa formando cruz.

# **Canapés de queso y jamón york**

**Pan de molde**

**Jamón york**

**Queso manchego**

**Mantequilla o margarina**

Se le quita la corteza al pan, se corta en

triángulos. Se preparan filetes muy finos de jamón york del mismo tamaño que el pan, igualmente filetes finos de queso. Se unta el pan con mantequilla, se coloca sobre él la capa fina de queso; sobre éste, otro trozo de pan untado en mantequilla; sobre el pan, el jamón (todo debe tener la misma medida).

## **Canapés de caviar**

Se le quita la corteza al pan de molde, se corta en rectángulos, se unta ligeramente con mantequilla salada,

cubriéndolos con una buena capa de caviar adicionado con unas gotas de limón, colocando sobre el caviar una rodaja de limón (sin corteza).

## **Canapés de frescos**

**Unas hojas de lechuga**

**Aceitunas rellenas**

**Unos tomates pequeños**

**Mahonesa**

Se le quita la corteza al pan de molde; se corta en Rectángulos; se unta con mahonesa. En el centro del pan se



coloca una rodaja de tomate, sobre éste una aceituna y, a los lados del tomate, lechuga muy picada.

## Crestas

**1/2 litro de leche**

**3 huevos**

**Pan rallado**

**Una cucharada de mantequilla**

**Dos cucharadas de harina**

**Aceite**

Con la leche, la mantequilla y la harina se prepara una *bechamel* espesa (véase fórmula). Una vez cocida se deja enfriar.

En una sartén se pone un poco de aceite; cuando esté caliente se agregan los huevos batidos. Cuando éstos han formado consistencia, se extiende en el centro la bechamel; se envuelve como una tortilla francesa. Bien dorada, se retira de la sartén y se deja enfriar. (Pueden prepararse con estos ingredientes dos tortillas, pues resulta más cómodo para confeccionar después las crestas). Seguidamente se cortan en trozos pequeños, se envuelven en pan rallado y se fríen en aceite bien caliente. Es conveniente, después de envolverlas en pan, dejarlas enfriar bien antes de freirlas.

# Cucuruchos de jamón

**Lonchas de jamón york**

**Mahonesa**

**Dos zanahorias**

**Una lata pequeña de guisantes**

**1/2 kilo de patatas**

**Una lechuga**

Se cortan las lonchas de jamón muy delgadas; se enrollan en forma de cucurucho; se pegan por el borde, a lo largo, con mantequilla, y para que conserven bien la forma se colocan derechos introduciéndolos por la punta delgada en botellas (vacías y limpias).

Seguidamente se ponen las botellas en sitio fresco (mejor en nevera), dejándolas durante hora y media para que endurezca la mantequilla y no se estropeen los cucuruchos al rellenarlos. Se prepara una ensaladilla con las patatas cocidas, picadas en cuadraditos; las zanahorias picadas del mismo modo y los guisantes. Se mezcla todo con mahonesa y se rellenan los cucuruchos. En el extremo se coloca una hoja de lechuga.

## **Crema de atún**

**150 grs. de atún en conserva**  
**Dos cucharadas de aceite fino**  
**3 tomates / Aceitunas**  
**50 grs. de mantequilla**

Se machaca en el mortero el atún y la mantequilla hasta dejarlo como una pasta fina, agregándoles dos cucharadas de aceite. Se sazona de sal y se coloca en un plato de cristal, dándole forma de pirámide, incrustando en la crema aceitunas picadas. Alrededor de ésta se colocan rodajas de tomate.

Esta crema sin las aceitunas sirve también para untar canapés.

# Croquetas

(véase fórmula en fritos).

## Delicias de salchicha

**1/2 kilo de patatas**

**Dos yemas**

**100 grs. de mantequilla**

**100 grs. de pan molido**

**1/4 kilo de salchichas coloradas**

**Un poco de harina**

**Uno o más huevos para rebozar**

Con las patatas se prepara un puré; antes de pasar las patatas por el pasador se

ponen en el horno para que se sequen (pues debe quedar muy seco este puré). Una vez pasado se trabaja al lado del fuego con las dos yemas y la mantequilla. Se deja enfriar.

En una sartén con un poco de aceite se fríen las salchichas; una vez fritas se cortan cada una en dos.

Cuando el puré está completamente frío, con la ayuda de harina, se estira con el rollo, dejándolo lo más fino que se pueda. En él se van envolviendo los trozos de salchicha, dándoles la forma de canutillos (se les dará solamente el largo de la salchicha), se rebozan en huevo y pan rallado y se fríen en abundante aceite hasta que estén muy

doradas.

## **Discos de huevo**

**6 huevos**

**Una lata de anchoas enrolladas**

**Una lata de aceitunas**

**Una lata de pimientos pequeños**

**Mahonesa**

Se cuecen los huevos de doce a quince minutos (depende del tamaño). Una vez cocidos se ponen en agua fría; cuando están fríos se les quitan las cáscaras y se cortan en discos de un centímetro de grueso (las extremidades se cortan).



Cada disco se coloca sobre un cuadradito de pan; encima de cada huevo se pone un poco de mahonesa; sobre la mahonesa, un redondel de pimienta; sobre el pimienta, una anchoa con una aceituna.

## **Discos de huevo (otros)**

**5 huevos**

**Una lata de atún**

**75 grs. de mantequilla**

**Una cucharada de salsa de tomate  
(espesa)**

## **Un tarro de mahonesa pequeño**

Se cuecen los huevos y se cortan en discos como los anteriores (las extremidades se cortan y se reservan para el adorno). Cada disco se coloca sobre un cuadradito de pan.

Se mezcla la mahonesa con la salsa de tomate y se pone una cucharadita en cada disco de huevo.

En el mortero se pone el atún y la mantequilla, se sazona de sal (teniendo en cuenta que el atún ya lleva sal) y se machaca hasta conseguir una pasta fina. A continuación se introduce este puré en la manga con boquilla ancha rizada y en cada disco se pone un montoncito en

forma de espiral. Se espolvorean con la clara muy picada.

## **Emparedados**

(véase fórmula en fritos).

## **Espárragos**

Los espárragos se sirven generalmente con mahonesa o vinagreta. Cuando se ponen con mahonesa se colocan éstos en

una fuente, todos en la misma dirección; en salsera aparte se pone la mahonesa.

Cuando se ponen con vinagreta se añade a la salsa, una vez preparada, un poco de caldo de éstos. Se colocan y se sirven en la misma forma que los anteriores.

## **Gambas a la plancha**

**Gambas (las que se deseen)**

**Un limón**

**Un poco de aceite**

**Sal fina**

Cuando la plancha está caliente (de no disponer de plancha se pueden preparar sobre la chapa de la cocina bien limpia) se unta con un poco de aceite (sólo lo necesario para que éstas no se peguen). Con un salero se les va poniendo la sal al mismo tiempo que se van haciendo. Cuando están pasadas por un lado se les da vuelta por el otro con una espumadera y la ayuda de un tenedor; se espolvorean nuevamente de sal. En su punto se colocan en un larguero, se rocían de limón y se sirven con rodajas de limón.

# Gambas al ajillo

**Gambas**

**Ajo**

**Guindilla**

**Aceite**

En agua hirviendo con sal se introducen las gambas durante un momento, se dejan enfriar y se les quita la cabeza y la piel, aprovechando sólo las colas. Se colocan en cazuelitas de barro individuales, sobre las que se pica ajo y guindilla, ésta según se desee (muy o poco picante). Sobre ellas se echa aceite muy caliente, se dejan unos minutos sobre el fogón, hasta que los ajos estén

dorados, sirviéndolas hirviendo.

# **Gambas a la gabardina**

**1/4 kilo de gambas**

**150 grs. de harina**

**Una clara**

**Una cucharada de vinagre**

**Sal**

Se ponen a cocer en agua hirviendo, con sal, dejándolas durante cinco minutos.

Se dejan enfriar y se cuela el caldo.

En un recipiente se pone la harina, la cucharada de vinagre y un poco de agua de cocer las gambas, procurando que

esté bien fría. Se remueve hasta formar una crema bien espesa. Se bate la clara a punto de nieve y se agrega a la pasta, removiéndola hasta que todo esté unido; se van envolviendo las gambas una a una cogiéndolas por la cola. Se fríen en aceite bien caliente y se sirven inmediatamente.

Pueden rebozarse también con un batido hecho de la siguiente manera: Un pocillo de leche, otro de sifón; mezclarlo y añadirle harina hasta que se consiga una crema espesa. Se sazona de sal y se procede a freirías del mismo modo.





# **Palillos de anchoa y queso**

**2 cucharadas de vino blanco**

**2 cucharadas de aceite**

**3 cucharadas de agua templada**

**25 grs. de queso rallado**

**Una lata pequeña de anchoas**

**Un poco de sal**

**Un huevo**

**Harina necesaria**

Se pone en un recipiente el vino blanco, el aceite, el agua y un poco de sal, se bate bien durante unos minutos; ya

batido se añade harina hasta conseguir una pasta que se pueda extender con el rollo. Se divide en dos partes. Una de ellas, con las manos mojadas en agua, se ablanda un poco y se le añade el queso rallado, amasándolo todo junto se forman los palillos. Se pintan con huevo batido y se cuecen a horno fuerte.

Para hacer los de anchoas, al resto de la masa se le añade un poco de harina hasta conseguir una masa más dura. Se estira hasta dejarla muy fina. Se colocan sobre ésta las anchoas, que previamente se habrán puesto sobre un papel de estraza para quitarles la grasa. Ya las anchoas sobre la masa se les da una vuelta y se forman los palillos, todos del

mismo tamaño. Se pintan con huevo batido y se meten, como los anteriores, a horno fuerte.

## **Pasta de sardinas**

**Lata de sardinas en aceite**

**50 grs. de mantequilla o margarina**

**Limón / Pan de molde**

Se machacan las sardinas con la mantequilla o margarina hasta formar una pasta muy fina, se le añade un poco de zumo de limón removiéndolo bien. Se corta el pan en cuadritos y se unta con

esta pasta.

# **Pimientos enrollados**

**Una lata de pimientos o pimientos del tiempo asados**

**Una lata de bonito en aceite**

**50 grs. de mantequilla o margarina**

**Una lata de anchoas**

**1 limón / Perejil**

Se cortan los pimientos en tiras como de dos centímetros de ancho. Con el bonito y la mantequilla se hace una pasta que podrá ser más o menos mantecosa según se desee. Se untan con esta pasta las

tiras, se coloca una anchoa y se enrolla el pimiento, sujetándolo con un palillo. El aceite de las anchoas se mezcla con un chorro de limón y se echa sobre los pimientos ya colocados donde se hayan de servir. Se espolvorean con perejil picado.

## **Sesos a la jardinera**

**Una sesada**

**Un limón**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**Una lechuga**

**Espárragos / Aceitunas**

## **Tomates del tiempo**

### **Mahonesa**

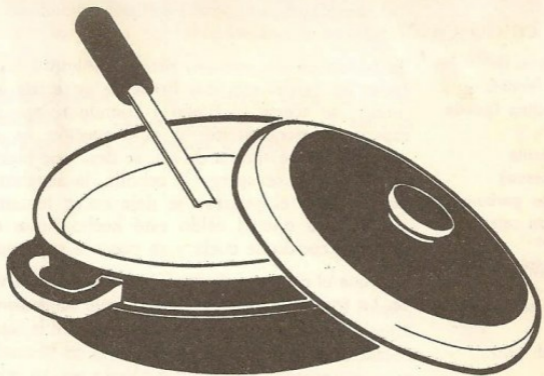
Después de limpios se ponen a cocer durante diez minutos en agua hirviendo, sal, un chorro de limón, un trozo de cebolla, un diente de ajo y una rama de perejil; ya fríos se cortan en rodajas finas y se colocan sobre hojas de lechuga aderezada y partida en trozos pequeños. Sobre ellos se coloca un trozo de espárrago, ambos se bañan con salsa mahonesa. Se adorna con aceitunas y rodajas de tomate.

## Otros entremeses

Son muy usados como entremeses los huevos cocidos partidos en rodajas y colocados sobre un cuadrado de pan untado de mahonesa; sobre el huevo se puede colocar una anchoa enrollada, un trozo de espárrago, media salchicha frita, un trozo de pimiento, un trozo de atún en aceite o una rodaja de tomate.

También se pueden colocar platitos con almendras tostadas y saladas, avellanas, cuadritos de hojaldre, etc.





## **SOPAS Y CONSOMES**

*Para conseguir un buen  
caldo debe ponerse la carne  
en agua fría, pues  
poniéndola, en agua caliente,*

*la carne se cuece de repente y  
ésta no suelta el juego  
necesario.*

# Sopa de caldo casero

**1/4 kilo de carne de vaca**

**Un hueso de rodilla**

**1/4 kilo de gallina (puede suprimirse)**

**50 grs. de tocino (preferible fresco)**

**Un puñado de garbanzos**

**1/2 cebolla / Un puerro**

**Una zanahoria**

**Perejil / Azafrán**

Se ponen en un puchero proporcionado a las cantidades todas las carnes con dos litros de agua fría aproximadamente, se acerca al fuego y cuando rompe a hervir

se espuma perfectamente; a continuación se añaden los garbanzos y se sazona de sal, se deja que hierva un cuarto de hora y se agrega la cebolla, la zanahoria, la rama de perejil y el puerro; se deja cocer lentamente y sin parar hasta que el caldo esté hecho (unas tres horas). Una vez cocido se cuela y se pone la sopa que se desea.

Para que el caldo quede fino y sabroso debe hervir lentamente. La sopa cocerá despacio para que no engorde el caldo.

## **Sopa de caldo de**

# **gallina**

**1/4 kilo de gallina**

**Un hueso de vaca**

**50 grs. de jamón**

**Media cebolla**

**Perejil / Azafrán**

Se prepara el caldo del mismo modo que el anterior. Una vez hecho se cuela y se pone la sopa que se desee.

Tanto este caldo como el anterior pueden usarse para enfermos solos o con unas sopas de pan muy finas.

# Sopa de fideos

Debe  
cocerse  
poca  
cantidad  
de  
fideos,  
para  
que  
la  
sopa  
quede  
fina.

Una vez colado el caldo en una

cacerola, se acerca al fuego. Cuando rompe a hervir se añaden los fideos poco a poco (un poco deshechos). Se dejan cocer hasta que estén blandos, pero no demasiado, pues si llegan a deshacerse engordan el caldo y éste perdería sabor. De vez en cuando se remueven con una cuchara de madera para que no se agarren. En su punto se retiran del fuego.

## **Sopa de ajo a la castellana**

## **Sopas de pan muy finas**

**Un diente de ajo**

**Uno o más huevos (pueden suprimirse)**

**Aceite**

**Pimentón**

Se pone en un puchero agua al fuego con la sal necesaria. En el mortero se machaca el ajo; se añade un chorro de aceite crudo y el pimentón, se remueve bien y se agrega al caldo. Cuando rompe a hervir se agregan las sopas y el huevo o los huevos batidos (éstos pueden suprimirse); inmediatamente se separa del fuego dejándola tapada durante diez minutos antes de servirla.

También pueden ponerse las sopas,



cuando éstas se preparan individualmente, en una cazuelita de barro, se echa el huevo entero y se vierte por encima el caldo hirviendo.

## **Sopa al ajillo**

**Un plato de sopas de pan muy finas**

**Dos dientes de ajo**

**Aceite**

**Pimentón**

Se pone un puchero con agua y la sal necesaria al fuego; cuando rompe el hervor se le añaden las sopas y un diente

de ajo machacado en el mortero. Se prepara en la sartén un refrito con un ajo picado y pimentón, procurando que éste no se queme, se añade a la sopa y se deja cocer lentamente durante media hora. (Puede ponerse si se quiere un huevo o más batidos).

## **Sopa de ajo con tomate**

**Sopas de pan muy finas**

**Tres cucharadas de puré de tomate**

**1 o más huevos cocidos**

**Dos dientes de ajo**

## **Aceite / Pimentón**

Se pone al fuego un puchero con agua y la sal necesaria; cuando rompe el hervor se añaden las sopas y un refrito con los ajos picados, las cucharadas de tomate y el pimentón, dejándola cocer lentamente durante media hora. Al tiempo de servirla se añaden la yema o yemas de huevo machacadas y la clara o claras picadas.

## **Sopa de verduras frescas**

**Un hueso de jamón**  
**Un hueso de pata o rodilla**  
**Tres zanahorias grandes**  
**1/4 Kg. de repollo**  
**Dos ajos puerros**  
**1/4 Kg. de coliflor**  
**Ajo / Cebolla / Perejil**  
**Aceite / Pimientos**

En un puchero con agua fría se ponen los huesos. Cuando rompe el hervor se espuman perfectamente y se añade la cebolla picada, el perejil y un diente de ajo también picado, se sazona de sal y se deja cocer lentamente y sin parar una hora. Pasada ésta se añaden todas las verduras picadas muy menudas y un refrito de aceite con un diente de ajo y

un poco de pimentón, se rectifica de sal y se deja cocer lentamente hasta que todas las verduras estén tiernas. Si es necesario se le agrega agua hirviendo. Debe estar caldosa.



# **Sopa de verduras (otra fórmula)**

**3 zanahorias**

**2 ajos puerros**

**1/4 kilo de repollo**

**1/2 cebolla / 1/4 Kg. coliflor**

**Medio pocillo de guisantes  
desgranados**

**1 patata / Ajo / Perejil**

**Pimentón / Aceite**

Se pone un puchero al fuego con agua. Cuando está hirviendo se añaden todas las verduras picadas finas, se sazona de

sal y se deja cocer hasta que estén tiernas, entonces se agrega la patata cortada en cuadritos pequeños y un refrito con un ajo y un poco de pimentón, dejándolo cocer nuevamente hasta que la patata esté muy tierna. Si es necesario se le agrega un poco de agua hirviendo. Debe estar caldosa.

## **Sopa de tapioca**

La  
sopa  
de  
Tapioca



debe  
prepararse  
con  
caldo  
de  
carne,  
con  
cubitos  
de  
caldo  
o  
con  
caldo  
de  
pescado.

Se tiene el caldo preparado, cuando rompe el hervor se pone la tapioca (para 6 personas 3 cucharadas de tapioca), previamente aplastada en un plato. Se

deja cocer lentamente, removiéndolo constantemente con una cuchara para que no se formen grumos. Se notará que está cocida cuando se pone transparente. Necesita unos diez minutos de cocción. No debe cocerse demasiado, pues en este caso adquiere sabor a cola.

## **Sopa de hígado**

**200 grs. de hígado de ternera**

**Un plato de sopas de pan muy finas**

**Dos dientes de ajo**

**Pimentón**

**Aceite**

En un puchero con agua hirviendo y la sal necesaria se ponen a cocer las sopas. Se corta el hígado en trozos muy pequeños, se sazona con ajo. En una sartén se pone aceite; cuando está caliente se fríe el hígado durante cinco minutos a fuego vivo, se le echa un poco de pimentón y se agrega a la sopa. Se machaca un diente de ajo en el mortero, se deslíe con un poco de agua y se añade. Se deja cocer durante media hora más. No debe estar muy caldosa.

# Sopa de puré de patata

**50 grs. de mantequilla**

**Una pastilla de caldo concentrado**

**Dos patatas grandes**

**Azafrán**

**Ajo**

**Cebolla**

**Perejil**

Se prepara un caldo con la mantequilla, la pastilla de caldo y sal (teniendo en cuenta que el caldo ya lleva sal); cuando rompe el hervor se le añade un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de

perejil y el azafrán ligeramente tostado. Se deja cocer un cuarto de hora, pasado éste se cuela.

Con las patatas se hace un puré, se añade al caldo y se deja cocer lentamente durante media hora. Se puede servir con unos cuadritos de pan fritos. Éstos se pondrán en el momento de servirla.

## **Sopa de pescado**

**1/4 kilo de rape (pixín)**

**Una cabeza de merluza**

**200 grs. de almejas**

**Seis gambas**

**Una cucharada de pan rallado**

**Cebolla / Ajo / Perejil**

**Aceite / Pimentón**

**Guindilla (puede suprimirse)**

**Azafrán**

**Uno o dos huevos duros**

**Dos cucharadas de salsa de tomate**

Se pone a cocer el rape y la cabeza de merluza durante media hora, con un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil y sal. Pasado ese tiempo se separa el pescado del caldo, se deja enfriar y se cuela el caldo. Se deslíe el pan en un poco de agua fría; se agrega al caldo para espesarlo, se sazona de azafrán y se acerca al fuego. Se le quita a la cabeza de merluza la carne y se

añade al caldo, añadiendo también rape deshecho.

Las almejas se ponen al fuego con un poco de agua; a medida que se van abriendo se sacan con una espumadera en un plato. El agua se cuele y se agrega al caldo, junto con las almejas desprovistas de cáscara.

Las gambas se lavan, se cuecen unos minutos en agua hirviendo, se les quita la piel y se unen con los demás ingredientes, cortados en trozos. El caldo de cocer las gambas se cuele y se agrega a la sopa. Las cabezas de las gambas se pasan por el pasador, apurándolas bien. El jugo conseguido se pone en la sopa. Todo junto se deja

hervir.

En la sartén se pone un poco de aceite, se fríe la guindilla y una cucharada de cebolla picada muy fina; cuando está frita se añade el tomate, se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con dos cucharadas de vino blanco y un pellizco de pimentón y se vierte en la salsa, se le da a todo una vuelta y se agrega a la sopa; se rectifica de sal y se deja cocer muy despacio durante media hora. Al tiempo de servirla se pone el huevo o los huevos picados.



# **Sopa de pescado (otra)**

**Cabezas de merluza**

**Espinas y restos**

**200 grs. de almejas**

**1/2 pocillo de arroz**

**2 cucharadas de tomate**

**Cebolla / Ajo / Perejil**

**Pimentón / Aceite**

**3 cucharadas de vino blanco**

Se prepara un caldo como el anterior, se cuela y se agregan las almejas desprovistas de cáscara, añadiendo el caldo de abrirlas pasado por un paño fino, para que no lleve nada de arena, se deja hervir y se le agrega una salsa como la de la sopa anterior y sal.

Cuando ha hervido un cuarto de hora se le echa el arroz, dejándolo cocer durante cuarenta minutos (el arroz debe estar muy cocido). Se le agrega un refrito, como el de la sopa anterior, y se sirve caldosa.

## **Sopa de pescado rápida**

**Una lata de bonito en aceite**

**Una lata de almejas al natural**

**Un pimiento de lata**

**Uno o dos huevos duros**

**Una cucharada de puré de tomate**

**1/2 hoja de laurel / Aceite**

**Un trozo de cebolla**

**Sopas de pan finas (tostadas)**

**Guindilla / Ajo / Pimentón**

**2 cucharadas de vino blanco**

En un puchero con agua hirviendo se pone el bonito deshecho, después de escurrirle el aceite, las almejas con todo su jugo, el pimiento picado, una cucharada de tomate, el laurel, la guindilla (de ésta puede prescindirse) y la sal. Se deja hervir un cuarto de hora. Se prepara un refrito con la cebolla muy menuda, añadiendo un poco de pimentón, cuidando que éste no se queme. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se

deslíe con el vino blanco y se agrega al refrito, se le da un hervor y se vierte sobre el caldo. A continuación se ponen las sopas de pan tostadas un poco al horno. Todo ello se deja cocer durante media hora (cuanto más tiempo mejor). Debe cocer muy despacio. Al tiempo de servirla se le añade el huevo picado.

## **Sopa de legumbres**

Esta sopa puede hacerse aprovechando cualquier clase de legumbres (restos de comida).

Cocidas cualquier clase de legumbres, se pasan por el pasador, se les añade agua hirviendo, se sazona de sal y se deja hervir durante unos minutos, procurando que no quede espesa. Se le añade un refrito de aceite, ajo y pimentón; al tiempo de servirla se ponen unos cuadritos de pan fritos.

## **Sopa a la valenciana**

**Cabezas de rape**

**Algunos mariscos**

**Un pimiento de lata**

**3 cucharadas de guisantes**

**Cebolla / Ajo / Perejil**

**Pocillo de arroz**

**2 cucharadas de vino blanco**

**Azafrán / Aceite**

**cucharada de pimientos**

Se pone la cabeza del rape y los mariscos en agua fría con un diente de ajo, una rama de perejil y un trozo de cebolla; cuando rompa el hervor se va sacando la espuma y se deja cocer durante media hora; pasada ésta, se pasa el caldo por un colador y se le añade el pescado limpio de piel y espinas, los mariscos sin piel. Las cabezas de éstos se pasan por el pasador apurándolos bien, el jugo conseguido se pone en la sopa, el pimiento picado muy menudo,

los guisantes y el arroz. Se le agrega un refrito de aceite con un ajo, el pimentón y el vino blanco, añadiendo agua hirviendo hasta conseguir el caldo necesario. Se sazona de sal y azafrán y se deja cocer suavemente durante cuarenta minutos. Debe quedar caldosa.

## **Caldeirada gallega**

**250 grs. de congrio**

**250 grs. de rape**

**250 grs. de mero o merluza**

**3 cucharadas vino blanco**

**2 cebollas / 3 dientes ajo**

**1/2 hoja de laurel**

## **Perejil / Aceite**

### **Sopas de pan tostadas en el horno**

Se limpia el pescado de escama y espinas y se corta en trozos. En una cazuela se pone el aceite, la cebolla picada muy fina, los ajos picados, el perejil muy picado, el laurel y todos los pescados, se tapa y se deja, sin acercarlo al fuego, reposar durante hora y media. Pasado este tiempo se añaden dos litros de agua y el vino blanco; se sazona de sal y se cuece a fuego vivo durante quince minutos. A continuación se cuela el caldo y se vierte en la sopera, donde estarán las sopas de pan. El pescado se sirve aparte o se puede



agregar al caldo para servirlo junto.

## Consomé

Para  
obtener  
litro  
y  
medio  
de  
consomé

**1/2 kilo de carne de vaca (magra)**

**Una pata de ternera**

**Un menudo de ave**

**Unas ramas de perejil**

**2 zanahorias**

**Una cebolla**

**2 puerros**

**2 huesos de ternera**

El consomé consiste en un caldo muy concentrado; debe ponerse suficiente cantidad de carne para que se note su sabor.

El mejor consomé consiste en cocer un caldo con otro caldo, es decir, se prepara un buen caldo de carne; ya hecho y colado, se le adiciona más carne o ave, dejándolo cocer hasta concentrarlo bien. El consomé debe presentar un color dorado claro. Si resulta descolorido, debe colorearse con unas gotas de caramelo quemado (véase manera de prepararlo). Debe estar

perfectamente desengrasado y clarificado. Se sirve en tazas especiales. Se pica menuda la carne, el menudo de ave y los huesos, y las verduras. Se coloca todo en un puchero proporcionado a las cantidades; se le añaden dos litros y medio de agua fría, se sazona de sal y se pone a fuego vivo. Se remueve con una cuchara hasta que rompe a hervir, entonces se echa un poco de agua fría (de esta manera para el hervor y sube mejor la espuma a la superficie). Se espuma perfectamente. Seguidamente se deja que siga cociendo lentamente durante tres horas. A continuación se desengrasa y se clarifica. Para ello se separa del fuego.

## MANERA DE DESENGRASARLO Y CLARIFICARLO

Se deja enfriar, de esta manera la grasa sube a la superficie y se quita fácilmente con una cuchara. Si se quita en caliente, después de sacarle la grasa con la cuchara se colocan papeles blancos en la superficie para que absorban el resto de la grasa.

Para clarificarlo se echa en el caldo una clara de huevo sin batir. Se cuece durante un cuarto de hora, aproximadamente, se pasa por un paño humedecido y se utiliza.

# **Consomé de flan**

## **PARA EL CALDO**

**Los mismos ingredientes que para el anterior.**

## **GUARNICIÓN**

**2 huevos / 2 pocillos leche**

**Un poco de mantequilla**

Se prepara el caldo exactamente igual que el anterior. Con los dos huevos batidos, los dos pocillos de leche, se prepara un flan (véase fórmula), se unta el molde con un poco de mantequilla y se cuece al baño maría. Cuando está cuajado se deja enfriar. Al tiempo de servir el consomé se añade el flan cortado en cuadraditos.

# Consomé al jerez

Los ingredientes y la preparación exactamente igual que para el *Consomé*, añadiendo, una vez desengrasado y clarificado, una copa de jerez seco.

# Consomé de almendra

Para el caldo: los mismos que para el **Consomé**

**Además:**

**2 huevos cocidos**

**4 cucharadas de almendra molida  
cruda**

El caldo exactamente igual que el anterior. Una vez clarificado y desengrasado se añade la almendra, dejándolo cocer nuevamente durante un cuarto de hora. Al tiempo de servirlo se le agrega un poco de carne de lo que se coció con el caldo picada muy menuda y los huevos picados.

# **Consomé con guarnición**

## **CALDO**

**Los mismos ingredientes que los anteriores.**

## **GUARNICIÓN**

**200 grs. de pan molido**

**Aceite**

**Media cebolla**

**Un huevo**

Una vez preparado el caldo como los anteriores, se humedece el pan molido y



se coloca sobre una servilleta para que se escurra. Se fríen dos cucharadas de cebolla picada muy fina; cuando está frita se añade el pan, se remueve y se escurre el aceite sobrante. A continuación se bate un poco el huevo y se agrega removiéndolo todo. Se deja enfriar. Una vez fría se preparan unas bolas del tamaño de un garbanzo y se fríen en abundante aceite bien caliente. Éstas se ponen en el consomé al tiempo de servirlo.

## **Consomé de ave**

**Media gallina**

**4 menudos de aves**

**1/2 kilo de carne de vaca**

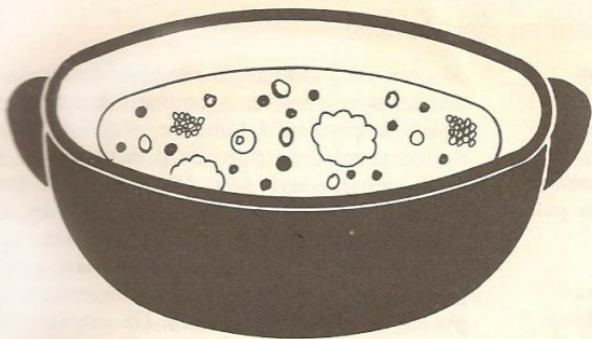
**Una zanahoria**

**2 puerros**

**2 claras de huevo**

Una vez pasada la gallina por la llama de alcohol y limpia se introduce en el horno para que se dore un poco. Se pican los menudos, los puerros y las zanahorias. Se saca la gallina del horno, una vez tostada, y se ponen todos los ingredientes en una cazuela proporcionada a las cantidades. Se le añaden dos litros y medio de agua fría y las claras, se sazona de sal y se pone a fuego vivo, removiéndolo con una

cuchara hasta que rompa el hervor. Cuando empieza a hervir se le echa un poco de agua fría para que cese el hervor y se espume perfectamente. A continuación se deja cocer lentamente durante hora y media, seguidamente se desengrasa, se cuela por un paño húmedo y se utiliza.



## **COCIDOS Y POTAJES**

*En los ingredientes para todas las fórmulas que a continuación se exponen en este libro, el tomate, pimientos, alcachofas, etc., se*

*da la cantidad en conserva  
(una o media lata), por haber  
épocas en que ésta es la  
única manera de adquirirlos.*

*Se usará el equivalente en  
fresco, cuando abunden en el  
mercado por ser mejores y  
más económico.*

*El tiempo de cocción de los  
ingredientes no puede  
precisarse exactamente, ya  
que depende de la cantidad  
de los mismos. Las  
cantidades en los  
ingredientes están calculadas  
para seis personas.*

# **Alubias blancas estofadas**

**1/2 kilo de alubias**

**Un trozo de cebolla**

**Una rama de perejil**

**Un diente de ajo**

**Un poco de pimentón**

**Una cucharada de pan molido**

**Azafrán**

**Uno o dos huevos cocidos (se pueden  
suprimir)**

**Un poco de laurel**

**Se ponen las alubias en remojo durante**

la noche. A continuación se escurren y se pasan a una cacerola, añadiéndoles la cebolla, la rama de perejil, el laurel, un diente de ajo picado, un poco de pimentón y el aceite (crudo), se cubren de agua fría, se sacuden un poco, se acercan al fuego y cuando rompe el hervor se separan, dejándolas cocer lentamente un poco destapadas, procurando que siempre estén cubiertas de agua para que no suelten la piel. Se les agregará, cuando lo necesiten, agua fría, siempre en pequeñas cantidades. De vez en cuando se sacude la cazuela. Cuando ya están tiernas se sazonan de sal y azafrán, se dejan cocer muy despacio tres cuartos de hora más,

procurando que el caldo quede bien espeso. En su punto se retiran y se dejan reposar unos minutos antes de servir las. Al tiempo de llevarlas a la mesa se ponen en una fuente y se colocan por encima los huevos cortados a lo largo.

## **Alubias blancas a la vinagreta**

**1/2 kilo de alubias**

**2 huevos cocidos**

**Aceite**

**Vinagre**

**Un trozo de laurel**



**2 tomates del tiempo**  
**Un poco de pimentón**  
**Cebolla**  
**Ajo**  
**Perejil**

Se ponen las alubias en remojo la noche anterior en agua fría. A continuación se pasan a una cacerola, se les agrega un trozo de cebolla, un diente de ajo (entero), una rama de perejil, un poco de pimentón (de éste puede prescindirse), dos cucharadas de aceite, se sacuden un poco, se cubren de agua fría y se acercan al fuego; cuando rompe el hervor se separan y se dejan cocer lentamente un poco destapadas, siempre cubiertas de agua para que no suelten la

piel. Cada vez que lo necesiten se les añadirá agua fría. Una vez cocidas se sazonan de sal.

Con cebolla, perejil, un huevo cocido, aceite y vinagre, se prepara una salsa vinagreta (véase fórmula). Una vez hecha se reserva en sitio fresco. Cuando las alubias están cocidas se pasan a un larguero (si resultaran con mucho caldo se quita parte de él) y se vierte por encima la salsa vinagreta, sacudiendo un poco el larguero para que penetre en ellas toda la salsa. Se colocan por encima unas tajadas muy finas de huevo y alrededor unas rodajas de tomate cortadas finas. Este puede sustituirse por lechuga picada. Se colocará alrededor

de la fuente aliñada, al tiempo de servirla.

# **Alubias blancas con patatas**

**300 grs. de alubias**

**2 morcillas**

**2 chorizos**

**100 grs. de tocino**

**700 grs. de patatas**

**Un diente de ajo**

**Aceite**

**Azafrán**

Se ponen en remojo las alubias en agua

fría por la noche ¿anterior. A continuación se pasan a una cacerola proporcionada a las cantidades, añadiéndoles la morcilla, el chorizo y el tocino; se cubren de agua fría y se acercan al fuego. Cuando rompe el hervor se espuman, se separan un poco del fuego y se dejan cocer lentamente, un poco destapadas, añadiéndoles agua fría en pequeñas cantidades siempre que lo necesiten. Cuando están abiertas se les añaden las patatas picadas y el azafrán ligeramente Tostado. En una sartén se pone un poco de aceite; cuando está caliente se fríe un diente de ajo; una vez frito se aplasta con un tenedor para sacarle todo el jugo y se separa, se

vierte el aceite caliente sobre el conjunto y se sigue cocinando muy despacio, procurando que no queden muy secas. Una vez cocidas se sazonan de sal, se remueven y se dejan reducir a fuego muy lento. Cuando todo está bien cocido y en su punto se separan del fuego y se dejan reposar unos minutos antes de servir las. Para llevarlas a la mesa se pasa a un larguero; en fuente aparte se sirve la carne cortada en trozos.

## **Alubias blancas con**

# almejas

**1/2 kilo de alubias de La Granja**

**300 grs. de almejas**

**Una cucharada de pan rallado**

**Cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Azafrán**

**Un poco de laurel**

Se ponen las alubias en remojo la noche anterior en agua fría. A continuación se pasan escurridas a una cacerola, se les añade un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, un poco de laurel, el aceite (crudo), se sacuden un poco, se cubren de agua y se acercan al fuego; cuando rompe el hervor se

separan y se dejan cocer lentamente un poco destapadas, procurando que estén siempre cubiertas de agua para que no suelten la piel.

En una cazuela aparte se ponen las almejas, una vez lavadas, con un poco de agua fría, se acercan al fuego y a medida que se van abriendo se pasan con una espumadera a otro recipiente. Todas abiertas se les quita la cáscara y se agregan a las alubias cuando éstas empiezan a abrirse. El jugo que soltaron se pasa por un paño fino y se añade a las alubias (debe estar frío), se les pone el azafrán ligeramente tostado y el pan molido; se sacude la cazuela para que se una todo bien y se sigue cociendo muy

despacio hasta que las alubias estén muy tiernas. Entonces se sazonan de sal. Ya en su punto se retiran y se dejan reposar unos minutos antes de servir las.

## **Alubias blancas con salchichas**

**1/2 kilo de alubias**

**200 grs. de salchichas blancas**

**Cebolla / Aceite / Perejil**

**Ajo / Azafrán / Laurel**

Se preparan las alubias igual que las anteriores; a media cocción se añaden



las salchichas (que serán blancas), se les pone el azafrán y se siguen cocinando hasta que estén muy tiernas. Una vez cocidas se sazonan de sal. En su punto se retiran del fuego y se dejan reposar unos minutos antes de servir las. Se sirven en una fuente con las salchichas.

## **Alubias blancas con gallina**

**1/2 kilo de gallina**

**1/2 kilo de alubias**

**Una cebolla**

**1/2 lata de tomate**

**Un cuarto de lata de pimientos**

**1/2 vaso de vino blanco**

**3 dientes de ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Azafrán**

Se ponen las alubias en remojo la noche anterior.

Se corta la gallina, después de limpia, en trozos pequeños (se pasará antes por la llama del alcohol), se sazona con ajo machacado y se deja reposar media hora. Pasado ese tiempo, se sazona de sal y se fríe en aceite bien caliente. A medida que se van friendo se pasan los trozos a una tartera proporcionada a las cantidades (pensando que hay que

agregar a su debido tiempo las alubias); toda frita en el mismo aceite, se fríe media cebolla picada muy menuda; cuando está frita se le añade el tomate, los pimientos picados con todo su jugo, un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, desleído con el vino blanco; se deja freír todo junto unos minutos y se vierte sobre la gallina, dejándola cocer lentamente hasta que esté tierna. De vez en cuando se le agregará agua fría en pequeñas cantidades.

Por separado se ponen las alubias, escurridas del agua en una cazuela, se les añade un poco de cebolla, un diente de ajo picado, un poco de laurel, una

rama de perejil, dos cucharadas de aceite, se cubren de agua y se acercan al fuego; cuando rompe el hervor se separan y se dejan cocer lentamente, un poco destapadas, siempre cubiertas de agua para que no suelten la piel. A media cocción se sazonan de azafrán. Una vez cocidas y cuando la gallina esté cocida se vierten en la tartera donde está la gallina, se sacude ésta y se sigue cociendo muy lentamente media hora más. Se rectifican de sal. Antes de servir las se dejan reposar unos minutos. Se sirven en una fuente con los trozos de gallina.

# **Alubias de color estofadas**

Los ingredientes y la preparación son igual que para las *Alubias blancas estofadas* (véase fórmula).

# **Alubias de color con patatas**

Los ingredientes y la preparación son

igual que para las *Alubias blancas con patatas* (véase fórmula).

## **Alubias de color con arroz**

Véase *Lentejas con arroz*. Los mismos ingredientes y preparación.

## **Caldo gallego**

**Un tazón de alubias blancas**

**Un trozo de lacón**

**Un trozo de tocino añejo**

**3 patatas grandes**

**Unas hojas de berza**

**Un trozo de manteca de cerdo un poco  
rancia**

**Un ajo**

Se ponen las alubias en remojo en agua fría, durante la noche, y en agua templada el lacón.

En una cazuela grande con bastante agua fría se ponen a cocer las alubias, el lacón y el tocino. Cuando las alubias están medio cocidas, se les agrega la berza picada; una vez cocido todo, se añaden las patatas cortadas en trozos

grandes.

En la sartén se derrite la manteca de cerdo, cuando está bien caliente se dora un ajo y se añade al caldo. Se sazona de sal y se deja cocer una hora más. Tiene que estar caldoso.

## **Cocido castellano**

**6 puñados de garbanzos**

**100 grs. de tocino salado**

**Un trocito de jamón**

**Un hueso de caña**

**1/2 kilo de carne**

**100 grs. de chorizo**

**Berza o repollo**



**Unas patatas**  
**75 grs. de sopa**

## **RELLENO**

**2 huevos**

**4 cucharadas de miga de pan**

**2 cucharadas de leche**

**Ajo**

**Perejil**

Se ponen en remojo los garbanzos, la noche anterior, con agua templada y un puñado de sal.

En un puchero proporcionado a las cantidades se pone la carne, el tocino y el jamón, añadiéndoles dos litros de agua fría. Se acerca al fuego y se va espumando cuidadosamente. Cuando rompe el hervor se echan los garbanzos,

se sazonan de sal, espumándolo nuevamente si fuera necesario; seguidamente se retira el puchero para un lado, con el fin de que hierva despacio pero sin parar durante unas tres horas. Si necesitara añadirsele agua, será hirviendo. El chorizo se cuece por separado.

En otro puchero se pone agua, cuando está hirviendo se agrega la verdura y se sazona de sal. Una vez cocida se escurre bien y se le añade un refrito de aceite con un ajo. Se reserva al calor.

Una hora antes de servirlo se saca el caldo de los garbanzos, dejando un poco para cocer las patatas. Éstas, si son grandes, se pondrán partidas en cuatro, y

si son medianas, enteras. Se cuecen con el vapor del caldo que quedó en el puchero.

Se prepara el relleno batiendo los huevos; una vez batidos se les añade el ajo picado, perejil muy menudo, unos trozos menudos de tocino, la mitad del chorizo, un poco de carne, todo ello menudísimo, se agrega la miga de pan remojada en leche y escurrida, se amasa todo dándole la forma de rollo y se fríe en aceite caliente hasta que esté dorado. Entonces se echa en el cocido a medio cocer las patatas y se deja hervir un rato.

En el caldo que se separó se pone a cocer la sopa; cuando rompe el hervor

se deja cocer cinco minutos lentamente. En una fuente grande se ponen los garbanzos escurridos completamente, las patatas a un lado y la verdura a otro. En fuente aparte se sirven los demás ingredientes con el relleno.

# **Cocido de guisantes secos**

**1/2 kilo de guisantes secos**

**1/4 kilo de carne de ternera**

**1/4 kilo de tomates**

**Un pimiento de lata**

**1/2 cebolla**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil / Laurel**

**1/2 vasito de vino blanco**

Se corta la carne en trozos pequeños, se sazona con ajo machacado y se deja reposar un cuarto de hora. En una tartera se pone aceite; cuando está caliente se rehoga la carne hasta que está dorada; seguidamente se añade la cebolla picada, el pimiento cortado, el tomate (sin piel), un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, desleído con el vino blanco el laurel. Se sazona de sal y se deja cocer lentamente, agregando de vez en cuando agua en pequeñas cantidades procurando que

tenga bastante salsa. A media cocción se agrega el pimiento picado; se sigue cocinando hasta que esté tierna. Los guisantes se ponen a cocer en agua fría, después de haberlos puesto en remojo (en agua fría) la noche anterior. Deben estar siempre cubiertos de agua para que no suelten la piel; se les añadirá agua fría de vez en cuando. Una vez cocidos se juntan con la carne, se rectifica de sal, se deja cocer media hora más para que tome todo junto el gusto. Antes de servirlo se deja reposar un rato.

# **Fabada asturiana**

**3/4 kilo de alubias de La Granja**

**2 morcillas de cerdo**

**2 chorizos de buena calidad**

**1/2 kilo de lacón**

**100 grs. de tocino**

**Ajo**

**Cebolla**

**Perejil**

**Un chorro de aceite**

**Azafrán**

Se pone a remojar el lacón en agua templada la noche anterior, después de chamuscarle todos los pelos. Igualmente

se remojan las alubias en agua fría.

En una cacerola proporcionada a las cantidades se ponen las alubias, el lacón, las morcillas, los chorizos, el tocino, la cebolla cortada en cuatro trozos, el ajo picado, el perejil atado, un chorro de aceite; se cubre con agua fría y se acerca al fuego, espumándolo cuidadosamente. Roto el hervor se separa a un lado y se deja cocer lentamente, un poco destapadas, procurando que las alubias estén siempre cubiertas de agua para que no suelten la piel. Se añadirá de vez en cuando agua fría en pequeñas cantidades. Debe vigilarse con frecuencia para que el hervor siempre



sea lento y sacudir con frecuencia la cazuela para que no se agarren al fondo. A media cocción se sazonan de azafrán, ligeramente tostado y muy deshecho. Cuando estén cocidas se sazonan de sal, teniendo en cuenta la cantidad de carne salada que llevan. Si al terminar la cocción el caldo hubiera quedado demasiado delgado, se pasan unas pocas por el pasador y se incorpora, dejándolas cocer un poco más. Antes de servir las se dejan reposar a un lado una media hora. En el momento de trasladarlas a la fuente para llevarlas a la mesa se retira el perejil y la cebolla. Se sirven con la carne cortada en trozos.



# Garbanzos en puchero

**6 puñados de garbanzos**

**1/2 kilo de patatas**

**1/2 kilo de carne de pecho o ternilla**

**2 chorizos**

**Un hueso**

**100 grs. de tocino**

**Un trozo de cebolla**

**Una rama de perejil**

**Azafrán**

Se remojan los garbanzos con agua templada y un puñado de sal, la noche anterior.

En un puchero proporcionado a las cantidades se pone la carne, el hueso, el tocino y dos litros de agua fría, aproximadamente. Se acerca al fuego y se va espumando cuidadosamente. Cuando rompe el hervor se añaden los garbanzos, espumándolo nuevamente si fuera necesario, se sazona de sal y se deja cocer para un lado muy despacio pero sin pasar. A media cocción se sazona de azafrán. (Si necesita agua se la añade hirviendo). El chorizo se cuece aparte.

Cuando están cocidos los garbanzos se separa el caldo para la sopa, dejando un poco para cocer las patatas. Se cortarán en cuatro si son grandes y se pondrán

enteras si son medianas. Éstas deben cocer con el vapor, procurando que no se deshagan.

Al caldo se le pone la sopa que se desee. Poca cantidad para que quede caldosa.

Una vez cocidas las patatas se escurre todo el caldo. Se sirve en un larguero con las patatas, la carne y el chorizo cortado en trozos. Los garbanzos se sirven escurriéndoles el caldo.

## **Garbanzos guisados a**

# la asturiana

**6 puñados de garbanzos**

**2 chorizos**

**Una cebolla pequeña**

**Ajo**

**Perejil**

**Berza o repollo**

**Pimentón**

Se ponen en remojo, la noche anterior, los garbanzos en agua templada con un puñado de sal. En una cazuela se pone agua; cuando empieza a hervir, se echan los garbanzos, procurando que no estén caldosos, solamente que los cubra el agua. Cuando rompe el hervor se añaden la sal, se les agrega un refrito con un

poco de cebolla picada, un poco de ajo, perejil y un poco de pimentón. Cuando están cocidos se les añade una cucharada de pan molido y se siguen cociendo un poco más.

La verdura se cuece aparte en agua hirviendo con sal; ya cocida, se escurre y se le añade un refrito de aceite con un ajo.

Se sirven los garbanzos rodeados de la verdura y los chorizos en trozos.

## **Garbanzos con**

# **bacalao**

**6 puñados de garbanzos**

**300 grs. de bacalao**

**Una lata de tomate o kilo del tiempo**

**Un octavo de lata de pimientos**

**Una cebolla**

**Un chorro de vino blanco**

**Aceite**

**Uno o 2 huevos duros**

**Ajo**

**Perejil**

**Laurel**

Puede

agregársele,

si

se

desea,

un

poco



de  
arroz.  
En  
este  
caso  
se  
cocerá  
bastante  
tiempo  
con  
los  
garbanzos  
para  
que  
todo  
quede  
unido.

Se corta el bacalao en trozos y se pone en remojo durante veinticuatro horas, en

abundante agua fría, cambiándole durante este tiempo el agua por lo menos tres veces (siempre fría). Pasado este tiempo se retira del agua y se escama con cuidado para no estropearle la piel, se reboza ligeramente en harina y se fríe en aceite caliente, colocándolo seguidamente en una tartera con la piel hacia arriba. En el aceite de freírlo se fríe la cebolla picada muy menuda; cuando está frita, se le añade el tomate (si es del tiempo, sin piel y cortado en trocitos), se le da unas vueltas removiéndolo bien y se agregan los pimientos picados con su jugo. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un

chorro de vino blanco y se vierte sobre la salsa, se hierve unos minutos (puede o no pasarse por el pasador) y se junta con el bacalao, añadiéndole un poco de agua para que tenga bastante salsa. Se deja cocer lentamente durante media hora. De vez en cuando se sacude la cazuela para que éste no se agarre al fondo. Hay que procurar que la salsa sea abundante, pues ésta tiende a secarse por llevar el bacalao harina (para freírlo); si se secura, se puede añadir un poco de agua. Los garbanzos se ponen a cocer en agua caliente, con sal, media hoja de laurel, un poco de ajo picado y un chorro de aceite (éste se pone para que los garbanzos estén suaves). No se les

pondrá abundante agua, pero sí la suficiente, para que estén siempre cubiertos y no suelten la piel. Se cuecen lentamente hasta que estén tiernos.

Una vez cocidos se agregan al bacalao. Se remueven un poco para mezclarlos, se les quita el laurel y se deja cocer todo lentamente durante media hora más, sacudiendo de vez en cuando la cazuela. Se rectifican de sal. En su punto se retiran del fuego y se dejan reposar antes de servirlos un cuarto de hora por lo menos. Al tiempo de llevarlos a la mesa se colocan en un larguero y se salpican de huevo cocido (picado).

# **Garbanzos con espinaca**

**6 puñados de garbanzos**

**1/2 kilo de espinacas**

**300 grs. de bacalao**

**Una cebolla**

**Una rebanada de pan**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Un poco de laurel**

**Uno o más huevos duros**

Se pone en remojo el bacalao en abundante agua fría durante veinticuatro horas, cambiando ésta por lo menos tres

veces.

En agua caliente se ponen los garbanzos y el bacalao, con sal, un poco de laurel, y se dejan cocer lentamente hasta que estén tiernos, procurando que estén siempre cubiertos de agua para que no suelten la piel.

En la sartén se pone aceite; cuando está caliente, se fríe una rebanada de pan (no muy grande) hasta que esté dorada, sin que se queme; una vez frita se retira y se reserva. A continuación, en el mismo aceite, se fríe un diente de ajo hasta que quede dorado. Frito se retira del aceite y se reserva. En el aceite que quedó se fríe un poco de cebolla muy picada; cuando esté frita, se le añade un pellizco

de pimentón y se agrega a los garbanzos. Se les quitan los tallos a las espinacas, se lavan en agua fresca y se escaldan las hojas enteras en agua hirviendo (cuando ésta hierve a borbotones) unos minutos; a continuación se pasan por agua fría, echándolas en un escurridor (agitándolas para que se enfríen pronto), se pican y se agregan a los garbanzos. En el mortero se machaca la tostada de pan, el ajo frito y una rama de perejil y la yema o yemas del huevo duro, se deslíe con un poco de caldo de cocer los garbanzos y se vierte sobre el conjunto, se rectifica de sal, dejándolo cocer lentamente hasta que esté en su punto, que será cuando está todo cocido y unido, entonces se

retira del fuego y se deja reposar unos minutos antes de servirlo. (Las claras del huevo duro se pueden aprovechar para otro plato).

## **Garbanzos con arroz**

**1/2 kilo de garbanzos**

**Un pocillo**

**Azafrán**

**Ajo**

**Cebolla**

**Perejil**

**Un poco de laurel**

Se pone un puchero al fuego con agua;



cuando está caliente, se agregan los garbanzos, que estarán remojados de la noche anterior, un poco de laurel, un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil (eso se deslíe con un poco de agua), se sazona de sal y se deja cocer lentamente hasta que estén tiernos, procurando que estén siempre cubiertos de caldo para que no suelten la piel.

En la sartén se pone aceite; cuando está caliente, se fríe un ajo y la cebolla finamente picada, se agrega este refrito a los garbanzos y un poco de azafrán ligeramente tostado. Cuando están cocidos se les pone el arroz, dejándolo cocer todo durante veinte minutos,

procurando que esté un poco caldoso. Se deja reposar unos minutos antes de servirlo.

## **Lentejas estofadas**

**1/2 kilo de lentejas**

**Un poco de pimentón**

**Un trozo de cebolla**

**Aceite**

**Una rama de perejil**

**Un diente de ajo**

**Una cucharada de pan molido**

**Laurel**

Una vez escogidas y limpias las lentejas

se dejan unas horas en remojo en agua fría, para que floten las que están vacías; éstas se quitarán con una espumadera. Si fueren de mala calidad, se ponen en remojo durante toda la noche. Una vez escurridas del agua se pasan a una cazuela, se les agrega la cebolla, un trocito de laurel, un diente de ajo picado, una rama de perejil, el aceite en crudo y el pimentón, se cubren de agua fría y se dejan cocer lentamente, agregándoles cada vez que lo necesitan agua fría en pequeñas cantidades; ya cocidas, se sazonan de sal y se les pone la cucharada de pan molido, se dejan cocer nuevamente durante media hora o veinte minutos. Antes de servir las se

dejan reposar.

El pan se les pone con el objeto de que el caldo quede bien espeso, éste les da al mismo tiempo muy buen sabor.

## **Lentejas con chorizo**

Se preparan de la misma manera que las anteriores, añadiéndoles al mismo tiempo que los demás ingredientes unos trozos (puede ser un trozo por persona) de chorizo.

# Lentejas con arroz

**300 grs. de lentejas**

**100 grs. de arroz**

**Un poco de pimentón**

**Aceite / Cebolla / Ajo**

**Perejil / Laurel**

Se preparan las lentejas como las «estofadas». Cuando están tiernas, se sazonan de sal, se les añade el arroz y se dejan hervir durante veinte minutos, procurando que estén en poco caldosas. Pasado el tiempo se dejan en reposo cinco minutos y se sirven. (A estas lentejas no se les añade pan molido).

# **Lentejas con salchichas**

**1/2 kilo de lentejas**

**150 grs. de salchichas coloradas**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**Un trozo de cebolla**

**Una cucharada de pan molido**

**Un poco de laurel**

Se preparan las lentejas como las «estofadas». A media cocción se agregan las salchichas (crudas). Éstas deben ser coloradas, por lo que no es necesario poner pimentón, pues dan

color suficiente, se siguen cociendo lentamente. Una vez cocidas se les añade la cucharada de pan y se sazonan de sal, se dejan cocer nuevamente durante veinte minutos (muy despacio). Se separan, pasado este tiempo, del fuego. Antes de servir las se dejan reposar unos minutos. Se sirven en una fuente con las salchichas, separándoles el laurel, la cebolla y el perejil.

## **Lentejas con patatas**

**300 grs. de lentejas**

**600 grs. de patatas**

**Un poco de laurel**

**Ajo**

**Perejil**

**Un poco de pimentón**

**Aceite**

**Un trozo de cebolla**

Se ponen las lentejas durante unas horas en agua fría para que floten las que están vacías; éstas se sacan con una espumadera. Si fueran de mala calidad, se dejan en remojo durante toda la noche. Se escurren del agua y se pasan a una cazuela, se les añade un poco de laurel, un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, se acercan al fuego y se dejan cocer lentamente. A media cocción se les añaden las patatas



cortadas en cuadros como dados y un refrito de aceite con un ajo y un poco de pimentón, se les agrega el agua necesaria (fría) y se siguen cociendo muy despacio hasta que todo esté tierno, entonces se dejan cocer unos minutos más, se retiran del fuego; dejándolas reposar un poco antes de servir las.

## **Pote asturiano**

**500 grs. de alubias blancas**

**Unas hojas de berza**

**2 morcillas**

**2 chorizos**

**Un trozo de lacón**

**1/2 kilo de carne de cerdo fresca**

**100 grs. de tocino**

**Un diente de ajo**

**1/2 cucharadilla de pimentón**

**1/2 kilo de patatas**

**Un poco de aceite**

Se

puede

suprimir

el

lacón

con

huesos

de

jamón.

También

se

pueden

suprimir

las

alubias,  
en  
ese  
caso  
se  
aumenta  
la  
berza.

Se remoja el lacón durante toda la noche en agua templada, y las alubias en agua fría.

En una cazuela proporcionada a las cantidades se ponen las alubias, las morcillas, los chorizos, la carne fresca, el tocino y el lacón, se cubre de agua fría y se acerca al fuego; cuando rompe el hervor, se espuma, se separan un poco y se dejan cocer lentamente durante una

hora aproximadamente.

Por separado se cuece la verdura, después de lavada, unos minutos en agua hirviendo con sal (ésta estará finamente picada). A continuación se pasa por agua fría, se escurre bien y se junta con las alubias, se remueve para mezclarlo y se añaden las patatas picadas menudas. Si fuera necesario se agrega agua hirviendo, hasta que quede todo cubierto. En una sartén se pone un poco de aceite; cuando está caliente, se fríe un diente de ajo; una vez dorado se estruja con un tenedor para que suelte todo el jugo y se separa. Cuando el aceite está caliente se deshace el pimentón, cuidando de que no se queme (pues éste

se quema con facilidad) y se vierte sobre el conjunto, se sazona de sal (teniendo en cuenta la carne salada). Se deja cocer lentamente hasta que esté bien tierno y unido. No debe estar ni muy caldoso ni muy seco. Antes de servirlo se deja reposar unos minutos. Se sirve en una fuente con la carne cortada en trozos.

## **Gazpacho andaluz**

**Dos dientes de ajo**

**Un pimiento del tiempo**

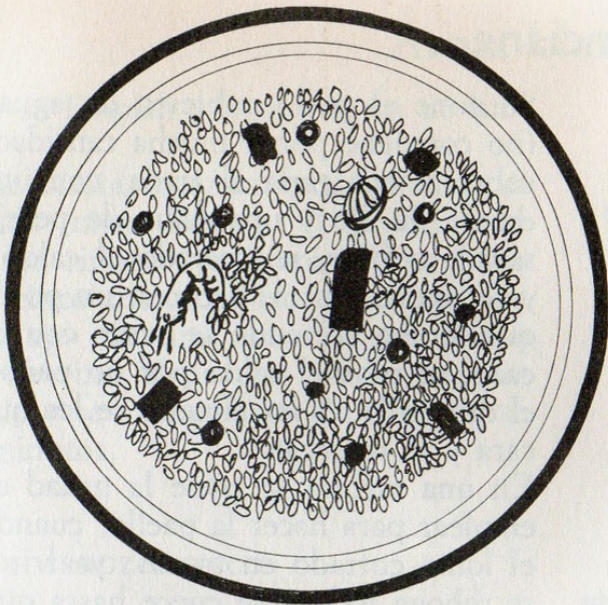
**Un pepino**

**1/4 kilo de tomates**

**Un huevo crudo**

**100 grs. de miga de pan**

Se corta en trozos el tomate (sin piel), el pimiento, el pepino (pelado) y los ajos. Se pone en la batidora con una cucharadita de sal. Se le añade el huevo entero, la miga de pan, un poco de aceite, un buen chorro de vinagre y un poco de agua (para que la batidora lo bata todo hasta que esté todo hecho como una salsa); entonces se pasa a una fuente y se le pone más agua, hasta un litro, se comprueba de sal, se le añade más vinagre (a gusto) y se mete en la nevera unos minutos. Se sirve muy frío.



**ARROZ**

*Dar el punto exacto al arroz es cuestión de experiencia, dependiendo también de la calidad del arroz. El arroz, una vez hecho y reposado, debe quedar con el grano suelto y cocido, pero sin abrir. Para esto debe ponerse la cantidad de agua necesaria, que es el doble de la cantidad de arroz. No obstante, según los ingredientes que lleve (jamón, carne de cerdo, pollo o carne de ternera), habrá de ponerse más agua; en cambio, se pondrá algo*



*menos cuando lleve pescado o verduras, que aportan su cantidad de agua al cocer.*

*Para que el arroz quede desgranado y en su punto, bastará con echarle, en el momento de empezar a hervir, unas gotas de limón; de esta manera, los granos quedan sueltos, aunque sea en un arroz caldoso.*

*Para hacer el arroz se emplea una paellera, que es de hierro, amplia, no muy honda, con dos asas, pero resulta tan bueno si se guisa en una tartera de porcelana*

*(de esmalte nuevo) ya no se tocará más, hasta media cocción, que se remueve un poco. Roto el hervor se cuece durante quince minutos, al principio más fuerte, disminuyendo el calor a medida que va consumiendo el líquido, procurando que hierva igual por el centro que alrededor.*

*Cuando ha consumido todo el líquido se separa más del calor y se tapa durante cinco minutos. Se deja reposar cinco minutos antes de servirlo.*

# **Paella a la valenciana**

**6 pocillos de arroz**

**Un pollo pequeño**

**250 grs. de carne de cerdo (lomo)**

**250 grs. de salchichas blancas**

**Una lata de guisantes**

**1/4 kilo de calamares pequeños**

**1/4 kilo de almejas**

**6 piezas de langostinos o gambas**

**1/4 kilo de congrio**

**Una cucharada de tomate**

**1/4 lata de pimientos**

**Sal**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Azafrán**

El

arroz

admite

cuantos

ingredientes

se

quieran

poner;

pueden

también

suprimirse

lo

que

no

guste

o

convenga.

El

pollo

se  
cuece  
para  
poder  
ponerlo  
en  
el  
arroz  
sin  
el  
hueso.  
Se  
puede  
poner  
si  
se  
quiere,  
cortado  
en  
trozos  
con

el  
hueso  
y  
guisado  
con  
los  
demás  
ingredientes.  
Algunas  
marcas  
de  
arroz  
necesitan  
más  
cantidad  
de  
agua.

Se pone el pollo cubierto de agua fría en una cacerola (no conviene poner mucha

cantidad de agua para que no sobre al agregarla al arroz) con un trozo de cebolla, un diente de ajo y una rama de perejil. Una vez cocido se saca a enfriar, reservando el caldo. Se lavan las almejas y se ponen en un cazo con un pocillo de agua; a medida que se van abriendo se pasan con una espumadera a otro cazo, se pasa el caldo por un paño fino y se mezcla con el del pollo. A las almejas se les quita la mitad de la cáscara y se reservan.

En una tartera se pone la mitad del aceite que se va a emplear para hacer la paella; cuando está caliente, se fríe el lomo cortado en trozos; ya frito se agrega el tomate, se rehoga todo y se

cuece hasta que esté tierno; a continuación se añaden las salchichas, el congrio cortado en trozos, los calamares limpios y en trozos (sin tintan), los langostinos, las almejas y el pollo cortado en trozos y quitado el hueso del caparazón, se sazona de sal y se deja cocer todo durante un cuarto de hora.

El caldo de cocer el pollo se mide añadiendo más agua si fuera necesario hasta conseguir el doble de pocillos de arroz más uno (trece), se sazona de azafrán, se le añade ajo y perejil machacado en el mortero y se pone a hervir unos minutos.

En una paellera o tartera amplía se pone la otra mitad del aceite; cuando está



caliente, se rehoga el arroz (a fuego vivo) removiéndolo con una cuchara de madera para que no se tueste. Estará en su punto cuando al moverlo haga ruido como si fuera arena. Entonces te agrega toda la fritada, los guisantes, los pimientos picados con todo su jugo, se le da a todo unas vueltas y se vierte el caldo hirviendo, y colocado se rectifica de sal y se coloca la paellera o tartera en el centro de la chapa, removiéndolo hasta que empiece a hervir. Roto el hervor se le agregan unas gotas de limón y se deja cocer sin tocarlo quince minutos, disminuyendo el calor a medida que va consumiendo el líquido. A media cocción se remueve con una cuchara de

madera para mezclar el arroz con los tropiezos, para que éstos no queden en la superficie. Pasado ese tiempo se separa más del calor y se cuece tapado cinco minutos más. Pasados éstos se saca y se deja reposar destapado cinco minutos antes de servirlo, Se sirve en la misma paellera o en un larguero adornado con pimientos.



# **Arroz blanco con riñones**

**6 pocillos de arroz**

**1/2 kilo de riñones**

**Una cebolla pequeña**

**Una cucharadita de pan molido**

**Un octavo de lata de pimientos**

**Una hoja de laurel**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Limón**

**Vino blanco**

Se pican los riñones y se limpian (véase manera de limpiarlos).

En una sartén se pone aceite; cuando está caliente, se echa la cebolla picada muy fina y el laurel; una vez frita, se agregan los riñones ya limpios y se fríen a fuego vivo durante cinco minutos. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un chorro de vino blanco, se añade una cucharadita de pan molido y se vierte sobre los riñones; se deja cocer otros tres minutos.

## MODO DE PREPARAR EL ARROZ BLANCO

En una tartera con aceite se fríe un

diente de ajo; cuando está frito se separa y se rehoga el arroz con un trocito de laurel, removiéndolo con una cuchara para que no se tueste. Una vez rehogado se añaden el doble de pocillos de agua de los que se han puesto de arroz. Se remueve hasta que empiece a hervir. Roto el hervor se agregan unas gotas de limón, se sazona de sal y se deja cocer a fuego vivo durante quince minutos sin tocarlo, disminuyéndole el calor a medida que vaya consumiendo el líquido. Pasados éstos, se separa más del calor y se tapa cinco minutos, al cabo de los cuales se separa a un lado y se deja destapado reposar diez minutos. Seguidamente se coloca en un molde de

rosca. De no disponer de él se engrasa con aceite un tazón de bola y se coloca éste en el centro de una fuente redonda. Alrededor de ésta se pone el arroz alisándolo con una espumadera y dándole buena forma. Cuando está todo colocado se saca la taza tirando de ella hacia arriba. En el hueco se colocan los riñones. Se adorna el arroz con unos pimientos cortados en tiras. Si se pone en molde de rosca, éste se engrasa, se alisa el arroz con una espumadera y se vuelca sobre una fuente. Se adorna de la misma manera.





# **Arroz blanco con verduras**

**4 pocillos de arroz**

**1/4 kilo de repollo blanco**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/4 kilo de guisantes desgranados o  
una lata**

**6 alcachofas frescas o una lata**

**1/4 kilo de coliflor**

**Un kilo de tomates**

**2 huevos**

**Un diente de ajo**

**1/2 hoja de laurel**

## **Aceite**

De  
no  
disponer  
de  
molde  
redondo,  
colocar  
el  
arroz  
en  
una  
tartera  
engrasada  
con  
aceite.

Se pican todas las verduras muy menudas y se ponen a cocer destapadas en agua hirviendo con sal; una vez

cocidas se ponen en el escurridor y se pasan por agua fría y se reservan. Los guisantes si son del tiempo se ponen a cocer junto con las demás verduras, si son de lata se escurren y se reservan.

Se prepara un arroz blanco como el anterior; cuando está en su punto, se aparta y se deja reposar diez minutos. Con el tomate se prepara una salsa; cuando está bien espesa, se pasa por el pasador y se reserva.

En una sartén grande se pone a calentar un poco de aceite, cuando está caliente se rehogan todas las verduras bien escurridas y se les agregan dos huevos batidos, removiéndolas para que el huevo quede bien repartido. Se engrasa

con un poco de aceite (frito) un molde redondo, se escurre bien el aceite sobrante y se coloca una capa de arroz, aplastándola con una espumadera, a continuación, otra de verduras, igualándola con un tenedor; seguidamente otra de arroz y nuevamente otra de verduras, terminando con una de arroz; se alisa bien con una espumadera y con esta misma se prensa un poco. Se pasa un cuchillo alrededor del arroz para despegar los bordes del molde y se le da vuelta a una fuente.

Se limpian y cuecen las alcachofas (véase manera de limpiarlas y cocerlas); una vez cocidas, cuando están frías, se rehogan en un poco de aceite. Si fueran

de lata se escurren y se rehogan igual que las anteriores. De una u otra manera se colocan sobre el arroz (una vez rehogadas), una en el centro y las demás alrededor. Cubriendo el borde de la fuente, alrededor del arroz se pone la salsa de tomate. El resto se sirve en salsera.

## **Arroz a la jardinera**

**6 pocillos de arroz**

**Una lata pequeña de guisantes**

**6 huevos**

**3/4 kilo de tomates**

**Un pimiento de lata**

**6 rodajas de chorizo (buena calidad)**

**1/2 hoja de laurel**

**Un diente de ajo**

Se prepara un arroz blanco como se ha explicado; a los cinco minutos de cocción se añaden los guisantes (reservando una cucharada), se remueve el arroz, para que los guisantes queden bien repartidos; cuando está en su punto se deja reposar diez minutos.

Con el tomate se prepara una salsa, cuando está espesa se pasa por el pasador y se reserva.

Una vez reposado el arroz, se engrasa, con un poco de aceite (frito), un molde redondo, escurriendo el aceite sobrante;

en el fondo de ésta se colocan las rodajas de chorizo, fritas en un poco de aceite (después de quitarle la piel). Éstas se colocan haciendo círculo. En el centro se ponen los guisantes que se reservaron y entre los guisantes y el chorizo tiras de pimiento. Sobre este fondo se va colocando el arroz cuidadosamente para no estropear el adorno; una vez todo colocado, se aplasta bien con una espumadera, se despegan los bordes con un cuchillo pasándolo por todo alrededor y se vuelca sobre una fuente. Se escalfan los seis huevos (véase manera de escalfarlos). Éstos se colocan sobre el borde de la fuente alrededor del arroz y

se cubren con salsa de tomate. El resto se sirve en salsera.

Los huevos pueden ponerse fritos.

# **Arroz blanco con calamares**

**6 pocillos de arroz**

**Un kilo de calamares**

**3 cucharadas de cebolla picada**

**Un chorro de vino blanco**

**1/2 hoja de laurel**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**



Se limpian los calamares y se ponen en su tinta (véase fórmula).

Se prepara un arroz blanco, como se ha explicado; cuando está en su punto se deja reposar diez minutos. Una vez preparado el arroz y los calamares (éstos han de estar muy tiernos) se moldea el arroz y a un lado se colocan los calamares o se sirve, amontonando el arroz, a ambos lados los calamares. También puede moldearse el arroz en un molde de rosca y en el centro colocar los calamares. (Esto va a gusto de cada uno).

# **Arroz blanco con bonito**

**6 pocillos de arroz**

**Una lata de bonito o 1/4 kilo fresco**

**Una lata de tomates**

**Un octavo de lata de pimientos**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se fríe la cebolla picada muy fina, un diente de ajo, picado y una rama de perejil; cuando la cebolla está pasada se agrega el tomate aplastado, se deja freír

unos minutos y se añade el bonito deshecho (si fuera fresco se fríe y una vez frito se deshace agregándolo al tomate). A continuación se pone un pimiento picado, se sazona de sal y se deja cocer todo junto durante un cuarto de hora. Se prepara un arroz blanco como se ha explicado; una vez en su punto se deja reposar diez minutos. A continuación se moldea en un molde de rosca (véase arroz blanco con riñones para moldearlo). En el hueco se coloca el bonito con su salsa. Se adorna el arroz con tiras de pimientos.

# **Arroz blanco a la española**

**6 pocillos de arroz**

**1/2 kilo de carne para guisar**

**1/2 lata de tomates**

**2 huevos**

**Un pimiento de lata**

**Un chorro de vino blanco**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se corta la carne en trozos, se sazona y se deja reposar un cuarto de hora. En una tartera se pone aceite; cuando está

bien caliente se rehoga la carne sazonada de sal hasta dejarla dorada, entonces se le añade la cebolla picada, el tomate, el pimiento picado y un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil desleído con el vino blanco, se tapa y se deja cocer hasta que esté tierna.

Se prepara un arroz blanco como se ha explicado, una vez en tu punto, se separa a una lado y se deja reposar diez minutos.

Cuando la carne está tierna se separa de la salsa (ésta puede o no pasarse por el pasador). La carne se vuelve a picar (sobre la tabla) muy menuda, a continuación se junta con la salsa y se

mezcla bien.

En una fuente (mejor redonda) que resista al horno se coloca una capa de arroz, alisándolo bien; sobre el arroz, otra capa con la carne y su salsa (se le escurre la grasa), se extiende bien y se cubre con otra capa de arroz, alisándolo con una espumadera.

Se baten las dos claras a punto de nieve; cuando están bien subidas se añaden las dos yemas, se sigue haciendo hasta mezclarlo bien y se cubre con el batido; el arroz se mete al horno hasta que se dore. Se sirve en la misma fuente.

# **Arroz blanco con mahonesa**

**6 pocillos de arroz**

**Una lata da bonito**

**Un tarro de mahonesa**

**2 huevos cocidos**

**Aceite / Vinagre**

**1/2 hoja de laurel**

**1/2 limón**

Se prepara un arroz blanco como se ha explicado; una vez en su punto se separa a un lado y se deja reposar diez minutos. A continuación se deja enfriar. Ya frío se le añade la lata de bonito deshecho, se mezcla con el arroz y se le pone un poco de aceite y vinagre, se moldea en una

fuelle (a gusto de cada uno) y se cubre con mahonesa. Se sirve salpicado de huevo cocido.

## **Arroz con bacalao**

**6 pocillos de arroz**

**1/4 kilo de tomates**

**1/2 cebolla**

**Aceite**

**Azafrán**

**1/4 kilo de bacalao**

**Media lata de pimientos o uno del tiempo**

**Sal**

**2 dientes de ajo**

**Un poco de pimentón**



## **Perejil**

### **Un trozo de laurel**

Se pone en remojo el bacalao durante veinticuatro horas, cambiándole el agua, que estará siempre fría, tres veces por lo menos. Pasado el tiempo se retira del agua, se le quita la piel y espinas, se desmenuza y se reserva.

En una cazuela con aceite caliente se pone a freír un poco de cebolla picada muy menuda y el pimiento cortado en tiras (si fuera del tiempo). Cuando la cebolla está frita se añade el tomate, sin piel y cortado en trozos y el laurel; se deja cocer despacio hasta que la salsa esté bien hecha. Entonces se agrega el

bacalao y un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, desleído con un poco de agua; los pimientos, sí son de lata, y un poco de pimentón, se deja cocer todo durante unos minutos. Pasados éstos se agrega el agua suficiente hasta completar la medida necesaria para el arroz (doble cantidad), se sazona de sal y azafrán y se deja que rompa el hervor. Inmediatamente se echa el arroz, se sazona de sal, se remueve hasta que empiece a hervir, entonces se deja cocer sin tocarlo quince minutos, agregándole unas gotas de limón y disminuyéndole el calor a medida que va consumiendo el líquido. Pasados éstos se separa un poco

y se tapa, dejándolo cocer otros cinco minutos, al cabo de los cuales se separa completamente y se deja reposar destapado durante diez minutos. Se sirve en una fuente adornado de pimientos.

## **Arroz colorado**

**6 pocillos de arroz**

**1/2 kilo de lomo de cerdo**

**Una lata pequeña de tomate concentrado**

**• tomates del tiempo que estén bastante maduros**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Un poco de pimentón**

**Sal**

Se corta en trozos la carne y se sazona con ajo, dejándola reposar unos minutos; a continuación se pone en una tartera aceite; cuando está caliente se añade la carne, se rehoga hasta que esté dorada, entonces se añade el tomate y perejil muy menudo, se sazona de sal y un poco de pimentón y se deja cocer lentamente hasta que esté tierna. En una cazuela de barro o paellera se pone un poco de aceite; cuando está caliente se fríe un ajo hasta que se dore; ya dorado, se saca y se rehoga el arroz, removiéndolo con cuchara de madera para que no se tueste.

Una vez rehogado se le añade la carne de la cazuela, se le da unas vueltas para que la carne quede repartida por igual y se colocan encima del arroz los tomates cortados en rodajas (deben estar bien maduros) y sin piel (ésta se les quitará después de cortadas las rodajas). En un cazo se tienen trece pocillos de agua hirviendo; ésta se vierte sobre el arroz, procurando que las rodajas de tomate queden en la superficie, se rectifica de sal y se coloca la cazuela en el centro de la chapa sin tocar el arroz, para que empiece a hervir cuanto antes. Roto el hervor se le agregan unas gotas de limón y se deja cocer quince minutos, disminuyéndole el calor a medida que

va consumiéndose el líquido; pasados éstos se mete al horno durante cinco minutos, transcurridos, se saca y se deja reposar diez minutos antes de servirlo. Se sirve en la misma cazuela o paellera.

## **Arroz con salchichas**

**6 pocillos de arroz**

**1/4 kilo de salchichas coloradas**

**Una lata pequeña de tomate**

**Aceite**

**Una pastilla de caldo**

**Un poco de azafrán**

**Ajo**

**Perejil**

## Sal

En una tartera se pone aceite; cuando está caliente se rehogan un poco las salchichas; seguidamente se añade el tomate, se le da unas vueltas y se agrega el arroz rehogándolo todo junto.

En un cazo se ponen trece pocillos de agua, se le añade un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil y la pastilla de caldo, se deslíe todo con un poco de agua y se deja hervir; cuando está hirviendo se vierte sobre el arroz, se sazona de sal, se remueve hasta que empieza a hervir. Roto el hervor se le añaden unas gotas de limón, dejándolo cocer durante

quince minutos a fuego vivo, disminuyéndole el calor a medida que va consumiendo el líquido; pasados los quince minutos se aparta un poco y se deja cocer tapado otros cinco minutos; seguidamente se separa a un lado y se deja reposar destapado cinco minutos antes de servirlo.

## **Arroz con pollo**

**Un pollo pequeño**

**6 pocillos de arroz**

**Una cucharada de cebolla picada**

**Azafrán**



**Aceite**

**2 dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**Una lata de guisantes**

**Sal**

En una cazuela se pone el aceite; cuando está bien caliente se pone el pollo cortado en trozos pequeños, se dora bien y se agrega la cebolla muy menuda, el ajo y el perejil menudísimo, rehogándolo durante unos minutos; sin dejar de removerlo, se le pone un pocillo de agua, se sazona de sal y se deja cocer durante una media hora; pasada ésta se comprueba si el pollo está tierno. En una tartera se pone un poco de aceite; cuando está caliente se

rehoga el arroz removiéndolo con una cuchara de madera para que no se tueste. Una vez rehogado se le agrega el pollo, se remueve un poco y se le agregan los guisantes.

En un cazo se ponen trece pocillos de agua, cuando está hirviendo se vierte sobre el arroz, se rectifica de sal y se le pone el azafrán, removiéndolo hasta que empieza a hervir, entonces se ponen unas gotas de limón y se cuece como el anterior. Se sirve en una fuente adornado con tiras de pimientos.

# **Arroz con tropiezos (paella)**

**6 pocillos de arroz**

**1/4 kilo de carne de ternera**

**1/4 kilo de carne de cerdo**

**1/4 kilo de salchichas blancas**

**1/4 kilo da almejas**

**1/4 kilo de gambas**

**Uno o más menudos de pollo o 1/4 Kg.  
de pollo**

**Un octavo de lata da pimientos**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

## **Azafrán**

### **Sal**

Se pone en trozos la carne, se sazona con ajo y se deja reposar unos minutos. En una tartera se pone aceite, cuando está caliente se rehoga la carne, hasta dejarla dorada, a continuación se pone el pollo, un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil y desleído en un poco de agua, se deja cocer tapado hasta que la carne está tierna, entonces se añaden las salchichas y los pimientos picados, cociéndolo nuevamente durante unos minutos. Se sazona de sal. Las almejas se lavan y se ponen en una cazuela con un poco de

agua al fuego, a medida que se van abriendo se sacan con una espumadera a otra cazuela, se reserva el agua. A éstas se les quita media cáscara y se agregan a la carne.

En una tartera o paellera se pone un poco de aceite, cuando está caliente se rehoga el arroz, removiéndolo continuamente con una cuchara de madera para que no se tueste. Se pone agua a hervir con azafrán, a la que se le añade el caldo de las almejas (debido a la cantidad de carne que lleva se pondrán catorce pocillos). La manera de cocerlo y la terminación (véase paella valenciana). Encima se ponen las gambas lavadas. Se sirve en la misma

paellera y volcado en un larguero, con unas tiras de pimientos.

## **Arroz con almejas**

**6 pocillos de arroz**

**1/4 kilo de almejas**

**Una cabeza de merluza**

**Una rama grande de perejil**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Azafrán**

**Ajo**

**Sal**

Con la cabeza de merluza, un trozo de

cebolla, un diente de ajo y un poco de perejil se prepara un caldo, dejándolo hervir durante hora y media.

Las almejas se ponen después de lavadas en un cazo con un pocillo de agua al fuego; a medida que se van abriendo se van echando a otra cazuela, el agua se reserva.

En una tartera se pone aceite, cuando está caliente se agregan las almejas, quitándoles media cáscara (pueden ponerse también con toda la cáscara), se machaca un diente de ajo en el mortero con una buena rama de perejil, se deslíe con un poco de agua y se vierte sobre las almejas.

El caldo de cocer la merluza se cuele y

se agrega a las almejas poniendo más agua si fuera necesario (el doble que de arroz), cuando rompe a hervir se añade el arroz y la carne de cabeza de merluza, se remueve hasta que rompe de nuevo el hervor, se sazona de sal y azafrán, echan unas gotas de limón y se deja cocer a fuego vivo durante quince minutos, disminuyéndole el calor a medida que va consumiendo el líquido, pasados éstos se separa a un lado y se deja reposar destapado durante cinco minutos, antes de servirlo.



# **Arroz a la marinera**

**6 pocillos de arroz**

**1/4 kilo de gambas**

**1/4 kilo de cigalas**

**1/4 kilo de langostinos**

**1/4 kilo de almejas**

**Aceite**

**1/2 kilo de calamares**

**1/4 kilo de rape**

**1/4 kilo de congrio**

**Una o dos cabezas de merluza**

**Ajo**

**Perejil**

**Azafrán**

**Cebolla**

## Sal

Este  
arroz  
admite  
toda  
clase  
de  
mariscos  
y  
pescados.

Con la cabeza de merluza, aceite, un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil y agua fría se prepara un caldo que se deja hervir durante hora y media.

Las almejas, después de lavadas, se ponen en un cazo con un pocillo de agua al fuego, a medida que se van abriendo

se pasan con una espumadera a otro cazo, reservándolas, reservando también el caldo de éstas. (Se pasa por un paño fino).

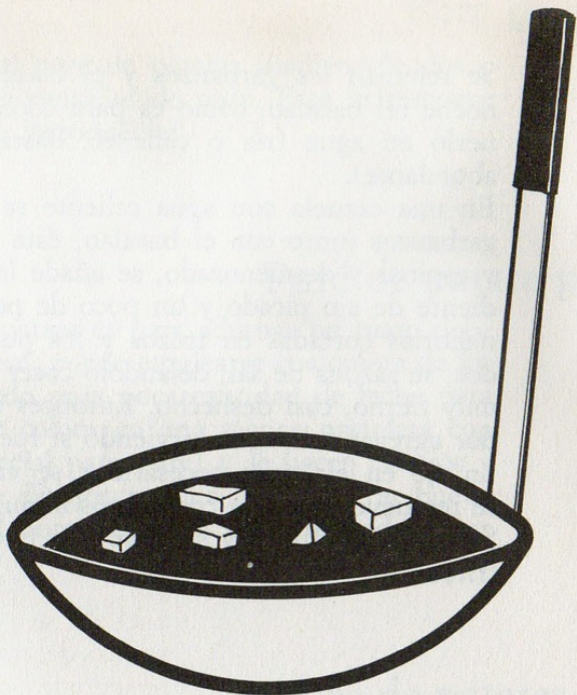
En una tartera amplia o paellera se pone el aceite, cuando está caliente se fríe un poco de ajo muy picado, antes de que se dore se añade el congrio cortado en trozos y sin espinas, el rape, en trozos. las gambas, las cigalas, los langostinos (todo esto lavado), los calamares limpios y picados en trozos (sin tinta), las almejas, desprovistas de la mitad de la cáscara, se rehoga todo y se añade un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil desleído con un poto de agua, se deja cocer todo durante

unos minutos.

Hecho el caldo de cocer la cabeza de merluza, secuela, se le agrega el caldo de las almejas y agua hasta conseguir doble cantidad que de arroz menos un pocillo (o sea once). Éste se agrega a los pescados, se sazona de sal y azafrán y se deja hervir. Roto el hervor se echa el arroz removiéndolo hasta que vuelve a hervir, entonces se le agregan unas gotas de limón, se cuece a fuego vivo durante quince minutos, disminuyendo el calor a medida que consume el líquido. A media cocción se remueve un poco para que los ingredientes queden repartidos por el arroz. Pasado ese tiempo se separa un poco y se deja

cocer tapado otros cinco minutos. Seguidamente se aparta a un lado y se deja reposar cinco minutos destapado antes de servirlo. Se sirve en la paellera o volcado en un larguero.





**PURES**

*Con cualquier clase de legumbres puede prepararse un puré, basta con cocer las legumbres; cuando están bien cocidas se sazonan de sal y se pasan por el pasapuré, agregando agua hirviendo si fuera necesario. Se les echa un refrito de aceite o mantequilla y se dejan cocer un poco más, lentamente.*

*Para poner el puré más sabroso puede añadirse, al cocer, un poco de ajo y perejil picado. También se puede agregar un cubito de caldo, disuelto en un poco de*



*agua. Al tiempo de servirlos  
se pueden poner unos  
cuadritos de pan fritos.  
De igual modo, se puede  
preparar un puré con  
cualquier clase de resto de  
cocido o potaje, añadiendo  
unas patatas cocidas para  
aumentar; se sazona  
nuevamente y se deja hervir  
un rato lentamente, después  
de pasado por el pasador.*

# Puré de Cuaresma

**1/4 kilo de garbanzos**

**6 puerros**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**1/4 kilo de patatas**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/4 kilo de bacalao**

**Sal**

Se remojan los garbanzos y el bacalao durante toda la noche (el bacalao, como es para cocerlo, no importa ponerlo en

agua fría o caliente, basta con que ésta sea abundante).

En una cazuela con agua caliente se ponen a cocer los garbanzos junto con el bacalao, éste desprovisto de piel y espinas y desmenuzado, se añade la cebolla picada, un diente de ajo picado y un poco de perejil picado, las zanahorias cortadas en trozos y los puerros también picados, se sazona de sal, dejándolo cocer hasta que esté todo muy tierno, casi deshecho. Entonces se pasa por el pasador agregándole agua hirviendo si fuera necesario, se fríe un ajo en el aceite necesario y se vierte sobre el puré, se remueve y se deja cocer unos minutos más lentamente. Se

retira del fuego y se sirve con unos cuadritos de pan fritos.

## **Puré de patata**

**Un kilo de patatas**

**Aceite o mantequilla**

**Ajo**

**Sal**

Se pelan las patatas, se ponen a cocer con agua y sal, cuando están cocidas se pasan calientes por el pasador, agregando agua hirviendo si fuera necesario. En aceite o mantequilla se

fríe ajo, cuando está frito se separa y se añade el refrito al puré (puede ponerse al cocer las patatas si se quiere un ajo picadito).

Una vez pasado el puré se deja hervir unos minutos lentamente.

## **Puré de patata (otra fórmula)**

**Un kilo de patatas**

**100 grs. de mantequilla**

**1/2 litro de leche**

**Sal**

Se pelan la patatas, se cortan en trozos y se ponen a cocer en agua y sal. Una vez cocidas se escurren y se ponen a secar las patatas en el horno o encima de la chapa unos minutos cuidando de que no se quemem. Bien secas se pasan por el pasador (las patatas deben pasarse en poca cantidad y muy calientes, pues si se enfrían se ligan y no pasan). Se añade la leche hirviendo (se echa poco a poco), trabajándolo hasta poner fino y ligero. (Si se quiere muy espeso no se pone toda la leche, ésta se pondrá a gusto, según se desee más o menos espeso). Por último se agrega la mantequilla, se mezcla perfectamente y se sirve.

# **Puré de patata duquesa**

Se prepara el mismo puré de patata, añadiéndole dos o más yemas, según la cantidad de puré. Éste se remueve hasta que estén bien introducidas.

## **Puré de patata para**

# guarnición

Cuando el puré de patata es para adornar un plato debe prepararse muy espeso, puede emplearse cualquiera de los dos últimos, poniendo muy poca cantidad de leche para poder moldearlo, se coloca en una manga pastelera con boquilla ancha (especial para puré) y se hacen dibujos y cenefas. Hechos los dibujos pueden pintarse con huevo batido y meterlo al horno durante unos segundos para que se dore.



# **Puré de patata con salchichas**

**1/4 kilo de salchichas coloradas**

**Un vaso de vino blanco**

**Un kilo de patatas**

**3 cucharadas de leche**

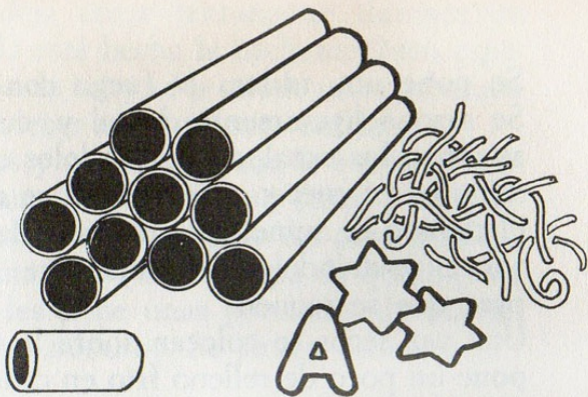
**Una cucharada de mantequilla**

**Sal**

Se pinchan las salchichas, se colocan en una fuente refractaria y se les añade el vino blanco, se meten al horno hasta que empiecen a dorarse.

Se cuecen las patatas, con agua, sazonadas de sal, una vez cocidas se escurren y calientes se pasan por el pasador, se pone el puré en una tartera y se le agrega la grasa de las salchichas, la mantequilla y la leche. Se puede aumentar la cantidad de leche si espesara demasiado, se remueve y se hierve unos minutos.

Se coloca el puré en una fuente y se ponen encima todas las salchichas. Se mete unos minutos al horno.



**PASTAS**

# Canalones

**Relleno para un paquete:**

**200 grs. de ternera picada**

**50 grs. de jamón (puede suprimirse)**

**Una cebolla pequeña**

**Un huevo**

**Un diente de ajo**

**1/2 kilo de tomates para la salsa**

**Queso rallado**

**Un vaso de vino blanco**

**Una cucharada de pan molido sin  
tostar**

**Una cucharadilla de mantequilla / Sal**

**Se pone una tartera al fuego con**

abundante agua fría. Se sazona ligeramente de sal y, cuando rompe a hervir, se echan los canalones, dejándolos cocer de doce a quince minutos (si cuecen más tiempo, se rompen). Transcurrido el tiempo se sumergen en agua fría durante pocos minutos, extendiéndolos, seguidamente, sobre un trapo limpio para que se sequen.

Una vez secos se colocan sobre la tabla o el mármol, se pone un poco de relleno frío en cada uno, se arrollan y se sujetan con un palillo.

En una sartén se pone a calentar un poco de aceite, en éste se fríe la cebolla picada menudísima, cuando está frita se

agrega la ternera que está sazonada de ajo y perejil machacado y el jamón (éste puede suprimirse y si se pone debe picarse en la máquina con la carne). Se rehoga todo; se agrega el vino blanco y se sazona de sal dejándolo cocer todo suavemente hasta que se haya consumido el vino. Entonces se añade el pan molido y el huevo un poco batido. Se deja enfriar, se rellenan los canalones como se ha explicado, se colocan en una fuente refractaria uno al lado de otro, se cubren con una salsa de tomate, se espolvorean con queso rallado (éste puede suprimirse si no gusta) y se colocan por encima porciones pequeñas de mantequilla. Se meten en el horno a

gratinar (el gratinado debe ser en breves minutos para que no se seque lo de dentro). Se sirven calientes.

# Canalones a la italiana

**Relleno para un paquete:**

**200 grs. de jamón**

**Una cucharada de mantequilla**

**1/2 kilo de tomates o el equivalente en lata**

**2 zanahorias grandes**

**1/2 vaso de vino blanco**

**1/4 litro de leche**

**Una cucharada de harina**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Queso rallado**

**Sal**

Se pone un poco de aceite al fuego y cuando está caliente se agrega la cebolla picada y la zanahoria. Bien rehogado se añade el tomate picado, un diente de ajo y una rama de perejil machacado en el mortero, y medio litro de agua, se sazona de sal, se deja cocer suavemente durante hora y media, añadiendo agua caliente, cada vez que haya consumido el líquido, para evitar que se agarre. Pasado el tiempo, cuando ya está todo bien cocido, se pasa por el pasador.



Debe quedar una salsa espesa (como litro), se le agrega el vino blanco y se pone a hervir de nuevo durante cinco minutos, reservándolo. En una cazuela pequeña se pone la mantequilla y se rehoga en ella el jamón picado, menudísimo, se agrega la harina, y se rehoga, añadiéndole seguidamente la leche hirviendo, se revuelve rápidamente con las varillas para que no se hagan grumos y se deja cocer lentamente durante un cuarto de hora. Cuando está hecha la bechamel bien espesa y fina, se comprueba de sal y se le añade una cucharada de queso rallado y se vierte en plato para enfriar.

Se cuecen los canalones y se rellenan

con la bechamel como se ha explicado, cuando estén secos y fríos, y se colocan en una fuente refractaria uno al lado del otro, poniéndoles la salsa por encima y una buena capa de queso (éste puede suprimirse), se les pone unas porciones de mantequilla y se gratinan tres minutos. Se sirven calientes.

## **Canalones de vigilia**

**Relleno para un paquete de canalones:**

**1/2 kilo de merluza (congelada)**

**Una lata grande de tomate (o el equivalente del tiempo)**

**2 cucharadas de harina**

**Ajo**

**Perejil**

**Queso rallado**

**Una cebolla**

**2 cucharadas de mantequilla**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Un huevo**

**Aceite**

**Sal**

Se pone en una cazuela al fuego con tres cuartos de litro de agua aproximadamente con la cebolla cortada en trozos, un diente de ajo, una rama de perejil y el vino blanco, cuando rompe a hervir se echa la merluza (descongelada como se ha explicado), se sazona de sal y se deja cocer destapado lentamente

durante un cuarto de hora. Pasado el tiempo se saca el pescado y se cuele el caldo (éste se reserva). En una tartera se pone una cucharada grande de mantequilla, se derrite y se echa la harina, se rehoga un minuto, se agrega el caldo de cocer el pescado, removiéndolo mucho con las varillas para que no se formen grumos, se le añade dos cucharadas de tomate hechas puré, se sazona de sal dejándolo cocer lentamente durante un cuarto de hora, pasado este tiempo se le agrega la merluza desmenuzada y picada finamente en la tabla y una yema de huevo. Si resultara blando el relleno se puede poner un poco de miga de pan

empapada en leche y estrujada, se rectifican de sal y se añade media cucharada de queso rallado (éste puede suprimirse), se vierte en un plato y se deja enfriar. Se cuecen los canalones como se ha explicado, cuando están fríos y secos se rellenan igual que los anteriores y se colocan en una fuente refractaria uno al lado del otro. Se prepara una buena salsa de tomate y se les echa por encima espolvoreándolos con queso rallado (éste puede suprimirse), se colocan unas pequeñas porciones de mantequilla y se meten unos minutos al horno a gratinar. Se sirven calientes.

# **Fideos a la cazuela**

**300 grs. de fideos gordos**

**150 grs. de salchichas**

**1/2 kilo de costilla de cerdo**

**Una pastilla de caldo**

**1/2 lata de tomate**

**2 dientes de ajo**

**Queso rallado**

**1/2 cucharadita de pimentón**

**Una cebolla**

**5 almendras tostadas**

**Un poco de azafrán**

**Aceite**

**Sal**

En una cazuela de barro limpia (de no

disponer de ésta en una tartera) se pone el aceite, cuando está caliente se añaden las costillas cortadas en trozos pequeños, se rehogan un poco y se añade la cebolla muy picada y el ajo menudísimo, se rehoga todo bien y se añade el pimentón, el tomate machacado, las salchichas cortadas en dos y dos litros de agua, se sazona de sal y se deja cocer hasta que las costillas estén tiernas (aproximadamente media hora). Entonces se agregan los fideos partidos y una pastilla de caldo disuelta en agua hirviendo, a continuación se machacan en el mortero las almendras y el azafrán, se deslíá con un poco de agua y se añade poniendo

más agua si fuera necesario. Se deja cocer todo unos diez minutos más. Pasados éstos se retiran a un lado y se dejan reposar sin hervir, pues los fideos han de quedar sueltos y con un poco de caldo para que estén jugosos, se sirven en la misma cazuela.

## **Fideos con almejas**

**300 grs. de fideos gordos**

**1/2 kilo de almejas**

**3 tomates regulares**

**1/2 cucharadita de pimentón**

**Una cebolla**

**Aceite**



**Ajo**  
**Perejil**  
**Sal**

Se pone en una tartera aceite, cuando está caliente se echa la cebolla picada muy menuda, ya frita se le pone el tomate pelado y picado, se añade el pimentón, se deja freír un poco y se le agregan dos litros de agua, aproximadamente. Se deja hervir y se añade un diente de ajo machacado en el mortero, una rama de perejil, desleído con un poco de agua y las almejas bien lavadas. Se cuece todo durante un cuarto de hora y se echan los fideos partidos, se sazona de sal y se dejan cocer unos cinco o seis minutos, pasados éstos se

apartan a un lado para que reposen sin hervir. Deben quedar sueltos y con un poco de caldo para que resulten jugosos.

# **Macarrones a la italiana**

**500 grs. de macarrones finos**

**Un kilo de tomate o el equivalente en conserva**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**1/4 litro de salsa española**

**Aceite**

**Queso rallado**

## Sal

Con el tomate y la cebolla se prepara una buena salsa de tomate espesa (véase *Salsa de tomate*). Se prepara una salsa española (véase *Salsa española rápida*), agregándole medio vaso de vino blanco, ajo y perejil. Preparadas estas dos salsas se mezclan (estas salsas necesitan varias horas para hacerse perfectamente, por lo que deben prepararse con tiempo).

En abundante agua hirviendo con sal y un chorrito de aceite para que no se peguen unos a otros se echan los macarrones, cuando rompa el hervor se tapan y se dejan cocer suavemente

durante media hora. Los macarrones han de estar tiernos y conservarse enteros. Pasado el tiempo se escurren y se vuelve a poner la cacerola sobre el fuego para secarlos un poco.

En una fuente de horno se pone un poco de las dos salsas juntas, se espolvorea con queso, se coloca encima una capa de macarrones, se cubren con salsa y queso y se ponen encima más macarrones, hasta terminar con salsa, cubriéndolos con una buena capa de queso, se salpica con trocitos de mantequilla y se meten a horno fuerte a gratinar. Se sirven en la misma fuente.

# **Macarrones con jamón**

**1/2 kilo de macarrones**

**150 grs. de jamón**

**50 grs. de mantequilla**

**1/2 kilo da tomates**

**Queso rallado**

**Una cebolla**

**3 cucharadas de salsa de carne asada o  
una pastilla de caldo**

**Aceite**

**Sal**

Se cortan los macarrones en trozos y se ponen a cocer en abundante agua hirviendo con sal y un chorro de aceite.

Cuando rompe de nuevo el hervor se dejan cocer suavemente durante media hora. Pasada ésta se escurren en un colador y se pasan por agua fría. Con el tomate se prepara una buena salsa de tomate (véase *Salsa de tomate*).

En una tartera se pone aceite, cuando está caliente se fríe la cebolla muy picada, se rehoga un poco y se añade el jamón cortado en cuadros como dados, se sigue rehogando y se añade la salsa de tomate, que estará bastante espesa, seguidamente se agregan los macarrones escurridos y la salsa de carne (de no disponer de ésta, se disuelve una pastilla de caldo en tres cucharadas de agua hirviendo). Se mezcla todo con

cuidado para que no rompan los macarrones y se pasan a una fuente de horno, se espolvorean de queso (éste puede suprimirse si no gusta), se ponen unos trocitos de mantequilla salteados y se meten al horno muy fuerte para gratinarlos. Seguidamente se sirven en la misma fuente.

## **Macarrones con chorizo**

**500 grs. de macarrones**

**Un kilo de tomates**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**100 grs. de chorizo**

**Una cebolla**

**Queso rallado**

**Sal**

Se cuecen los macarrones en abundante agua hirviendo con sal y un chorro de aceite, durante media hora lentamente. Pasado ése tiempo se escurren y se acerca la cacerola al fuego para que se sequen.

Se prepara, mientras se cuecen los macarrones, una buena salsa de tomate espesa (véase *Salsa de tomate*).

En una fuente que resista el horno se



coloca una ligera capa de salsa de tomate, sobre ésta se ponen los macarrones, se cubren con la salsa de tomate y se coloca por encima el chorizo cortado en rodajas, se espolvorea de queso rallado y se meten a horno fuerte para gratinarlos. Se sirven en la misma fuente.

# **Macarrones con carne picada**

**500 grs. de macarrones**

**1/2 kilo de tomates**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**1/4 kilo de ternera picada**

**Una cebolla**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Sal**

Se sazona la carne con ajo y perejil y se rehoga en un poco de aceite caliente, se le añade el vino blanco y sal y se deja cocer hasta que se consuma el vino.

Se cuecen los macarrones en abundante agua hirviendo con sal y un chorro de aceite, lentamente durante media hora. Pasada ésta se escurren y se acerca la cacerola al fuego para que se sequen. Se prepara una buena salsa de tomate

(véase *Salsa de tomate*). Se pasan los macarrones a una fuente de horno, se les coloca por encima la carne picada, bien extendida, y se cubren con la salsa de tomate. Se meten unos minutos al horno fuerte. Se sirven en la misma fuente.

## Ñoquis gratinados

**Un litro de leche**

**4 huevos**

**100 grs. de mantequilla**

**150 grs. de harina**

**50 grs. de queso rallado**

**Sal**

En un cazo se pone la leche, la mitad de la mantequilla y un poco de sal, se acerca al fuego y cuando la leche suba se separa del fuego e inmediatamente se echa la harina, de golpe, se mezcla con una cuchara de madera hasta ponerla fina. Conseguido esto se vuelve a poner al fuego hasta que se despega de las paredes del cazo. Seguidamente se deja enfriar. Una vez fría la pasta se le incorporan los huevos uno a uno, removiéndolo con cuchara de madera, no añadiendo el siguiente hasta que la pasta haya absorbido completamente el anterior. Una vez mezclados los huevos se añade la mitad de queso rallado,

mezclándolo bien. Se pone la pasta en una manga con boquilla rizada y se forman unos redondeles; también pueden hacerse espolvoreando ligeramente con harina la tabla y la pasta, se coge una cucharada de pasta y se echa encima de la mesa, se hace rodar bajo la palma de la mano hasta dejarla del grueso de un dedo y se cortan en trozos de tres centímetros de largo. Se van colocando en una fuente ligeramente untada de aceite fino o mantequilla, para que no se peguen.

En un cazo se pone agua, cuando está hirviendo se echan los ñoquis, deben estar bañados holgadamente, si es necesario póngase dos o más veces. Ya

en el agua se ponen a fuego vivo y roto el hervor se retira el cazo, se tapan y se dejan al lado del fuego (el agua debe conservarse muy caliente sin que llegue a hervir) diez minutos. Transcurridos éstos se sacan con una espumadera y se colocan en un colador o tamiz para que escurran (conviene tener esto cerca del fuego para que no se enfríen). Pasados unos cinco minutos (no deben esperar más) se tendrá preparada una fuente refractaria, se unta el fondo con mantequilla y se coloca una capa de ñoquis, se espolvorean con queso rallado y se vuelve a colocar otra, terminando con una capa más espesa de queso, el resto de la mantequilla se parte

en trocitos, se desparrama por la superficie, se meten a horno moderado, cuando hayan subido (aproximadamente a los veinte minutos) se sirven en seguida para que no se bajen.

## **Ñoquis de patata y jamón**

**Un kilo de patatas grandes**

**75 grs. de queso rallado**

**125 grs. de harina**

**2 huevos muy pequeños y dos yemas**

**100 grs. de jamón**

**Una cucharada de pan rallado (sin**

**tostar)**

## **Sal**

Se ponen las patatas (grandes y de tamaño igualado) a asar en el horno, sin pelar. Necesitan una hora. Cuando están asadas se cortan por la mitad, con una cucharilla se vacían y se va echando ésta en una fuente calentada, se trabaja con una cuchara de madera hasta dejarla fina, se agregan entonces cincuenta gramos de mantequilla, dividida en tres partes, se amasa bien hasta que ésta queda introducida. Se baten los dos huevos (que serán muy pequeños) y las dos yemas como para una tortilla y a cucharadas se va añadiendo, poniendo



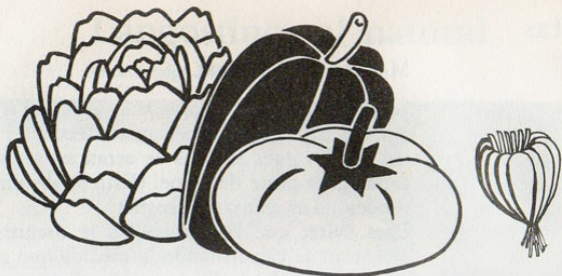
por último la harina y el jamón. Se mezcla bien. Una vez mezclado se forman unas bolitas, se aplastan un poco por ambos lados con un tenedor y se van colocando sobre una tabla espolvoreada de harina.

En una tartera ancha se pone agua, cuando rompe el hervor se echan los ñoquis, que se han de bañar holgadamente, si es necesario se echarán de dos o más veces. Sumergidos en el agua se separa un poco la cacerola, se tapa y sin que vuelva a hervir se dejan durante quince o veinte minutos. Se conocerá que están cocidos cuando ofrecen resistencia al tacto, entonces se retiran con la espumadera y se ponen a

escurrir sobre un paño para que apuren el agua. Se unta una tartera con bastante mantequilla, se espolvorea con queso rallado y se pone una capa de ñoquis, se espolvorean éstos con queso y se coloca otra, terminando con queso. Se mezcla lo que quede de queso con el pan rallado y se espolvorea por encima, se ponen trocitos de mantequilla salteados, unos diez minutos antes de servirlos se introduce la tartera en el horno para gratinarlos y se sirven.

## **Tallarines**

Admiten la misma cocción y preparación que los macarrones.



## **VERDURAS Y HORTALIZAS**

*Algunas verduras, al cocerse pierden las sales minerales, en otras quedan éstas en el agua que se cocieron. No deben, por tanto, cocerse en gran cantidad de agua, ni*

*cocerlas demasiado, sólo lo indispensable para que estén tiernas. Jamás debe ponerse al cocerlas bicarbonato, éste destruye los principios nutritivos.*

*Las verduras se cuecen en agua hirviendo con sal. Para que no pierdan el color se cuecen destapadas.*

*El caldo de cocer algunas verduras puede aprovecharse para sopa, al quedar en él gran cantidad de sales minerales.*

# Alcachofas

## MANERA DE LIMPIARLAS

Se despojan de las hojas más duras, que son las primeras del contorno, las restantes deben ser cortadas al ras del fondo, pues si éstas se arrancan se llevaría al arrancarlas gran parte de carne. (Esto se denomina tornear sus fondos). Las puntas se cortan.

Para evitar que las alcachofas se oscurezcan por donde se cortan se van frotando, a medida que se van cortando,

con una tajada de limón e inmediatamente se sumergen en un recipiente con agua adicionada con jugo de limón (uno o varios limones) o una o más cucharadas de vinagre (depende de la cantidad de alcachofas que se están limpiando), se dejan sumergidas en el agua hasta que vayan a cocerse.

## MANERA DE COCERLAS PARA QUE SE CONSERVEN BLANCAS

Se deslíe una o dos cucharadas de harina (depende de la cantidad de alcachofas) en un poco de agua fría. En una cazuela se tiene aproximadamente un litro de agua caliente, con el zumo de un limón, una cucharada de aceite y sal, se

le añade la harina disuelta en agua y se acerca al fuego removiéndolo con cuchara de madera hasta que rompe el hervor. A continuación se ponen las alcachofas, que hasta ese momento estarán en el agua acidulada. Se dejan cocer hasta que estén tiernas. (Aproximadamente media hora). Se comprobará cuando se pueden atravesar fácilmente con el alfiler. Una vez cocidas se escurren y se condimentan según receta.

## **Alcachofas salteadas**



Limpias y cocidas las alcachofas como se ha explicado se escurren perfectamente. En una sartén se pone aceite cuando está bien caliente, se echan con cuidado las alcachofas, se les da una vuelta a fuego vivo y se retiran del aceite colocándolas en un plato, se espolvorean con pan rallado mezclado con un poco de perejil picado, ya todas espolvoreadas se retira el aceite de la sartén dejando solamente como una cucharada, se vuelven a poner las alcachofas haciéndolas rodar para que se salteen por todos los lados, se colocan nuevamente en un plato, se sazonan de sal y se sirven.

# **Alcachofas al natural**

**Alcachofas / Sal**

**Aceite / Limón / Vinagre**

Una vez limpias y cocidas las alcachofas como se ha explicado se escurren perfectamente, se riegan con aceite, limón o vinagre y se sirven.

# **Alcachofas rellenas**

**18 alcachofas**

**200 grs. de carne picada**

**Un huevo**

**Aceite**

**Un limón**

**4 cucharadas de pan molido**

**Un chorro de vino blanco**

**2 cucharadas de harina**

**Cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Una lata grande de tomate**

**Sal**

Se escogen las alcachofas grandes y frescas, y después de despojarlas de las hojas más duras se cortan las puntas, se alisan los fondos dándoles un pequeño corte para que se sostengan y se vacían con un cuchillo dándoles la forma de

cazuela. Al vaciar las alcachofas, los cogollos, que es la parte más tierna, se frota con limón igual que las alcachofas, todo lo demás se hace como se ha explicado en la manera de limpiarlas y cocerlas para que se conserven blancas. Una vez cocidas se escurren y se reservan.

Se sazona la carne con ajo y perejil machacado en el mortero, dejándola reposar un cuarto de hora. Pasado ese tiempo se sazona de sal. En una sartén con un poco de aceite se fríen dos cucharadas de cebolla picada muy menuda; cuando está frita se añade la carne, se rehoga todo unos minutos y se le añade un chorro de vino blanco,

dejándolo cocer a fuego vivo hasta que se reduce el vino. Entonces se separa del fuego y se dejan enfriar. Una vez frías se le añade el huevo batido, se remueve para mezclarlo y se reserva.

Con el tomate se prepara una salsa, se sazona de sal y se le pone un pellizco de azúcar para corregir la acidez, dejándola cocer hasta que está reducida. Se rellenan las alcachofas con la carne llenándolas un poco más de la mitad, terminando el relleno con la salsa de tomate. Se colocan en una fuente que resista el horno, se espolvorean de pan molido, se riegan con un poco de aceite y se meten a horno fuerte unos minutos, para que se doren. Se sirven adornadas

con rodajas de limón y perejil.

# **Alcachofas rellenas (segunda fórmula)**

**12 alcachofas**

**12 lonchas de tocino pequeñas y  
cortadas muy delgadas**

**200 grs. de carne de cerdo picada**

**50 grs. de jamón**

**2 cucharadas de cebolla picada**

**2 dientes de ajo**

**Una cucharada de perejil picado**

**Un huevo**

**Aceite**

**Sal**

Se doran en un poco de aceite la cebolla y un diente de ajo muy picado, ya frito se añade la carne picada, sazonada con ajo, el jamón también picado muy fino y un poco de perejil, por último se agrega el huevo batido, se retira del fuego y se reserva.

Se despojan de las alcachofas las hojas más duras, los tallos y las puntas; se quitan con las manos unas hojitas de las de dentro formando un hueco, el necesario para rellenarlas y se limpian. En cada alcachofa se introduce una cucharada llena de picadillo, se envuelven en una hoja de tocino y se sujeta ésta con un hilo.

En una tartera se pone aceite, se prepara una *Salsa rubia* (véase fórmula), a esta salsa se le añade un poco de agua, se deja hervir unos minutos y se introducen las alcachofas, se ponen a cocer a fuego vivo, durante unos tres cuartos de hora (depende de lo tiernas que sean éstas). Pasado ese tiempo se meten durante quince minutos a horno fuerte para que se dore el tocino que las envuelve. Una vez en su punto se retiran del horno, se les quita el tocino y los hilos y se reservan al calor. En un poco: de aceite o mantequilla (lo que más guste) se dora media cucharada de harina, se deslíe con la salsa de las alcachofas, que estará pasada por el pasador y se cuece



hasta ponerla en buen punto, se sazona de sal y se reserva.

Se colocan las alcachofas en una fuente, se pone sobre cada una de ellas un trozo de tocino del tostado, se vierte por encima la salsa y se sirven.

## **Alcachofas estofadas**

**12 alcachofas**

**4 cucharadas de vino blanco**

**Cebolla / Ajo / Perejil**

**Aceite / Sal**

**Un trozo de laurel**

**Una cucharada de harina**

Se limpian y cuecen las alcachofas como se ha explicado. Una vez cocidas se escurren y se ponen en una cazuela con un chorro de aceite, cebolla muy picada, ajo menudo, perejil y un poco de laurel. Se dejan cocer, sazonándolo de sal y añadiendo la cucharada de harina y de vino blanco, se puede añadir un poco de agua si fuera necesario. Se sirven con la salsa.

## **Alcachofas con carne**

**24 alcachofas**

**Una cebolla**

**Un chorro de vino blanco**

**1/2 kilo de carne para guisar**

**Un pimiento del tiempo o de lata**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se corta la carne en trozos de tamaño regular, se sazona de ajo y se deja un rato. Poco antes de prepararla se le pone la sal.

En una tartera con aceite bien caliente se rehoga la carne, cuando está dorada se le añade la cebolla picada, dejándolo que se haga despacio. En el mortero se machaca un diente de ajo y una rama de perejil; se deslíe con un chorro de vino

blanco y se añade a la carne.

Las alcachofas se limpian y cuecen como se ha explicado, cociéndolas solamente un cuarto de hora, pasado ese tiempo se escurren y se echan en la carne para que terminen de cocerse. Cuando está todo tierno se coloca la carne en una fuente, alternándolo con las alcachofas, se echa por encima la salsa (pasada o sin pasar por el pasador, según se desee) y se adorna la fuente con tiras de pimiento.

## **Alcachofas con jamón**

**12 alcachofas**

**Aceite**

**100 grs. de jamón**

**1/4 kilo de guisantes desgranados o  
una lata en conserva**

**Sal**

Se limpian y cuecen las alcachofas como se ha explicado. Una vez tiernas se colocan en una cazuela. En una sartén con un poco de aceite se rehoga el jamón cortado en trocitos pequeños. Antes de que se doren se vierte el aceite (de freírlo) y el jamón sobre las alcachofas.

Por separado se cuecen los guisantes (si éstos fueran de lata, se escurren), una vez cocidos se unen a las alcachofas con

un poco de caldo de cocerlos, se sazona de sal, se deja hervir unos minutos hasta que esté en su punto y se sirven.

## **Acelgas salteadas**

**Un kilo de acelgas**

**Aceite**

**Ajo**

**Sal**

Se cortan los tallos y las hojas, más o menos menudos, según convenga, se lavan bien con agua fresca y se introducen en un puchero que estará al

fuego con abundante agua hirviendo, se les da un hervor, se escurren y se vuelven a poner en otro puchero, en el que habrá también agua hirviendo. (De este modo no amargan). Se les echa un chorro de aceite, se sazonan de sal y se deja hervir, cuando estén tiernas (aproximadamente al cabo de hora y media o dos horas) se escurren, se ponen en una tartera, en la que se habrá puesto de antemano aceite y ajos fritos, se remueven para que tomen el gusto y se sirven, añadiéndoles unas gotas de vinagre, si se quiere.

También se pueden añadir patatas, en este caso se cocerán aparte con agua y sal.

# **Berenjenas fritas**

**Un kilo de berenjenas**

**Aceite**

**Harina**

**Sal**

Se escogen las berenjenas pequeñas y tiernas, se pelan y se cortan en rodajas regulares, poniéndolas seguidamente en agua y sal durante una hora para quitarles el gusto amargo y que estén más tiernas; pasado ese tiempo se escurren y se secan con un paño, a continuación se pasan por harina y se



fríen en aceite abundante y bien caliente, procurando que no se doren demasiado, pues se pondrían duras, se sirven en seguida (al enfriarse pierden sabor). Pueden servirse solas o con carne.

## **Berenjenas al horno**

**Un kilo de berenjenas**

**Pan molido**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se escogen las berenjenas como las

anteriores, se pelan y se cortan por la mitad. Se ponen en agua y sal durante media hora. Pasado este tiempo se escurren y se secan con un paño.

En la sartén se pone aceite y se rehogan las medias berenjenas, se colocan en una fuente, espolvoreándolas con pan molido en el que se habrá mezclado perejil y ajo picado, se rocían con el aceite de rehogarlas y se meten al horno hasta que estén doradas.

## **Calabacines rellenos**

**6 calabacines pequeños**

**50 grs. de jamón**

**Cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Un poco de vino blanco**

**200 grs. de carne picada**

**Un huevo**

**Aceite**

**Una cucharada de harina**

**Sal**

En un poco de aceite caliente se rehoga la carne ya sazonada de ajo y perejil machacado en el mortero, se le añade el jamón picado. Se sazona de sal, se le agrega el vino blanco, dejándolo cocer un rato. Ya hecho se retira del fuego y se le agrega un huevo batido, moviéndolo bien

Los calabacines se pelan y se vacían con el ahuecador de las patatas. Se rellenan con el picadillo, se colocan en una tartera con el relleno hacia arriba.

En un poco de aceite se rehoga cebolla picada; bien rehogada se le añade una cucharada de harina, un poco de vino blanco y un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, desleído en un poco de agua. Se deja dar un hervor y se echa sobre los calabacines para que cuezan. Una vez cocidos se ponen en una fuente y se sirven con la salsa.

# **Cebollas fritas (para guarnición)**

Se escogen unas cebollas blancas y de tamaño regular, se trinchan en rodajas, que luego se sueltan en anillos (el centro no se utiliza). Seguidamente se pasan los anillos por harina y se fríen en aceite bien caliente, después de fritas se escurren, se sazonan de sal fina y se utilizan.

# **Cebollas rellenas con**

# **bonito**

**12 cebollas (pequeñas e iguales)**

**Una lata de bonito de buena calidad**

**1/2 lata de puré de tomate**

**Una lata pequeña de pimientos**

**Un vaso de vino blanco**

**Guindilla**

**Un huevo duro**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Un trocito de laurel**

**Sal**

Se prepara un picadillo con el bonito deshecho, añadiéndole una cucharada grande de puré de tomate, el huevo duro, picado menudo, un pimiento también

picado y un poco de jugo del pimiento; todo ello se une bien.

Se escogen las cebollas muy iguales y se les quitan las capas exteriores, se ahuecan con el ahuecador dejándolas muy finas sin que se rompa la capa de fuera. Se rellenan con el picadillo preparado, tapando el hueco con un trocito de cebolla introduciéndolo en el agujero para que no se salga el relleno.

En una sartén pequeña se pone abundante aceite, cuando está muy caliente se fríen las cebollas, procurando que queden doradas; con la espumadera se les va echando el aceite por encima. Ya doradas se van colocando en una tartera.

Se prepara una salsa en parte del aceite de haberlas frito con un poco de cebolla picada; cuando está frita se le añade un pimiento picado, un poco de puré de tomate, el laurel, una cucharada de harina, un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil y desleído con medio vaso de vino blanco, se le da un hervor y se echa sobre las cebollas, añadiendo un poco de agua si es necesario. Se sazona de sal y guindilla, esto según se desee. Se dejan cocer hasta que estén tiernas. Necesitan dos horas de cocción lenta.





# **Cebollas rellenas con carne**

**12 cebollas**

**250 grs. de carne picada**

**Una lata pequeña de puré de tomate**

**Una lata pequeña de pimientos**

**Un huevo**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Un poco de vino blanco**

**Un trozo de laurel**

**Guindilla**

## Sal

Se preparan las cebollas como las anteriores, rellenándolas con el picadillo que se habrá preparado con la carne rehogada en un poco de aceite, después de tenerla sazonada con ajo; cuando está rehogada se le añade una cucharada de puré de tomate, un pimiento picado y un poco de perejil picado también, una cucharadita de vino blanco, se deja cocer un rato, ya hecho se aparta del fuego y se le añade un huevo batido removiéndolo bien. Se rellenan las cebollas y se fríen como las anteriores. Se colocan en una tartera y se les añade una salsa que se prepara con

un poco de cebolla frita, una cucharada de puré de tomate, un pimiento picado, añadiendo a todo esto un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil desleído con un poco de vino blanco, se espesará la salsa con una cucharada de harina. Se sazona con sal, guindilla y un poco de laurel. Se dejan cocer hasta que estén tiernas. Necesitan dos horas de cocción lenta.

## **Coles de Bruselas guisadas**

**Un kilo de coles**  
**50 grs. de mantequilla o aceite**  
**50 grs. de jamón**  
**Una cucharada de harina**

Esta  
manera  
de  
preparar  
las  
coles  
puede  
aprovecharse  
de  
guarnición  
de  
carnes.

Las coles de Bruselas es necesario lavarlas bien en agua fría, y se ponen a

cocer en agua hirviendo, cuando ya están casi cocidas se sazonan de sal, se comprueban, ya que son muy sosas. Terminada la cocción se escurre del agua con una espumadera para que no lleven nada de tierra.

En la mantequilla o aceite se rehoga la cucharada de harina, para formar una salsa un poco espesa, se echa o jamón picado dándole unas vueltas, seguidamente un poco de agua o caldo (si se tiene) y, por último, las coles Se dejan cocer veinte minutos y se sirven.

# **Coles de Bruselas con bechamel**

**Un kilo de coles  
50 grs. de mantequilla  
Un litro de leche  
2 cucharadas de harina  
50 grs. de queso rallado  
Sal**

Se cuecen las coles después de bien lavadas como en la receta anterior. Una vez cocidas y escurridas se colocan en una fuente refractaria y se cubren con la

*salsa bechamel*, que se prepara con la mantequilla, la leche y la harina (véase fórmula), se espolvorean de queso rallado y se meten al horno a gratinar.

## **Coliflor al ajo arriero**

**Una coliflor grande  
dientes de ajo**

**Un poco de pimentón**

**Aceite**

**Un poco de vinagre**

**Sal**

Para que la coliflor se pueda cocer al mismo tiempo que el tallo es necesario



cortar con un cuchillo la corteza de éste, a partir del tronco, una vez cortada en ramitas.

Se pone a cocer en abundante agua con la sal suficiente, cuando ésta esté hirviendo a borbotones. Debe cocer destapada para que salga blanca. Cuando los tallos estén tiernos, se retira del fuego y se le añade un poco de agua fría para que no siga cociéndose. Se sacan con cuidado los ramitos para que no se rompan y se ponen en una fuente refractaria.

En el mortero se machaca un diente de ajo, un poco de perejil picado y se añade un poco de caldo de cocción.

En aceite caliente se doran unos ajos, se

retira la sartén del fuego, se añade un poco de pimentón, y una cucharada de vinagre. Se mezcla el majado del mortero; todo bien unido se vierte por encima de la coliflor y se sirve.

## **Coliflor rebozada**

**Una coliflor**

**Uno o dos huevos (depende del tamaño de aquélla)**

**Un poco de harina**

**Aceite**

**Sal**

Se cuece como ya se ha explicado, una

vez cocida, cuando los tallos están flexibles y tiernos se echa agua fría para que no siga cociéndose. Se sacan con cuidado los ramos para que no se rompan y se ponen a escurrir sobre un paño.

Bien seca se pasan los ramos por harina, se envuelven en huevo batido y se fríen en abundante aceite. Se ponen a escurrir en una parrilla. Se sirven solos o como guarnición de carne.

## **Coliflor con**

# guarnición

**Una coliflor mediana**

**Un repollo pequeño**

**Una lata de guisantes**

**300 grs. de zanahorias**

**2 huevos**

**2 cucharadas de harina**

**Un litro de leche**

**50 grs. de mantequilla**

**Sal**

También

puede

cubrirse

la

coliflor

con

mahonesa,

o

sin

ninguna  
de  
las  
dos  
salsas,  
aliñada  
con  
un  
poco  
de  
aceite  
y  
vinagre  
batido.

Se pelan los tallos de la coliflor sin deshacerla y se corta el tronco para dejarle buen asiento. Se cuece en abundante agua con la sal necesaria, cuando ésta está hirviendo a borbotones.

Se cuece destapada. Cuando están los tallos tiernos se apartan del fuego con mucho cuidado de no deshacerla. Se coloca en el centro de una fuente redonda. Con la mantequilla, la harina y la leche se hace una *bechamel* (véase fórmula), se sazona de sal y un poco de cebolla rallada, se deja cocer despacio durante veinte minutos.

Se limpia el repollo y picado se pone a cocer en agua hirviendo con la sal necesaria. Cuando esta cocido se escurre bien.

Las zanahorias se pelan y se cortan en trozos iguales, se ponen a cocer en agua hirviendo con sal. Cuando están tiernas se escurren, se saltean en un poco de

aceite caliente y se reservan.

El repollo se saltea con un poco de aceite caliente, añadiéndole los guisantes escurridos, si son de lata, y cocidos si son del tiempo, se remueve todo bien y se pican unas zanahorias de las que están reservadas, rehogándolo. Se añade a todo esto los huevos batidos, removiendo un rato hasta que se cuaje.

Se cubre la coliflor, que ya está colocada en una fuente redonda, con la bechamel; alrededor de ésta las verduras y las zanahorias reservadas adornando la coliflor. Se mete unos minutos al horno y se sirve.

# Champiñones (para guarnición)

Deben  
permanecer  
poco  
tiempo  
en  
el  
agua;  
se  
quedan  
negros  
y  
pierden  
sabor.

Se recorta la parte escueta del



pedúnculo y se van echando en un recipiente de agua fría, para lavarlos. Se escurren del agua y se secan con un paño.

En una cazuela se ponen a cocer los champiñones con agua fría, el zumo de medio limón, sal y un chorro aceite. De vez en cuando se sacude la cazuela para que hiervan por igual, se dejan cocer durante cinco minutos. Se apartan del fuego y se utilizan.

## **Espárragos al natural**

Sólo

cocidos  
con  
agua  
y  
sal  
sirven  
de  
guarnición  
de  
platos  
con  
carne,  
pescados.  
verduras,  
etc.

Se raspan los espárragos con un cuchillo y bien limpios se atan en manojos. Se corta parte del tallo por ser muy duro, dejándolos de un largo de quince

centímetros, y se ponen a cocer en abundante agua hirviendo con sal, cubriéndolos con un paño para que absorba la espuma que forman. Se dejan cocer despacio durante media hora. Ya cocidos se retiran del fuego y se dejan enfriar en el agua de la cocción.

Una vez fríos es escurren y se colocan en una fuente, todos en la misma dirección. Se sirven con salsa vinagreta o mahonesa.

## **Espinacas salteadas**

**2 kilos de espinacas**

**Aceite**

**2 dientes de ajo**

**Vinagre**

**Sal**

Se lavan las hojas en varias aguas y se ponen a cocer en abundante agua hirviendo con la sal suficiente. Cuando han cocido unos diez minutos, se pasan a un escurridor y se ponen bajo el chorro de agua fría. Se escurren bien, aplastándolas con una cuchara contra el fondo del escurridor, para que suelten todo el agua, y se pican sobre la tabla.

En una sartén con aceite caliente se fríen los ajos; cuando se doren se echan las espinacas para que se rehoguen. Se sirven con el vinagre aparte.

# Guisantes con jamón

**Un kilo de guisantes desgranados**

**Dos zanahorias**

**150 grs. de jamón**

**Cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Cuando

son

muy

buenos

y

para

ciertos

guisos,  
no  
se  
necesitan  
cocer  
previamente.  
Deben  
cocerse  
siempre  
cubiertos  
de  
agua  
para  
que  
no  
suelten  
la  
piel.

Los guisantes desgranados quedan  
reducidos a la tercera parte,

aproximadamente, de su peso; por tanto, para conseguir un kilo de guisantes desgranados, habrá que adquirir tres kilos, aproximadamente, depende de la clase de éstos.

Los guisantes, para que resulten buenos, han de ser muy frescos. Se conoce su frescura en el bulbo de la cáscara y en la humedad de ésta al partirla. Deben desgranarse en el momento que se van a guisar, y si se ha de hacer con anticipación, para que no desmerezcan, se conservarán envueltos en un paño.

Para conservarlos bien verdes se cocerán en una cacerola de porcelana con el baño nuevo. También pueden cocerse en aluminio. Se echan cuando el

agua está hirviendo a borbotones, se les pone sal y se cuecen destapados, una media hora, sin parar de hervir. Antes de retirarlos del fuego, para asegurarse si están cocidos se aplastará un guisante con los dedos. Se escurren y se guisan según receta.

En una tartera con aceite caliente se fríe cebolla muy menuda y las zanahorias picadas. Cuando empieza a dorarse se le añade el jamón en trocitos, se rehoga un poco y se echan los guisantes, añadiendo un poco de sal, teniendo en cuenta que el jamón está salado, se pone un poco de caldo o agua hirviendo y se tapa con una tapadera que ajuste bien, y si no ajustara se coloca entre la cazuela y ésta un



papel fuerte. Se deja cocer suavemente. Cuando se pongan los guisantes a cocer se colocan encima unos trozos grandes de cebolla, un diente de ajo entero y una rama de perejil.

De vez en cuando se mueven con una cuchara, teniendo cuidado que no se revienten. Cuando están tiernos se sirve en una fuente con tiras de pimientos, habiendo separado el ajo, los trozos de cebolla y la rama de perejil.

## **Guisantes con merluza**

**1/2 kilo de guisantes desgranados**

**Un trozo de cebolla**

**Una rama de perejil**

**Aceite**

**1/2 kilo de merluza en rodajas  
(congelada o fresca)**

**2 dientes de ajo**

**Un poco de vino blanco**

**Sal**

Se ponen a cocer los guisantes en agua hirviendo con la sal suficiente hasta que estén tiernos, sin que se revienten. Si la merluza es congelada, se habrá dejado descongelar por sí sola, en sitio fresco (cuanto más frío mejor): se limpia, y se seca con un paño con cuidado de no deshacerla. Se rocía de limón y se deja reposar un cuarto de hora. Pasado ese tiempo se coloca en una fuente

refractaría y se cuece con una salsa que se habrá preparado con cebolla picada, una cucharadita de harina, un diente de ajo y una rama de perejil machacado en el mortero y un chorro de vino blanco. Se añaden los guisantes y se dejan cocer un cuarto de hora sacudiendo la fuente a menudo para que no se peguen al fondo. Se sirve en la misma fuente que se preparó.

## **Guisantes con patatitas nuevas**

**750 grs. de guisantes desgranados**  
**Un kilo de patatitas nuevas, del**  
**tamaño de una nuez**

**Sal**

**3 cebolletas nuevas**

**3 dientes de ajo y aceite**

En una cazuela con agua hirviendo se ponen los guisantes, que han de ser gordos y tiernos, se añade sal y un chorro de aceite dejándolos cocer una hora; pasada ésta se echan las patatas enteras, después de raspadas y lavadas y las cebolletas picadas rectificándolo de sal. Cocido todo se pasa a una cazuela, escurrido, se agrega un refrito de aceite y ajos, se saltea y se sirve.

# Guisantes con carne

**1/2 kilo de guisantes desgranados**

**1/2 kilo de carne para guisar**

**Una cebolla**

**2 dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**Un trozo de laurel**

**Aceite / Sal**

En una cacerola se pone el aceite; cuando está bien caliente se rehoga la carne, se añade la cebolla picada menuda, el ajo y perejil machacado en el mortero, junto con el vino blanco, se sazona de sal y se deja cocer lentamente

durante una hora. Pasado este tiempo se agregan los guisantes (que se habrán puesto a cocer aparte), añadiendo un poco de agua de cocerlos, sin que resulten caldosos; se deja cocer todo media hora y se sirven en una fuente adornados con unas tiras de pimientos.

## **Judías verdes con jamón (fréjoles)**

**Un kilo y medio de judías verdes (fréjoles)**

**150 grs. de jamón**

**Un kilo de tómeles del tiempo**

**Un diente de ajo**  
**Una cebolla mediana**  
**Una rama de perejil**  
**Aceite**  
**Sal**

Cuando las judías son muy finas y no tienen hebras, bastará con quitarles las puntas; cuando son duras (que esto ocurre corrientemente) se recortan todo alrededor con un cuchillo. Se lavan bien y se ponen a cocer en agua hirviendo con sal. Cuando rompe el hervor de nuevo se dejan cocer destapadas y fuertemente, hasta que están tiernas. De esta manera conservarán el color verde que tienen. Seguidamente se escurren. Se pone en la sartén el aceite necesario;

cuando está caliente se fríe un poco de jamón, cortado en cuadraditos, éstos se escurren y se añaden a las judías. En el mismo aceite de freír el jamón se fríe la cebolla menuda; cuando está frita se añade el tomate picado, dejándolo cocer hasta que se reduzca, pasándolo seguidamente por el pasador. (Esta salsa debe estar espesa). Ya hecha se añade a las judías, removiéndolo todo y añadiendo un diente de ajo y una rama de perejil machacado en el mortero. Se rectifican de sal, dejándolas cocer tapadas muy lentamente durante media hora. Se sirve en fuente alargada y si se desea se pueden poner encima tiras alargadas de huevo duro.



# Judías verdes en ensalada (fréjoles)

**1/2 kilo de judías verdes**

**Un trozo de cebolla**

**2 dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**Aceite**

**Vinagre**

**Un huevo cocido (puede prescindirse)**

**Sal**

Se ponen a cocer las judías como las anteriores, añadiéndoles al tiempo de cocer un diente de ajo, un trozo de

cebolla y una rama de perejil. Ya cocidas se escurren, sin que les quede nada de caldo, y se les saca el ajo, perejil y cebolla.

Se fríe el aceite necesario con un diente de ajo; cuando esté dorado se saca éste y se vierte el aceite sobre las judías añadiendo un poco de vinagre. Se sirven en fuente alargada, solas o con el huevo picado por encima.

## **Judías verdes a la vinagreta (fréjoles)**

**1/2 kilo judías verdes**  
**Una cebolla mediana**  
**Una rama de perejil**  
**Uno o dos huevos duros**  
**Uno o dos huevos más para adornar**  
**(duros)**  
**Aceite / Vinagre / Sal**

Se ponen a cocer como en las recetas anteriores, cortándolas en trozos pequeños las judías. Ya cocidas se escurren y pasan a la fuente donde se van a servir. Con la cebolla muy menuda, el perejil picado y los dos huevos duros se prepara una vinagreta (véase fórmula en *Salsa*). Se cubren con esta salsa, después de frías y se colocan alrededor de la fuente rodajas de huevo

duro o tomate.

# **Judías verdes con patatas (fréjoles)**

**Un kilo de judías verdes**

**Un kilo de patatas**

**1 ajo / Perejil**

**Un trozo de cebolla**

**Un trozo de laurel (puede prescindirse)**

**Una cucharadita de pimentón / Aceite**

Las

judías

también

pueden

cocerse  
desde  
un  
principio  
con  
las  
patatas.

En una tartera con aceite caliente se fríe un poco de cebolla; antes de que se dore se rehogan las patatas picadas en trozos no muy grandes; en el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un poco de agua y se añade a las patatas, en las que se habrá puesto antes una cucharadita de pimentón. Se mueve todo bien, se cubren de agua hirviendo y se añade sal y el

laurel. Se dejan cocer suavemente.

Por separado se cuecen las judías verdes preparadas como para ensalada, a media cocción (pasada aproximadamente media hora) se escurren y se añaden a las patatas, dejándolo cocer todo junto el tiempo necesario.

## **Judías verdes al vapor (fréjoles)**

**1 1/2 de judías verdes**

**Una cebolla y un pimiento**

**1/2 kilo de tomates**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se les quitan los hilos, se lavan y se cortan en trozos. Se ponen en la cazuela, añadiéndoles la cebolla picada, el tomate pelado y cortado en trozos, el ajo y el perejil picado, el pimiento (también picado) y el aceite, se sazona de sal, se tapa bien y se dejan cocer al vapor, cuidando que al destaparlas caigan en la cazuela las gotas de agua acumuladas en la tapadera. Se dejan cocer hasta que estén tiernas.

# **Judías verdes a la española (fréjoles)**

**Un kilo de fréjoles (judías verdes)**

**50 grs. de jamón**

**1/4 kilo de tomates**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceité**

**100 grs. de patatas**

**Una cebolla**

**Un pimiento (del tiempo)**

**Un huevo duro**

**Sal**

Se cortan los fréjoles en trozos, después de quitarles todos los hilos se lavan y se



ponen a cocer en agua hirviendo con sal y un trozo de cebolla. Cuando están tiernos se escurren y se reservan. En una tartera con aceite suficiente se fríe el jamón cortado en trozos pequeños; una vez frito se retira del aceite y se reserva. En el mismo aceite se fríe una cucharada de cebolla picada muy fina, un diente de ajo y perejil (esto picado fino), cuando está frito se le añaden los tomates y el pimiento picado, se cuece todo junto unos minutos y se añaden los fréjoles y el jamón removiéndolo para mezclarlo, se tapa y se deja cocer lentamente. Se rectifica de sal.

Las patatas se cortan en trozos medianos y se ponen a cocer en agua fría con un

trozo de cebolla, un diente de ajo y una rama de perejil, se sazonan de sal y se cuecen muy lentamente, procurando que no se deshagan; una vez cocidas se escurren y se saltean en un poco de aceite. Cuando todo está en su punto se pasan los fréjoles a una fuente, salpicándolos con huevo cocido, alrededor se colocan las patatas y se sirven.

## **Menestra**

**3/4 kilo de guisantes desgranados**

**Un kilo de alcachofas**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/2 kilo de habas de mayo**

**Un tomate**

**1/2 lata de espárragos**

**1/4 kilo de judías verdes**

**Un kilo de patatas nuevas, a ser posible pequeñas**

**1/2 kilo de carne de ternera**

**Un pimiento del tiempo**

**100 grs. de jamón en trozos**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Una lata pequeña de pimientos y dos huevos duros**

**Un pimiento del tiempo**

**Aceite**

**Cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

En una tartera con aceite caliente se

rehoga la carne cortada en trozos pequeños, que se habrán sazonado con el ajo, cuando está dorado se le añade media cebolla picada, el tomate y el ajo y perejil machacado en el mortero, desleído con el vino blanco. Y el pimiento en trozos. Se deja cocer hasta que esté tierna.

Se limpian las judías verdes y se cortan en trozos pequeños; a las habas de mayo se les quita la piel dura que tienen y se ponen a cocer junto con las judías verdes, en agua hirviendo con sal. Una vez cocidas se escurren y se reservan (el agua no se aprovecha). Los guisantes se cuecen por separado en agua hirviendo con sal (es conveniente cocerlos

destapados para que conserven su color verde), procurando que estén siempre cubiertos de agua para que no suelten la piel, una vez tiernos se separan a un lado y se reservan (no se escurren). Las zanahorias se pelan, se cortan en cuadritos pequeños y se ponen a cocer junto con la carne cuando ésta está a media cocción. En aceite caliente se fríe el jamón cortado en cuadritos y se añade a la carne cuando ésta esté tierna. En el mismo aceite se doran las patatas que estarán sazonadas con ajo y se pondrán enteras si son pequeñas y en cuadros si son de tamaño grande, una vez rehogadas se añaden a la carne, se mezcla todo y se agregan las verduras

escurridas (los guisantes con el caldo de cocerlos), añadiendo agua hasta cubrirlo todo.

Las alcachofas, si son frescas, se limpian y se cuecen (véase manera de limpiarlas y cocerlas), una vez cocidas se escurren, se cortan en dos pedazos a lo largo y se colocan encima con los pimientos picados. Si fueran de lata se escurren y se colocan de la misma manera, se sazona de sal y se deja cocer suavemente hasta que esté en su punto (una hora aproximadamente), a media cocción se colocan encima unos espárragos, se sacude la tartera y se sigue cociendo lentamente hasta que está en su punto. Entonces se aparta y se deja

reposar unos minutos antes de servirla. Se sirve en un larguero adornado con espárragos y los huevos cocidos cortados en rodajas.

## **Menestra de bacalao**

**Un kilo de patatas**

**1/2 kilo de bacalao**

**1/2 kilo de zanahorias**

**1/2 cebolla**

**Un diente de ajó**

**Una rama da perejil**

**Un trozo de laurel**

**Una cucharadita de pimentón**

**Una cucharadita de harina**

**Un poco de vino blanco**

**Azafrán**

**Aceite**

**Sal**

Se pone en remojo el bacalao durante veinticuatro horas en abundante agua fría, cambiándole ésta por lo menos tres veces. Una vez desalado se escurre y se reserva. Se prepara una salsa con cebolla picada menuda, el ajo y el perejil machacado en el mortero y desleído con un poco de vino blanco, se agrega el bacalao, limpio de escamas, se deja cocer un rato, espesando la salsa con una cucharadita de harina, todo esto se echa sobre las patatas cortadas en trozos y colocadas en una cacerola Se



añaden las zanahorias cortadas en rodajas y los guisantes cocidos, Se rehoga todo junto añadiendo una cucharadita de pimentón y el laurel. Se mueve de vez en atando para que no se agarren las patatas y cuando están bien rehogadas se cubren ligeramente de agua, se sazona de sal y azafrán y se dejan hervir despacio hasta que todo esté tierno.

## **Patatas fritas**

Para que las patatas fritas resulten

buenas, sea cual sea su corte, debe tenerse en cuenta lo primero de todo la calidad de la patata. Debe escogerse poco feculenta (es decir, que no se deshaga). Se cortan todas del mismo tamaño para que no se frían unas antes que otras. Una vez lavadas y escurridas, deben secarse bien con un paño, ya que no basta escurrirlas, pues si conservan humedad, en vez de freírse se cocerán, apelmazándose unas con otras. No debe ponerseles la sal hasta el momento justo de ponerlas en la sartén (ésta debe ser fina). El aceite debe estar lo suficientemente caliente, sin que sea exagerado, en este caso se tostarán de repente sin cocerse por dentro. Se fríen

primeramente despacio para que se hagan por dentro y, cuando están, a fuego fuerte hasta que queden doradas. El punto exacto del aceite es cuando empieza a echar humo. No debe escatimarse el aceite, pues si no están holgadas no quedan bien fritas. No se pondrán muchas a la vez, para que quedan separadas unas de otras mientras se fríen; una vez fritas se sirven enseguida.

## **Patatas paja**

La

sal  
no  
se  
les  
pone  
hasta  
después  
de  
fritas.

Las patatas pajas son patatas cortadas en tiritas muy menudas y luego fritas. Sirven de guarnición de pollo asado... En el mercado existen moldes especiales para cortar estas patatas.

Se pelan las patatas: si no se dispone de molde se cortan en rodajas y luego éstas en tiritas muy delgadas. Se ponen en remojo con agua fría durante unas dos

horas. Cuando vayan a freírse se escurren y secan con un paño perfectamente y se fríen con abundante aceite caliente.

## **Nidos de patatas paja**

Se necesitan para la confección de estos nidos dos moldes, uno para cortarlas y otro para moldearlas.

Estos nidos se pueden hacer de varios tamaños, éstos dependen del empleo que quiera dárseles.

Cuando se emplean para el adorno de un

asado se hacen muy pequeños y se llenan de guisantes, puntas de espárragos, zanahorias cortadas con cuadritos; en este caso, las zanahorias y los guisantes una vez cocidos se saltean con un poco de salsa de asado, también pueden rellenarse con champiñón.

Cuando se rellenan de carne guisada o para colocar las codornices asadas, o albóndigas, se necesitan nidos grandes; de un tamaño intermedio para la presentación de huevos fritos y mollets.

Una vez peladas las patatas se pasan por el molde destinado a cortar patatas paja. Se abre el molde destinado a preparar nidos. Se cubre el fondo y las paredes

de patatas paja, se cierra el molde y se sumerge en aceite muy caliente (debe quedar el molde completamente cubierto, por lo que se precisa una sartén honda), se fríe hasta que las patatas estén bien fritas y tengan color amarillo parecido al de la paja, entonces se abre el molde por los mangos y se le da vuelta para que se desprenda el nido; si quedara un poco pegado, bastará para despegarlo con darle un pequeño golpe en la parte exterior del molde, para que se desprenda. Se rellenan según se desee y se sirven.

Para que no se enfríen, si tienen que esperar, se conservan al calor (puede ser en el horno con la puerta abierta).

No conviene que tengan que esperar mucho tiempo, ya que las patatas si esperan mucho se estropean y los nidos pierden vista.





# Patatas a la inglesa

La  
sal  
no  
se  
les  
pone  
hasta  
después  
de  
fritas  
y  
escurridas.

Estas patatas son las que se sirven en bares y cafés. En caliente sirven para guarnición de asados y emparrillados. Se escogen unas patatas buenas,

estrechas, alargadas de forma, se mondan y se cortan en rodajas muy finas, con el molde especial para ellas.

Después de cortadas se lavan bien, a fin de quitarles la fécula y se secan con un paño.

En una sartén honda se tendrá preparado abundante aceite, cuando esté bien caliente se van echando las patatas una a una.

Bastará con unos minutos para dorarlas; en cuanto estén doraditas y crujientes se escurren perfectamente y se dejan encima de un paño para que apuren bien. Si son para guarnición se sirven muy calientes.

# Patatas avellana

Para  
guarnición  
de  
carnes

Se pelan las patatas y se lavan, con la cucharilla para ahuecar se van sacando bolitas de patata del tamaño de una avellana hasta obtener las necesarias para la guarnición; a continuación se ponen a cocer en agua fría con sal durante tres minutos, contados a partir desde que rompe el hervor; pasados éstos, se escurren, se secan bien con un

pañó y se ponen en la sartén cuando el aceite está bien caliente. (Para que salgan bien doradas no debe ponérseles la sal hasta que están terminando de freírse, ésta, por tanto, debe ser fina), una vez frías se escurren y se utilizan.

# **Patatas en cazuela con bacalao**

**2 kilos de patatas**

**1/2 kilo de bacalao**

**2 dientes de ajo**

**Una cucharada de perejil picado**

**Azafrán**

**Un trozo de laurel**

**Un pimiento del tiempo o de conserva**

**2 cucharadas de cebolla picada**

**Una cucharadita de harina**

**Sal**

Se pelan las patatas y se cortan en rodajas, colocándolas en la cazuela de barro.

Se pone a remojar el bacalao la víspera; ya desalado se desmenuza y se coloca encima de las patatas.

En una sartén se pone el aceite; cuando está caliente se fríen un diente de ajo y la cebolla picada, se rehoga y sin que llegue a tomar color se le echa la harina y se deja dorar. A continuación se le añade agua, media hoja de laurel, y la

cucharada de perejil picado y el pimiento en trozos, se sazona de sal y azafrán y se vierte sobre las patatas. Se ponen sobre la chapa y cuando rompa el hervor se meten al horno, tapadas, dejándolas cocer lentamente hasta que estén cocidas.

Se sirven en la misma cazuela.

## **Patatas económicas**

**2 kilos de patatas**

**Cebolla / Perejil / Laurel**

**Una cucharada de pan molido**

**Un ajo**

**Una pastilla de caldo**

**Un poco de vino blanco**

**Una cucharadita de pimentón**

**Aceite / Sal**

En una sartén se pone el aceite necesario; cuando está caliente se rehoga un poco de cebolla picada, se añaden las patatas, que ya estarán preparadas, dándoles varias vueltas para que se rehoguen; en el mortero se machaca el ajo y el perejil, se deslíe con el vino blanco y se añade a las patatas, poniéndoles finalmente el pimentón, un poco de laurel y la cucharada de pan disuelta en un poco de agua y la pastilla de caldo. Se dejan cocer despacio. A media cocción se les pone la sal.



# **Patatas con bonito**

**350 grs. de bonito fresco**

**1/2 kilo de tomates**

**Un pimiento**

**Un kilo de patatas**

**Cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se cortan las patatas en cuadros (que no sean demasiado pequeños) y se cuecen en agua fría con sal.

El bonito se corta en trozos. Se sazona

con ajo machacado en el mortero y se fríe. Una vez frito se coloca en una tartera. En el aceite que quedó se fríe una cebolla (pequeña) picada menuda, cuando está frita se le agrega el tomate, sin piel y cortado en trozos, a continuación el pimiento picado. Se fríe todo unos minutos y se vierte sobre el bonito para que se haga todo junto. Cuando las patatas están cocidas (hay que procurar que no se deshagan) se escurren y se pasan a una tartera. Se coloca sobre ellas el bonito, se mueve ésta para mezclarlo todo y se cuece a fuego lento veinte minutos. Se sirve todo junto en un larguero.

# Patatas a la asturiana

**Un kilo de patatas**

**Un pimiento / Un chorizo**

**1/4 kilo carne de ternera**

**50 grs. de tocino magro**

**1/4 kilo de tomates**

**1/4 kilo de guisantes desgranados o  
una lata**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/2 cucharadita de pimentón**

**Azafrán / Ajo**

**Aceite / Cebolla / Perejil**

**Un chorro de vino blanco**

En una tartera se pone el aceite necesario; cuando está caliente se echa

la carne cortada en trozos y sazonada con ajo machacado, se rehoga, se agrega el tocino y el chorizo en trocitos, y un poco de cebolla picada, ya bien rehogado se añade el tomate sin piel, el pimiento picado y el ajo y perejil machacado en el mortero y desleído con un poco de vino blanco, por último un poco de pimentón; se deja cocer suavemente hasta que la carne esté tierna. Seguidamente se añaden las patatas cortadas en cuadros dándoles unas vueltas con la salsa y agregando los guisantes y las zanahorias, éstas cortadas en rodajas finas, se cubre con agua hirviendo preparada con el azafrán, se sazona de sal y se deja cocer

suavemente hasta que todo esté tierno.

# **Patatas con pescado**

**2 kilos de patatas**

**Unos trozos de cualquier clase de  
pescado**

**1/2 cebolla**

**Un poco de vino blanco**

**Un poco de laurel**

**Ajo**

**Perejil**

**6 almendras tostadas**

**Aceite**

**Azafrán**

**Sal**

Se cortan las patatas, después de peladas, en rodajas, se sazonan con ajo, se fríen y se van colocando en una tartera. Se preparan unos trozos de cualquier clase de pescado, sazonados con sal y ajo, se rebozan ligeramente en harina y se fríen, colocándolos encima de las patatas. En el aceite de freírlo se hace una salsa, con media cebolla picada fina y media hoja de laurel. En el mortero se machacan las almendras tostadas con un diente de ajo y una rama de perejil, se deslíe todo con un chorro de vino blanco y se agrega a la salsa, se vierte sobre las patatas y se rehogan, cubriéndolas seguidamente de agua con

azafrán, se sazonan de sal y se dejan cocer muy despacio hasta que estén en su punto.

# **Patatas guisadas con carne**

**1 1/2 de patatas**

**Un kilo de carne de guisar (costillas, cola...)**

**1/2 cebolla**

**Un pimiento**

**Una cucharadita de pimentón**

**1 cucharada pan rallado**

**Ajo / Perejil / Aceite**

**Un poco de laurel**

## **Un chorro de vino blanco**

### **Sal**

Se pone a guisar la carne en una tartera con un poco de cebolla picada, ajo y el perejil, machacados en el mortero y desleído con un poco de vino blanco, añadiendo una cucharadita de pimentón, media hoja de laurel y el pimiento en trozos; cuando está todo rehogado se añade un poco de agua y se pone a cocer, moviéndolo de cuando en cuando para que no se agarre al fondo. Cuando la carne está tierna, se añaden las patatas, cortadas en trozos regulares, y se rehogan con la salsa, añadiendo una cucharada de pan rallado para que ésta



esté más espesa. Seguidamente se cubren de agua y se dejan cocer suavemente, hasta que estén tiernas. Si hubiera pimientos del tiempo se echan unos trozos en la carne al tiempo de guisarla.

## **Patatas a la moderna**

**Un kilo de patatas**

**300 grs. de carne picada**

**50 grs. de mantequilla**

**Un poco de cebolla**

**Un kilo de tomate o una lata grande**

**Un huevo**

**Un diente de ajo**

**Perejil**

**Un poco de vino blanco**

**Sal**

Se ponen a cocer las patatas, después de peladas y cortadas en trozos, con agua hirviendo y sal; ya cocidas, se escurren y se ponen un poco en el horno para que sequen, pasándolas seguidamente por el pasador para conseguir un puré, se le agrega una yema y una tajada de mantequilla, trabajándolo un poco al lado del fuego; se deja enfriar. La carne picada se sazona de ajo y perejil, con un poco de aceite se le da una vuelta en la sartén hasta que esté rehogada, añadiendo un poco de vino blanco, se sazona de sal y se deja cocer un rato. Se

bate la clara que quedó al echar la yema al puré y se añade al picadillo cuando está frito. Si se quiere gastar un huevo más, se bate el huevo entero y se agrega. Con el puré ya frío se forman, con la ayuda de harina, unas bolas; a éstas se les hace un hueco con el dedo, y en éste se coloca una cucharada de picadillo, dándoles seguidamente la forma de la patata; se colocan seguidamente en una fuente refractaria o besuguera, cubriéndolas con *salsa de tomate* (véase fórmula). Se meten durante veinte minutos al horno.

# Patatas en salsa verde

**2 kilos de patatas**

**1/2 cebolla**

**Un puñado de perejil**

**Un diente de ajo**

**Una pastilla de caldo**

**4 cucharadas de vino blanco**

**Uno o dos huevos duros**

**Aceite**

**Una cucharada de pan molido / Sal**

En un tartera se pone aceite; cuando está caliente agrega un poco de cebolla picada muy menuda, se rehoga unos minutos y antes que se dore se añaden las patatas cortadas en rodajas, removiéndolas hasta que estén bien rehogadas. En el mortero se machaca un

diente de ajo con bastante perejil picado y una yema de huevo duro, se deslíe con el vino blanco y se echa éste, majado, a las patatas; se agrega el caldo, se cubren de agua hirviendo y se sazonan de sal, dejándolas lentamente hasta que están tiernas. A media cocción se les pone la cucharada de pan molido. Se sirven salpicadas de huevo cocido y perejil picado.

## **Patatas a la vinagreta**

**2 kilos de patatas que no sean muy grandes**

**3 huevos duros**

**1/2 cebolla**

**3 tomates del tiempo**

**Perejil**

**Un cogollo de lechuga**

**Una lata de bonito**

**Aceite / Vinagre / Sal**

Se ponen a cocer las patatas, después de lavadas con la piel, en agua fría con sal. Ya cocidas se pasan por agua y se dejan enfriar. A continuación se cortan en rodajas finas. Se les añade la lata de bonito deshecho, se les pone un poco más de sal y se colocan en una fuente alargada. Se prepara una *salsa vinagreta* (véase fórmula). Con esta salsa se cubren las patatas, ya colocadas

en el larguero. Alrededor se pone la lechuga aliñada y unas rodajas de tomate.

## **Patatas delfina**

**1/2 kilo de patatas**

**100 grs. de pan rallado**

**50 grs. de mantequilla**

**3 cucharadas de harina**

**2 huevos**

**Un pocillo de leche**

**Un pocillo de agua**

Estas

patatas

es

necesario  
que  
estén  
muy  
frías,  
en  
el  
momento  
de  
freírlas,  
para  
que  
no  
se  
revienten,  
y  
deben  
freírse  
pocas  
de  
una



vez.

Se ponen a cocer las patatas, después de peladas y cortadas en trozos, y se les añade la sal. Cuando están cocidas se escurren y se ponen un poco en el horno para que se sequen. Se pasan por el pasador y se dejan enfriar.

En un cazo se pone la leche con la mantequilla, el agua y sal; cuando rompe a hervir se echa de golpe la harina y se remueve con una cuchara de madera hasta conseguir una pasta fina.

Cuando se apelotona la pasta en la cuchara, separándose ya de las paredes del cazo, es que está en su punto; entonces se separa del fuego y se agrega

el huevo entero. Se remueve mucho hasta mezclarlo. Entonces se mezcla la masa al puré, uniéndolo todo bien. Se deja la pasta enfriar; ya fría, se forman unas croquetas pequeñas, que se pasan por huevo batido y pan rallado. Al momento de servir las se fríen en abundante aceite caliente, hasta que están muy doradas, escurriéndolas bien. Se sirven solas o para adornar platos de carne.



**Patatas a la unión**

**2 kilos de patatas, todas medianas**

**Un chorro de vino blanco**

**2 dientes de ajo**

**1/2 cebolla**

**Una rama de perejil**

**2 huevos**

**Aceite**

**Sal**

Se pelan las patatas y se cortan en rodajas finas, se sazonan con sal y ajo y se dejan unos minutos. Se ponen dos rodajas juntas, se rebozan en harina y huevo batido y se fríen; se van colocando en una tartera. Con el aceite de freirías, colado para que no tenga nada de poso, se hace una salsa con un poco de cebolla picada; en el mortero se

machaca un diente de ajo y una rama de perejil, desleído en un poco de vino blanco. Todo esto se agrega a la salsa, y ésta se vierte por encima de las patatas. Se cubre de agua y se dejan cocer suavemente hasta que estén tiernas, procurando que no se deshagan.

## **Patatas al nido**

**Un kilo de patatas**

**1/2 kilo de tomates para la salsa**

**Un huevo**

**Una lata de pimientos**

**300 grs. de carne picada**

**50 grs. de mantequilla**

# Sal

Estas  
patatas  
sirven  
para  
aprovechar  
restos  
de  
carne,  
asada  
o  
guisada,  
pollo,  
etcétera;  
se  
hace  
con  
esta  
carne  
un  
picadillo,

agregándole,  
si  
se  
desea,  
un  
poco  
de  
salsa  
de  
tomate  
y  
un  
pimiento  
picado;  
se  
puede  
hacer  
con  
carne  
picada.

Las patatas, cortadas en trozos, se ponen a cocer en agua fría con sal; ya cocidas, se escurren y se meten en el horno para que se sequen. Seguidamente se pasan por el pasador para hacer un puré; éste se trabajará al lado del fuego, con una yema y la mantequilla; cuando esté frío con la ayuda de harina se van formando unas bolas, que se van colocando en una fuente refractaria engrasada; en cada bola se forma un hoyo, en el que se colocará un poco de picadillo de carne o pollo que haya quedado de comidas anteriores, que se puede aumentar con salsa de tomate y un pimiento picado; de no disponer de carne se prepara un



picadillo con la carne picada, un poco de cebolla menuda, ajo, perejil machacado, un poco de vino blanco, un poco de salsa de tomate y un pimiento picado, dejándolo cocer un rato. Ya todos los nidos rellenos de picadillo, se bate una clara a punto de nieve y se pintan, metiéndose en el horno hasta dorarlas, Cuando se sacan del horno se adornan con una salsa de tomate un poco espesa y con tiras de pimientos, hirviéndolo en la misma fuente.

## **Patatas duquesa**

**1/2 kilo de patatas**

**Una yema**

**50 grs. de mantequilla**

**Sal**

Se prepara un puré de patatas como el anterior, se trabaja con la mantequilla y la yema del huevo, procurando que esté bien espeso; se deja enfriar y se pone en manga de pastelería con boquilla gruesa rizada. Se forman unas pequeñas pirámides sobre una placa engrasada, se meten al horno fuerte y cuando están doradas se sacan. Estas patatas son apropiadas para adornar platos de carne.

# Patatas rellenas

**18 patatas medianas**

**300 grs. de carne de ternera**

**Un pimiento de lata o del tiempo**

**Una cebolla**

**Dos dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**1/2 cucharada de pan molido**

**Aceite**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Un trozo de laurel**

**Sal**

Se corta la carne en trozos y se sazona con ajo machacado, dejándola reposar un cuarto de hora. En una tartera se pone aceite y cuando está bien caliente, se

echa la carne y se rehoga hasta que quede bien dorada; a continuación se le añade la cebolla picada menuda, se fríe un poco y se agrega un tomate y los pimientos (éstos picados), removiéndolo todo. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un chorro de vino blanco y se vierte sobre la carne. Se sazona de sal y se deja cocer lentamente hasta que esté bien tierna. Se le puede agregar un poco de agua si fuera necesario.

Las patatas no se preparan hasta que la carne no esté en su punto para evitar que se queden negras.

Cuando la carne está tierna se separa de la salsa, dejando ésta hervir para que se

reduzca, cuidando de que no se queme. La carne se pica sobre la tabla, muy menuda, y se agrega a la salsa ya reducida, removiéndolo bien para unirla.

Se escogen las patatas lisas y de tamaño mediano, se pelan y se ahuecan con el aparato destinado a este fin. Con una cucharilla se van rellenando (procurando poner salsa y carne a la vez). A medida que se van rellenando se tapa el hueco por donde se rellenaron con un trozo de patata del que se quitó. El resto de los trozos se sazonan con ajo machacado y se reservan.

En una sartén con aceite caliente se rehogan las patatas (el aceite debe ser

abundante), hasta dejarlas doradas por todos los lados; a medida que se van rehogando se colocan en una tartera. Ya todas rehogadas, se fríen los trozos que se les quitó y se colocan en la tartera entre las patatas. En un poco de aceite de freírlas (si fuera mucho se quita una parte, y si estuviera sucio se cuele) se prepara una salsa con un poco de cebolla picada; cuando está frita se le añade el pan molido, se rehoga un poco y se agrega un diente de ajo machacado en el mortero, desleído con el vino blanco; se deja hervir y se vierte sobre las patatas, agregándoles un trozo de laurel y agua hasta cubrirlas; se sazonan de sal, teniendo en cuenta que la carne

ya tenía sal, y se dejan cocer hasta que estén tiernas, procurando que se conserven enteras. Se sirven en un larguero con su salsa. Se les puede poner al tiempo de cocer un trozo de pimiento del tiempo.





# **Patatas estofadas**

**2 kilos de patatas**

**Un trozo de cebolla**

**Un poco de vino blanco**

**Un diente de ajo**

**Una cucharada de pan molido**

**Perejil**

**Un poco de laurel**

**Aceite**

**Pimentón**

**Sal**

Después de peladas las patatas, se lavan y se cortan en trozos no muy pequeños, se colocan en una cazuela, agregándoles

la cebolla picada menuda, el ajo picado, el laurel, una cucharadita de pimentón, perejil y un chorro de vino blanco; se rocían con aceite y se acercan al fuego para rehogarlas durante unos minutos, removiéndolas continuamente; ya rehogadas, se cubren con agua hirviendo y se dejan cocer lentamente. A media cocción se deslíe en el mortero la cucharada de pan molido con un poco de agua y se vierte sobre las patatas, se sazonan de sal dejándolas cocer muy despacio hasta que están tiernas.

# **Patatas reales con guarnición**

**Un kilo de patatas de tamaño regular**

**1/4 kilo de carne picada**

**Un kilo de tomate**

**150 grs. de zanahorias**

**2 dientes de ajo**

**1/2 cebolla**

**Unas hojas de repollo**

**50 grs. de jamón**

**2 cucharadas de vino blanco**

**Un pimiento del tiempo o de lata**

**Perejil**

**Aceite**

**1/4 litro de leche**

**Una cucharada de harina**

**Media cucharada de mantequilla**

**Sal**

Se sazona la carne con ajo y perejil machacado en el mortero y se deja reposar un cuarto de hora. Pasado éste se sazona de sal y se rehoga en un poco de aceite caliente. Se cuecen las patatas enteras con sal; una vez cocidas, se pasan por agua fría y se dejan enfriar.

Se hace un poco de bechamel espesa con la leche, la harina y la mantequilla (véase fórmula). A media cocción se le ralla un poco de cebolla; ya cocida se le agrega la carne, se le dan unas vueltas para que se una todo y a continuación se

deja enfriar.

En la sartén, con un poco de aceite, se fríe la cebolla; cuando está frita se le añade el tomate cortado en trozos, se deja freír hasta que esté espeso y se le agrega un diente de ajo machacado en el mortero desleído con un chorro de vino blanco, se deja cocer unos minutos y se pasa por el pasador, colocándola en un larguero que resista el horno.

A las patatas, ya frías, se les quita la piel y una rodaja de la parte de arriba, se ahuecan con el aparato destinado a este fin, con cuidado de no romperlas, se rellenan con el picadillo preparado y se van colocando en el larguero sobre el tomate con el relleno para abajo,

procurando que estén separadas unas de otras.

Se pone a cocer el repollo y las zanahorias (ambas cosas picadas) en agua hirviendo con sal y cuando están cocidas se escurren.

En un poco de aceite se fríe el jamón, cortado en cuadrados. Nada más darle una vuelta se añaden las verduras y se rehogan unos diez minutos, añadiéndoles seguidamente el pimiento picado con todo su jugo; y si fuera del tiempo se pica y se fríe antes de agregarlo, se remueve todo y se coloca entre las patatas. En cada patata, se coloca un poco de mantequilla y se meten al horno fuerte durante diez minutos. Al tiempo

de servir las se coloca en cada patata un trozo de pimiento. Se sirve en el mismo larguero.

## **Patatas yankis**

**3/4 kilo de patatas**

**100 grs. de carne de cerdo picada**

**100 grs. de carne de ternera picada**

**Un kilo de tomate**

**Dos huevos**

**Un pimiento de lata**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se cortan las patatas, una vez peladas, en trozos grandes y de igual proporción y se ponen a cocer en agua hirviendo con sal. Una vez cocidas se escurren y se meten al horno para que se sequen, procurando que no esté muy fuerte, en cuyo caso no se cerrará éste. A continuación se pasan por el pasapuré y se deja enfriar.

Se mezcla la carne de cerdo y la de ternera, se sazona de ajo machacado y perejil, dejándola reposar unos minutos. Se pica la cebolla muy menuda, se fríe en aceite caliente con cuidado de que no se queme, se le añade la carne y un poco de vino blanco, se sazona de sal y se



deja cocer un rato.

Cuando el puré está frío se le añaden los dos huevos un poco batidos y se remueve bien; a continuación se preparan unas bolas de la siguiente manera:

Se espolvorea la palma de la mano con un poco de harina, y se pone en ésta un poco de puré de patata; sobre el puré un poco de picadillo, ya frío; sobre éste otro poco de puré, formando una bola un poco aplastada, siempre con la ayuda de harina; una vez hechas todas se pasan por harina y se fríen en abundante aceite cuando esté bien caliente, procurando freír pocas de cada vez y que éstas estén bien frías para que no se revienten. Con

el tomate se prepara una buena salsa (véase fórmula), se vierte sobre una fuente refractaria y se van colocando las patatas ya fritas, poniendo sobre cada una un trozo de pimiento. Se meten durante diez minutos al horno. Se sirven en la misma fuente.

# **Puré de patata enrollado con carne (rollo)**

**Un kilo de patatas**

**1/2 kilo de carne para guisar**

**Un kilo de tomate**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Un octavo de lata de pimientos**

**Dos huevos cocidos**

**Un chorro de vino blanco**

**50 grs. de mantequilla**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se corta la carne en trozos, se sazona con ajo y se deja reposar un cuarto de hora; a continuación se dora en aceite bien caliente; cuando está dorada se le añade la cebolla picada menuda, se rehoga unos minutos y se añade 1/4 kilo de tomate, sin piel y cortado en trozos y

un pimiento picado, se machaca en el mortero un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un chorro de vino blanco y se vierte sobre la carne, se deja cocer lentamente hasta que la carne esté tierna. A media cocción se agregan los guisantes escurridos.

Las patatas, después de peladas, se ponen a cocer cortadas en trozos, con sal; cuando están cocidas se escurren y se meten unos minutos en el horno para que se sequen (sin cerrar éste); seguidamente se pasan por el pasador. Ya pasado se trabaja al lado del fuego con la mantequilla y una yema de huevo. Se deja enfriar. Cuando la carne está tierna se separa de la salsa y se pica,

sobre la tabla, menuda. Una vez picada se mezcla nuevamente con la salsa, quitándole con una cuchara toda la grasa sobrante. Se le agrega un huevo cocido picado.

El puré, una vez frío, se extiende sobre un paño húmedo; con la ayuda de éste se aplasta, dándole la forma cuadrada. En el centro del puré, extendiéndolo en todo lo largo, se coloca la carne y se envuelve con la ayuda del paño, dándole la forma de un rollo; se coloca sobre una fuente refractaria y con cuidado se le quita el paño. Se prepara con el resto del tomate una salsa, se cubre y se mete en el horno durante diez minutos. Al tiempo de servirlo se adorna con un

huevo picado y tiras de pimientos.

## **Pimientos fritos**

Se asan los pimientos, sin quemarlos, sobre la chapa (ha de estar muy caliente); a continuación se colocan sobre un plato y se tapan con un paño para que ablanden, cuando están blandos se pelan bien, se les quitan las simientes y se cortan en tiras. Se ponen a freír en una cazuela de barro con aceite y uno o dos ajos. Para que no se turren se les echa unas gotas de agua, se dejan freír

muy despacio hasta que se pongan tiernos, se sazonan de sal; cuando vayan a servirse se les agrega un poco de pan rallado y se revuelven bien, dejándolos que se cuezan un poco para que se ligue la salsa. Se separan los ajos al tiempo de servirlos.

## **Pimientos rellenos**

**6 pimientos para rellenar**

**1/4 kilo de carne picada**

**2 huevos**

**2 cucharadas de miga de pan**

**Una cebolla**

**4 cucharadas de leche**

**1/4 kilo de tomate**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Una zanahoria**

**Sal**

Se sazona de ajo la carne y se deja reposar un cuarto de hora. Mientras tanto se prepara la salsa, poniendo en una sartén aceite; cuando está caliente se añade la cebolla, la zanahoria, el tomate, el vino blanco, un diente de ajo y una rama de perejil, todo ello picado; se sazona de sal y se deja hervir a fuego moderado.

En otra sartén se pone un poco de aceite;



cuando está caliente se echa la carne, se rehoga y se le agrega un poco de cebolla picada, se sigue rehogando y se le agrega el pan remojado en la leche y escurrido, se sazona de sal y se remueve para que no se agarre; se le pone a continuación dos cucharadas de vino blanco, se deja cocer unos minutos, sin dejar de removerlo, y se separa del fuego; se le agrega un huevo batido y media cucharada de perejil picado, se remueve bien y se deja enfriar.

A los pimientos se les quita la piel asándolos a fuego vivo sobre la chapa, a continuación se vacían las simientes, se lavan con agua y una vez bien escurridos se rellenan, cuando el preparado está

frío, ya rellenos se pasan por harina y huevo batido y se fríen con aceite bien caliente; fritos, se pasan a una tartera (que estén holgados), se pasa la salsa por el pasador, apretándola bien y se pone en la tartera con los pimientos, se dejan hervir despacio hasta que estén tiernos, sacudiendo la tartera a menudo para que no se agarren, pasando por debajo de los pimientos la paleta o espumadera para desprenderlos. Se sirven en una fuente con la salsa.

## **Pimientos rellenos con**

# **bacalao**

Se prepara una *bechamel* espesa (véase fórmula), se agrega al bacalao desalado y bien picado, se deja cocer el conjunto durante unos minutos hasta ponerlo muy espeso; seguidamente se le añade un huevo batido, se remueve bien y se rellenan los pimientos exactamente igual que los anteriores, poniéndoles la misma salsa.

## **Pimientos rellenos con**

# **huevo y tomate**

Se prepara un revuelto con huevos y tomates, debiendo quedar bien espeso; con esto se rellenan los pimientos exactamente igual que los anteriores, poniéndoles la misma salsa.

# **Pimientos rellenos con bonito**

Se prepara un relleno con una lata de bonito, éste se desmenuza, se le agrega

un poco de cebolla picada muy menuda y frita; antes de mezclarla con el bonito se escurre bien el aceite; a esta mezcla se le añaden dos cucharadas de puré de tomate, un huevo batido y dos cucharadas de miga de pan remojado en leche y exprimido. Se unen bien y se rellenan los pimientos exactamente igual que los primeros, poniéndoles la misma salsa.

## **Pimientos rellenos (otra fórmula)**

Para el relleno se prepara una *carne guisada* (véase fórmula). Una vez preparado el relleno se lavan los pimientos y con la ayuda de un cuchillo se les quita, con cuidado de no estropearlos, el corazón; éste se despoja de toda simiente y se reserva. Se rellenan con el preparado y se tapan con los corazones, se colocan en un larguero refractario, se espolvorean de sal fina y se rocían con aceite fino y se meten a horno muy fuerte hasta que estén tiernos; de vez en cuando se riegan con el jugo que sueltan (tardan en hacerse unos tres cuartos de hora aproximadamente). Ya en su punto se sacan del horno y se tapan con un paño durante cinco minutos;

seguidamente se sirven.

## **Pisto**

**Un kilo de tomates**

**2 cebollas**

**Uno o dos huevos**

**Un pimiento grande**

**Aceite**

**Perejil**

**Sal**

En una sartén se pone aceite; cuando está bien caliente se echa la cebolla picada muy menuda con perejil abundante, también muy menudo, picado;

cuando está frita se le añade la sal. Se asan los pimientos y se les quita la piel y la semilla, se cortan en trozos pequeños y se añaden a la sartén, dejándose rehogar todo al lado del fuego suavemente

Se escaldan los tomates en agua hirviendo, se les quita la piel y la semilla y se cortan en pedazos pequeños. Se añaden a la cebolla y pimientos cuando éstos están tiernos. Se deja pasar todo y cuando estén en su punto se añade uno o dos huevos batidos poco a poco y sin dejar de revolverlo se coloca en un larguero y se sirve.



# **Pisto a la asturiana**

**Un kilo de tomates**

**2 huevos cocidos y uno crudo**

**2 cebollas**

**Un pimiento grande**

**50 grs. de jamón**

**Aceite**

**Perejil**

En una sartén se fríe la cebolla, el jamón picado, todo ello muy menudo, y el perejil, también muy picado. Se asan los pimientos y se les quita la piel y semillas, se cortan en trozos pequeños y se añaden a la sartén, dejándolos rehogar todo al lado del fuego, dándole

vueltas de cuando en cuando; por último, se añade el tomate sin piel, partido en trozos, se sazona de sal y se deja freír todo. Cuando está en su punto se agrega poco a poco un huevo batido, sin dejar de removerlo, procurando que quede bien jugoso. Se sirve en un larguero y se salpica por encima con los huevos cocidos.

## **Remolachas a la vinagreta**

Las remolachas se deben escoger muy frescas, muy rojas, que tengan el sabor dulce y que sean del tamaño parecido, para que se cuezan todas en el mismo tiempo. Se lavan para quitarles la tierra que tengan pegada, se secan y se les recortan las hojas, sin llegar a cortarles la raíz, ya que de quitarles ésta, al cocerlas pierden el color rojo y se quedan descoloridas.

Para cocerlas se colocan en un puchero con la piel y se cubre de agua (no importa fría o caliente), a la que se le pone un pellizco de sal; se cuecen lentamente hasta que estén tiernas (tardan aproximadamente tres horas). A

medida que se van cociendo hay que añadirles el agua que se va consumiendo (ésta debe estar hirviendo). Una vez cocidas se dejan enfriar, se pelan y se cortan en rodajas finas o cuadrados, se sazonan con sal, aceite y vinagre y al tiempo de servir las se espolvorean con huevo cocido muy picado y perejil picado.

## **Repollo con patatas**

**Un repollo de un kilo  
(aproximadamente)**

**1/4 kilo de carne de puchero**

**Un trozo de tocino curado**

**Uno o más chorizos**

**3/4 kilo de patatas**

**Un diente de ajo**

**Un poco de aceite**

**Sal**

En un puchero proporcionado a las cantidades con agua fría se pone a cocer la carne, el tocino y el chorizo durante una hora; pasada ésta se añaden las patatas cortadas en trozos regulares.

Aparte se cuece el repollo en agua hirviendo con un poco de sal; cuando está cocido se escurre y se agrega a las patatas y la carne. En un poco de aceite se fríe un diente de ajo; cuando está dorado se aplasta con un tenedor y se

separa, se vierte el aceite hirviendo en el puchero, se sazona de sal y se deja cocer despacio. Tiene que quedar muy reducido y bien cocido. Se sirve en el larguero con la carne cortada en trozos.

## **Repollo hervido**

**Un repollo de kilo y medio  
(aproximadamente)**

**300 grs. de patatas**

**2 dientes de ajo**

**Sal**

En un puchero se pone el repollo en agua hirviendo con sal. Por separado se

cuecen las patatas con sal. Cuando el repollo está cocido se escurre y se coloca en una tartera. Las patatas también se escurren una vez cocidas y se mezclan con el repollo. Se prepara un refrito de aceite con los ajos y bien caliente se vierte sobre ello. Se sirve en una fuente con unas gotas de vinagre.

## **Repollo con lacón**

**Un lacón salado**

**Tres repollos rizados**

El lacón puede ponerse en remojo la

noche anterior en agua fría. También puede ponerse sin remojar; de esta manera el repollo queda más sabroso.

Se lava el repollo hoja por hoja y se pica menudo (aunque no mucho). En un puchero proporcionado se coloca parte del repollo, encima el lacón entero, desalado o no, se pone el resto del repollo y se cubre de agua fría; cuando rompe el hervor se tapa y se deja cocer lentamente hasta que el lacón está tierno. Si no puede ponerse todo el repollo de una vez, se cuece lo que quedó aparte y a medida que se vaya reduciendo se agrega. No debe quedar caldoso. Se sirve en un larguero con los trozos de lacón por encima.



# **Repollo relleno**

**Un repollo rizado (que esté flojo)**

**1/4 kilo de carne para guisar**

**Media lata de pimientos**

**2 huevos cocidos, uno crudo**

**50 grs. de jamón**

**1/4 kilo de zanahorias**

**Una cucharadita de harina**

**Un chorro de vino blanco**

**Media pastilla de caldo**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Un poco de bramante para atar**

**Sal**

Se sazona la carne, cortada en trozos, con ajo y se deja reposar un cuarto de hora; pasado éste se rehoga en aceite bien caliente; cuando está dorada se le añade la cebolla picada menuda, se le dan unas vueltas y se añade el tomate un poco aplastado y el pimiento picado; por último, un diente de ajo y perejil machacado en el mortero y desleído con el vino blanco; se deja cocer hasta que esté tierna. La salsa debe quedar bastante espesa. Ya tierna la carne, se separa de la salsa y se pica muy menuda sobre la tabla; la salsa se pasa por el pasador, agregándole, una vez pasada, la carne y los huevos picados, se mezcla

todo y se reserva.

Se lava bien el repollo con cuidado de que no se rompa ninguna hoja.

En una cazuela se tiene agua hirviendo sazonada de sal, se introduce un momento el repollo, sin deshojarlo (solamente tiene que dar un hervor), se saca y se deja enfriar.

Cuando el repollo está frío se bate un huevo y se añade al relleno, se remueve, se rellena el repollo hoja por hoja y se va cerrando. Todo relleno se ata con un bramante En una tartera se pone aceite; cuando está caliente se dora el repollo, se le añade una cebolla cortada en trozos grandes, un diente de ajo y un poco de perejil machacado en el

mortero y desleído con un poco de agua, el jamón picado en trazos pequeños, las zanahorias enteras y una cucharadita de harina, a continuación la media pastilla de caldo disuelta en un chorro de vino blanco, se rectifica de sal y se deja cocer lentamente, removiéndolo de cuando en cuando y agregándole un poco de agua si fuera necesario (debe tener siempre bastante salsa). Cuando esté tierno se comprobará cuando puede pinchar con facilidad (tarda aproximadamente dos horas), se separa de la salsa, se deja reposar unos minutos y se le quita la cuerda de atarlo. Se coloca en un larguero. Alrededor se le pone la salsa bien caliente, pasada por

el pasador, después de separar las zanahorias y los trocitos de jamón. Se sirve adornado con las zanahorias cortadas en rodajas, los trocitos de jamón y tiras de pimientos (a la mesa debe llevarse entero).

## **Repollo relleno (otra fórmula)**

**Un repollo blanco de 750 grs.**

**1/4 kilo de carne para guisar**

**1/2 kilo de pimientos**

**1/2 kilo de tomate**

**2 huevos**

**2 cucharadas de miga de pan**

**3 cucharadas de leche**

**Un chorro de vino blanco**

**Media pastilla de caldo**

**Una cebolla**

**2 dientes de ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Un poco de bramante para atarlo**

**Sal**

Se prepara la carne como para la fórmula anterior; cuando está bien tierna se separa de la salsa y se pica muy menuda; la salsa se pasa por el pasador y se mezcla con la carne (si fuera mucha salsa no se pone toda). Se remoja la miga de pan en la leche, se exprime y se mezcla con la carne; por último, se le

añaden dos huevos batidos. Con todo ello se hace una bola y se rellena el repollo, que estará preparado de la manera siguiente:

Se le quitan las primeras hojas y se lava bien; después de lavado se deja en remojo en agua caliente durante diez minutos. Seguidamente, con la punta del cuchillo se le quita la parte de dentro, dejando así un hueco para meter el relleno. Este hueco se tapa con una hoja de éste y se ata el repollo, poniéndolo a cocer con una salsa, que se hará con un poco de cebolla menuda, un ajo picado, un poco de perejil, una cucharadita de harina y un chorro de vino blanco, añadiéndole media pastilla de caldo

disuelta en un poco de agua; se deja cocer como el anterior, revolviéndolo de cuando en cuando y agregándole agua si fuera necesario. Se sirve con la salta pasada por el pasador, con rodajas de patatas cocidas y pimientos.

## **Rollos de repollo**

**Unas hojas de repollo rizado**

**1/4 kilo de carne picada**

**Media cebolla**

**Dos cucharadas de puré de tomate**

**Un pimiento**

**Un poco de miga de pan**

**Dos cucharadas de leche**



**Un chorro de vino blanco**  
**Una cucharadita de harina**  
**Ajo**  
**Sal**  
**Perejil**  
**Un huevo**

Se lavan las hojas del repollo y se ponen en agua hirviendo durante un minuto, pasado éste se sacan y se dejan enfriar.

En una sartén con un poco de aceite se rehoga la carne, ya rehogada, se le añade una cucharada de cebolla picada muy menuda, se le da unas vueltas y se agrega un poco de perejil machacado en el mortero, con un diente de ajo también machacado y desleído con un chorro de

vino blanco y las dos cucharadas de puré de tomate; deja que pase todo, removiéndolo da vez en vez, y se pone a enfriar. Cuando esté frío se le añade el pan remojado en las dos cucharadas de leche y el huevo batido, removiéndolo todo bien.

Ya frías las hojas del repollo, se cortan cada una en dos y se rellenan con el picadillo, dándoles vueltas hasta conseguir un rollito que se pinchará con un palillo para que no se deshaga; se colocan en una tartera y se cubren con una *salsa rubia* (véase fórmula). Se dejan cocer lentamente hasta que estén tiernos y se sirven con tiras de pimientos.

# Setas a la casera

**700 grs. de setas**

**Una cebolla**

**Un huevo**

**Un chorro de jerez seco**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

Se limpian las setas y se les da un hervor, añadiéndoles un objeto de plata. Si éste se pusiera negro, las setas no pueden utilizarse. Si la plata no cambiara de color es señal de que son

comestibles; en este caso se retiran en seguida y se ponen a escurrir. Este procedimiento de comprobar si las setas son comestibles o no puede fallar. Lo más seguro es asesorarse de personas muy expertas. En una cacerola se pone aceite a calentar y se fríe la cebolla picada, se le agrega el ajo picado y las setas picadas, se sazona de sal y se les añade el jerez. Se tapa la cacerola y se dejan cocer despacio durante veinte minutos. Ya cocidas se colocan en un larguero, se espolvorean con el huevo cocido y perejil picado.

# Setas con mahonesa

Cocidas las setas, como se ha explicado anteriormente, se sazonan de sal, se escurren y se colocan en un larguero, se rocían de limón y se cubren con salsa mahonesa.

# Setas a la vinagreta

Cocidas las setas como se ha explicado anteriormente, se sazonan de sal, se escurren y se cubren con *salsa vinagreta* (véase fórmula).

# **Tomates rellenos**

**12 tomates medianos iguales**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Un tarro de mahonesa**

**12 aceitunas rellenas**

**Un cogollo de lechuga**

**Una lata de bonito**

**3 patatas**

**2 huevos cocidos**

**Un pimiento de lata**

**Sal**

Se escogen los tomates lisos y de igual tamaño, que no estén excesivamente maduros. Con un cuchillo fino corta un

poco la parte de arriba (se les quita una tapa fina), se levanta ésta y con una cuchilla se vacían de semillas y parte de su carne, quedando como una cazuela, se les pone dentro un poco de sal y se colocan boca abajo para que escurran.

Las patatas se cuecen cortadas en cuadritos en agua fría con sal; cuando están cocidas se escurren, se pasan por agua fría y se dejan enfriar, colocadas sobre un paño para que se sequen. Se mezclan con el bonito desmenuzado, los guisantes, el pimiento picado, tres cucharadas grandes de mahonesa. El resto de la mahonesa se mezcla con un poco de puré de patata, se remueve bien y se reserva.

Se rellenan los tomates con la ensaladilla preparada, se colocan en una fuente, se cubre el hueco con un poco de la mahonesa reservada colocada en una manga con boquilla rizada. Encima de la mahonesa se coloca una aceituna. Al tiempo de servirlos se adorna la fuente con lechuga aliñada y rodajas de huevo cocido.

## **Tomates rellenos con champiñón**

**12 tomates de tamaño regular**



**Una lata de champiñón**

**Una cebolla**

**Una cucharada de miga de pan**

**Un poco de pan rallado**

**Un chorro de vino blanco**

**2 dientes de ajo**

**Una cucharada de perejil picado**

**2 cucharadas de puré de tomate**

**Aceite**

**Sal**

Se escogen los tomates de igual tamaño, no excesivamente maduros y de un color rojo vivo. Con un cuchillo fino se les corta una pequeña circunferencia en la parte superior, se levanta la tapa y con una cucharilla se vacían de semillas y parte de su carne quedando como una cazuela, se les pone dentro un poco de

sal y se colocan boca abajo para que escurran.

En un poco de aceite se fríe la cebolla picada muy fina; cuando está frita sin que tome color se añaden el ajo y los champiñones picados, se rehoga todo a fuego vivo, se sazona de sal, se les agrega el vino y la miga de pan remojada en un poco de caldo o agua; después de escurrido se agrega el puré de tomate y se cuece hasta espesarlo mucho, removiéndolo con una cuchara para que no se agarre. En su punto se retira del fuego, se añade el perejil picado y se rellenan los tomates, y si tienen que esperar se reservan tapados con un papel.

Cuando vayan a servirse, una media hora antes, se polvorean con el pan rallado, se rocían con unas gotas de aceite frito y se meten en el horno fuerte durante quince minutos.

Para servirlos se pasan con cuidado a un larguero, cubriendo el fondo con salsa de tomate.

## **Tomates rellenos (otra fórmula)**

**12 tomates de tamaño regular y muy lisos**

**2 huevos duros**  
**50 grs. de queso rallado**  
**1/4 litro de leche**  
**Un chorro de vino blanco**  
**Una cucharada de harina**  
**50 grs. de mantequilla**  
**1/2 kilo de tomate (para salsa)**  
**Dos cucharadas de cebolla picada**  
**Un diente de ajo**  
**Una rama de perejil**  
**Sal**

Se preparan los tomates como los anteriores; una vez preparados se ponen a escurrir.

En un cazo se pone la mitad de la mantequilla; cuando está derretida se le añade la harina, se le dan unas vueltas y se deslíe con la leche hirviendo, se

sazona de sal y se deja cocer durante diez minutos. Se pican los huevos muy menudos y se mezclan con la bechamel, se vierte en un plato y se deja enfriar.

En una sartén se ponen tres cucharadas de aceite; cuando está caliente se fríe la cebolla, ya frita (sin que se queme), se echa el tomate partido en trozos, se deja freír unos minutos y se le añade un diente de ajo machacado en el mortero y desleído con el vino blanco, se deja cocer hasta que esté reducida, seazona de sal y se pasa por el pasador; se reserva al calor.

Cuando la bechamel está fría se rellenan los tomates. Una vez rellenos se colocan en una fuente refractaria; a continuación

se riegan con la mantequilla derretida y se espolvorean con el queso rallado, se les pone un poco de sal y se meten a horno fuerte durante quince minutos. Para servirlos se les coloca alrededor de la fuente la salsa de tomate. También pueden pasarse con cuidado a un larguero para servirse; en este caso se cubre el fondo con la salsa de tomate.

## **Zanahorias rellenas**

**6 zanahorias grandes**

**250 grs. de carne picada**

**50 grs. de jamón**

**Una lata pequeña de champiñón**  
**1/2 kilo de patatas**  
**2 huevos**  
**1/4 litro de leche**  
**Una cucharada de mantequilla**  
**Un chorro de vino blanco**  
**Una cebolla**  
**Una cucharada de pan**  
**Ajo**  
**Perejil**  
**Sal**

Se lavan las zanahorias, se pelan muy finas y con un cuchillo de punta se ahuecan; conseguido esto se ponen a cocer en agua hirviendo con sal.

En un poco de aceite se rehoga una cucharada de cebolla picada muy fina; cuando está rehogada se añade la carne

sazonada con ajo y perejil machacado en el mortero, todo bien rehogado; se agrega el champiñón y el jamón picado, la miga de pan remojada en leche y escurrida, el vino blanco se sazona de sal y se añade un huevo batido, se remueve y se reserva

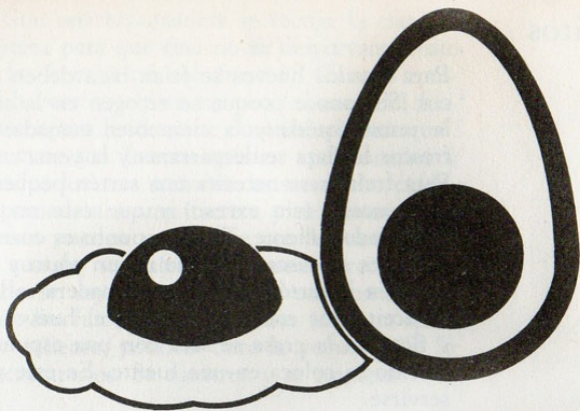
Cuando las zanahorias están tiernas, te comprobará cuando se pasan fácilmente con un cuchillo, se escurren y se dejan enfriar. Seguidamente se rellenan. El relleno sobrante se reserva. En una cazuela y a fuego muy lento se pone un poco de aceite; cuando está caliente se rehogan las zanahorias, procurando rehogar primero la parte del relleno para que no se salga, se les va dando



vueltas despacio para que se pasen por todos los lados y se reservan tapadas al calor.

Las patatas, una vez peladas, se cuecen cortadas en trozos, con sal; cuando están cocidas se escurren y se pasan por el pasador; a éstas, ya pasadas, se les añade el resto de la mantequilla y un poco de leche, se remueve bien y se cuece unos minutos procurando que quede bien espeso. Conseguido esto se coloca en una manga con boquilla ancha, rizada. En una fuente redonda se coloca en el centro el puré, haciendo unos dibujos. Alrededor de éste se pone el relleno sobrante sobre el puré. Unas frente a otras se colocan las zanahorias,

tapando la parte por donde se rellenaron con un poco de puré haciendo una flor; en éstas se clavan unas ramitas perejil.



## **HUEVOS**

*Para conocer la frescura de los huevos se colocan en un recipiente hondo lleno de agua fría, con cuidado de no*

*romperlos. Los que suben, ya no están tan frescos, y los que flotan, están menos frescos aún. También se conoce su frescura al cascar un huevo en el plato. Tiene que mantenerse la yema firme en medio de la clara.*

# Huevos fritos

Para que los huevos se frían bien deben estar muy frescos. Se conoce porque se recogen en la sartén quedando la yema líquida y la clara bien cuajada. Sí no son muy frescos la clara se desparrama y la yema cuece demasiado. Para freírlos se necesita una sartén pequeña, echarle bastante aceite (sin exceso) y que éste no esté ni frío ni demasiado caliente. El buen punto es cuando hace humo; entonces se casca el huevo en un plato y

con cuidado se pone en la sartén. Con la espumadera te le echa un poco de aceite por encima y cuando el huevo queda envuelto y flota en la grasa se saca con una espumadera. Bien escurrido se coloca en una fuente. En este punto ya puede servirse.

Los huevos fritos admiten muchas guarniciones: jamón, chorizo frito, salsa de tomate, salchichas, pisto, patatas, etcétera.

## **Huevos al ajo arriero**

Se fríen los huevos como se ha explicado. Una vez fritos se coloca cada uno en una cazuela de barro (individual). En una sartén se ponen cuatro cucharadas de aceite (la cantidad de aceite depende del número de huevos) y se fríen dos dientes de ajo picados menudos muy dorados, se añade media cucharadita de pimentón y dos cucharadas de vinagre, se mezcla todo, se le da un hervor y se vierte por encima de los huevos. Se sirven inmediatamente.

# Huevos escalfados

Los huevos escalfados son huevos sacados de la cáscara y cuajados en agua. La yema debe quedar líquida y la clara bien cuajada. Los huevos para escalfarlos tienen ser fresquísimos (a ser posible del día). Si no lo son es preferible prepararlos de otra manera para no fracasar. Los huevos escalfados se prestan a muchas preparaciones. Se pone al fuego un cazo con agua (un litro aproximadamente) y un chorro de



vinagre (no se les pone sal, de esta manera se cuajan mejor). Cuando rompa el hervor se casca un huevo en un pocillo y se deja caer, desde muy bajo, al agua. Con una espumadera se recoge la clara alrededor de la yema para que ésta no se desparrame (esto ocurre cuando los huevos no son frescos). Cuando rompe de nuevo el hervor se separa un poco el cazo del fuego y se deja que cuezan lentamente durante tres minutos. (Cuando los huevos son frescos quedan apelonados y recogidos). Pasados los tres minutos te sacan con cuidado con una espumadera a una tartera y se reservan en ésta. Estos huevos pueden prepararse con bastante

anticipación, pues aunque se enfríen se pueden recalentar Para esto cuando se vayan a emplear se echa en la tartera donde están los huevos agua caliente (ésta no debe estar demasiado caliente, pondría dura la yema). Sólo lo suficiente para calentarlos Se escurren y se emplean.

## **Huevos escalfados a la vasca**

Se pone al fuego una cazuela de barro

con un poco de aceite; se echan dos dientes de ajo y un trozo de pimiento del tiempo; cuando el pimiento esté frito y los ajos dorados se separa todo del aceite y se reserva. En el aceite se echa entonces perejil muy picado e inmediatamente los guisantes (si son del tiempo deben ser muy tiernos). En una esquina de la cazuela se añade media cucharada de harina, se rehoga sin que se dore y a continuación se añaden los ajos y el pimiento fritos (se le quita la piel), machacado en el mortero y desleído en un poco de agua. Se deja cocer y, cuando los guisantes (si son del tiempo) estén muy tiernos y se haya consumido el agua, se añade el huevo,

rompiéndolo en la misma cazuela con cuidado de no reventar la yema; se sazona de sal y se deja hervir hasta que se haya cuajado la clara; se agrega un espárrago y unas rodajas de patatas fritas. Se sirve en la misma cazuela.

# **Huevos escalfados con picadillo**

**1/4 kilo de picadillo de chorizo o carne picada**

**6 huevos**

**Un poco de aceite**

**Una lata de tomate**

## **Una cucharada de mantequilla**

### **Sal**

En una sartén con un poco de aceite se rehoga el picadillo (si es de carne se sazona antes con un diente de ajo machacado). Cuando está frito se coloca extendido en una cazuela refractaria; sobre éste, se cascan los huevos. Se prepara una salsa de tomate y se cubren con ella los huevos; se colocan encima pequeñas porciones de mantequilla y se meten al horno de cinco a diez minutos. Estos huevos pueden prepararse en cazuelitas individuales: en este caso se reparte por igual el picadillo y la salsa de tomate.

# Huevos a la flamenca

**6 huevos**

**6 rodajas de chorizo**

**Una lata de guisantes**

**1/2 lata de pimientos**

**Una lata de tomate**

**Una rama de perejil**

**2 dientes de ajo**

**50 grs. de jamón**

**Un poco de pimentón**

**1/2 lata de espárragos**

**Sal**

En una sartén con un poco de aceite se fríen lentamente los ajos bien picados. Cuando estén dorados se agrega el

jamón cortado en cuadritos, las rodajas de chorizo, y una cucharadita de pimentón, se remueve y se pone el tomate, se sazona de sal y un poco de azúcar (se quiere corregir la acidez del tomate); se agregan los guisantes. Se deja cocer todo hasta que está tierno, entonces se separan las rodajas de chorizo. Se pasa la salsa a una cazuela refractaria. Con la mano del almirez se hace un hueco en la salsa y se rompe en él un huevo, haciendo esto hasta colocar los seis. Al lado de cada huevo se pone una rodaja de chorizo y unos espárragos, y se meten al horno hasta que se cuaje la clara. La yema debe quedar líquida. Se sirven en la misma cazuela.

Se puede poner la salsa en cazuelitas individuales, en este caso se reparte proporcionalmente en las cazuelas, en cada una se rompe un huevo y al lado de éste se pone una rodaja de chorizo. Se meten al horno como si estuvieran todos juntos. Se sirven en la misma cazuela, colocada sobre un plato.

# Huevos escalfados con bechamel

**6 huevos / Sal**

**100 grs. de mantequilla**

**Un litro de leche**

**2 cucharadas de harina**



Se escalfan los huevos como se ha explicado anteriormente, se prepara una *bechamel* (véase fórmula en salsas). Unos minutos antes de servirlos se colocan en una fuente calentada y se vierte por encima la salsa caliente.

## **Huevos empanados**

Se escalfan los huevos como se ha explicado anteriormente. Una vez escalfados se les recorta la clara dejándoles un borde regular. Se

envuelven en pan rallado muy fino, seguidamente el huevo batido y otra vez en pan rallado. Se fríen en aceite bien caliente. Se sirven en una fuente con una salsa aparte (ésta puede ser según convenga).

## **Huevos al plato**

**6 huevos**

**100 grs. de mantequilla**

**Sal**

Se pone un poco de mantequilla en seis cazuelas individuales; en cada una de

ellas se parte un huevo, se espolvorea de sal, se pone encima otro trozo de mantequilla y se meten al horno para que se cuajen (el horno debe estar suave; si estuviera fuerte se meten en la parte de abajo). Estos huevos pueden acompañarse con salsa de tomate o jamón picado.

## **Huevos mollets**

Estos huevos deben cocer un número determinado de minutos para que la clara quede perfectamente cuajada y la

yema líquida.

Para prepararlos se colocan los huevos en un colador (deben ser todos del mismo tamaño o parecido).

Se tiene una cacerola con agua hirviendo, cuando ésta hierva a borbotones se sumerge el colador con los huevos. Cuando rompa el hervor se dejan cocer, si los huevos son corrientes, cinco minutos; si son muy grandes, un minuto más. Pasado el tiempo se retira el colador del agua y se sumergen en agua fría.

# Huevos mollets princesa

**6 huevos**

**2 huevos más (para batirlos)**

**1/4 litro de leche**

**Una cucharada de mantequilla**

**Una lata grande de tomate**

**Dos cucharadas de harina**

**Una taza de pan rallado**

**Sal**

Con la leche, la mantequilla y la harina se prepara una *salsa bechamel* (véase fórmula).

Se preparan con anterioridad los huevos Mollets como se ha explicado. Una vez fríos se descascarillan, se secan bien y se colocan en una fuente, se cubren con la bechamel (caliente) y se van colocando en una placa untada de aceite. Se dejan enfriar.

Ya fría la salsa se iguala, recortando lo sobrante de la bechamel, se pasan por harina, después por los huevos batidos y a continuación por pan rallado, friéndolos en aceite bien caliente hasta que estén muy dorados. Se colocan en una fuente redonda en forma de corona. En el centro se pone una salsa de tomate, que se tendrá preparada.

# Huevos moldeados

**6 huevos**

**750 grs. de patatas**

**Una yema de huevo**

**Un cogollo de lechuga**

**Una lata de tomate**

**Una cucharada de cebolla picada**

**Una cucharada de mantequilla**

**Pan molido**

**Sal**

Con las patatas cortadas en trozos y cocidas se prepara un puré espeso, antes de pasar las patatas por el pasador se ponen al horno para que se sequen. Al puré se le «añade una cucharada de

mantequilla y una yema, se trabaja un poco al lado del fuego y se dejan enfriar. Se preparan seis moldes individuales (flaneros), se untan con aceite o mantequilla, se espolvorean de pan molido y se cubren los lados y el fondo con puré, dejando un hueco en el centro para poner un huevo crudo, se meten un momento al horno para que se cuajen. Cuando está cuajada la clara se sacan del horno.

Se prepara con la cebolla frita y el tomate una salsa espesa, se cubre cada huevo con ella, se espolvorean con pan molido y se meten a horno fuerte un momento, se desmoldean en una fuente. Se adornan con lechuga



# Huevos al cubilete

**6 huevos**

**2 latas de bonito**

**6 pocillos de leche**

**2 pimientos**

**Una lata de tomate grande**

**Sal**

Se preparan seis moldes de flan y se engrasan con un poco de aceite fino.

Se bate un huevo, poniéndole un poco de sal fina, se le agrega un pocillo de leche y una cucharada de bonito desmenuzado (se le escurre el aceite), se mezcla y se

vierte en el molde preparado.

Se repite la operación hasta tener los seis moldes, se cuecen al baño de María sobre la chapa; después de hervir diez minutos se meten al horno hasta que se cuajen (si forman corteza se tape el molde). Estarán en su punto cuando al pincharlos sale la aguja limpia. Entonces se sacan del horno y se dejan enfriar en el molde.

Se prepara una *salsa de tomate* (véase fórmula). Se vuelcan los cubiletes en una fuente y se sirven rodeados de salsa de tomate y tiras de pimientos.

# Huevos a la primavera

**6 huevos**

**Una lata grande de tomate**

**6 patatas grandes muy redondas y lisas**

**3 patatas para hacer puré**

**Un puñado de perejil**

**2 cucharadas de cebolla picada**

**Una yema**

**Sal**

Pueden

sustituirse

los

huevos

Mollets

por

huevos

duros.

Se pelan las patatas muy finas y se vacían con el ahuecador, dejándolas como si fueran unas cazuelitas de unos seis centímetros de diámetro y un centímetro de alto en el fondo. Hecho esto se ponen en una cazuela con agua fría y sal, se acerca al fuego y se dejan cocer durante un cuarto de hora. Pasado este tiempo se sacan del agua y se dejan enfriar. Una vez frías se pasan por harina y se fríen en aceite bien caliente, removiéndolas de vez en cuando hasta que estén muy doradas.

Si los guisantes fueran del tiempo se cuecen en agua hirviendo con sal, procurando conservarlos enteros, una

vez cocidos se ponen a escurrir, ya escurridos se saltean con un poco de aceite y se reservan. Si fueran de lata se escurren y se saltean, reservándolos al calor.

En otra sartén se pone un poco de aceite, cuando está caliente se fríen las dos cucharadas de cebolla picada; ya frita, sin que se dore, se le añade el tomate en trozos, se deja que fría bien todo y se pasa por el pasador; se vuelve a cocer nuevamente hasta conseguir una salsa espesa, añadiéndole un poco de aceite bien caliente.

Se preparan los *huevos Mollets* en la forma explicada, y se reservan.

Con las tres patatas restantes se prepara

un puré espeso, al que te le añade después de pasado una yema, se trabaja un poco y se reserva.

En cada cazuelita de patata se pone una cucharada de guisantes, sobre ellos un poco de salsa de tomate, encima de todo esto se pone el huevo. Se coloca el puré en una manga con boquilla gruesa y se marca sobre cada huevo una flor. Se hace un cordón alrededor de cada patata y entre ellas se pone la salsa de tomate caliente. Al tiempo de servirlos se clava en cada flor un ramito de perejil

# Huevos cocidos duros

Los huevos cocidos duros sea deben cocer un número de terminado de minutos, pues si se cuecen más de lo necesario le pone la yema oscura y la clara correosa, si se cuecen menos de lo que necesitan la yema queda semilíquida. Se ponen los huevos en una cacerola en agua fría, cuando rompe el hervor se hervirán de doce a quince minutos (según tamaño). Posado este tiempo se sacan de la cacerola y acto

seguido se sumergen en agua fría. Una vez fríos se despojan de la cáscara.

# Huevos a la aurora

**6 huevos**

**1/2 litro de leche**

**Una cucharada de mantequilla**

**50 grs. de jamón**

**Un puñado de perejil**

**2 cucharadas de harina**

**2 cucharadas de cebolla picada**

**2 cucharadas de vino blanco**

**Sal**

Se cuecen los huevos como se ha



explicado. Con la leche, la mantequilla y la harina se prepara una *salsa bechamel* (véase fórmula). Antes de retirarla de retirarla del fuego se le agrega el jamón picado muy menudo, se sigue cocinando unos minutos más, se vierte en un plato y se enfriar.

Cuando los huevos están fríos se despojan de la cáscara, se cortan en dos en sentido horizontal y se les quita las yemas.

Se prepara una *salsa verde* (véase fórmula), ésta se pone caliente en un larguero. Se rellenan los huevos con la bechamel, se colocan boca abajo sobre la salsa y se salpican con las yemas pasadas por el pasador.

# **Huevos a la marinera**

**6 huevos**

**Una lata de bonito**

**1/2 litro de leche**

**Una cucharada de mantequilla**

**2 cucharadas de harina**

**Un chorro de vino blanco**

**Una lata de anchoas**

**Unas ramas de perejil**

**50 grs. de jamón**

**1/2 cebolla**

**6 aceitunas**

**Ajo**

**Sal**

Se cuecen los huevos como se ha explicado.

Se prepara una *bechamel* (véase fórmula). Cuando huevos están fríos se despojan de la cáscara, se cortan a lo largo, en dos, y se les saca las yemas. Tres de ellas se mezclan con el bonito deshecho (las otras tres se reservan). Con este picadillo se rellenan los huevos, se colocan en una fuente boca abajo. Cada huevo se cubre con bechamel (caliente).

Se cortan las anchoas en tiras finas. Se rodea cada huevo con un cordón formado con filetes de anchoas. Encima de cada uno se coloca (cuando aún está

el bechamel caliente) una aceituna.

Se prepara una *salsa rubia* (véase fórmula) y se pone ésta bien caliente entre los huevos, se espolvorean con las yemas reservadas pasadas por el pasador y perejil muy picado.

## **Huevos a la mimosa**

**6 huevos**

**3/4 litro de leche**

**3 cucharadas de harina**

**2 cucharadas de mantequilla**

**200 grs. de carne picada**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Una cucharada de vino blanco**

**Sal**

Se cuecen los huevos como se ha explicado. Se sazona la carne con ajo y perejil machacado y se rehoga en un poco de aceite. Ya rehogado se le agrega una cucharada de vino blanco, se cuece hasta que se consume el vino.

Se prepara con la leche, la mantequilla y la harina una *salsa bechamel* (véase fórmula). Cuando está hecha se mezcla con el picadillo unas cucharadas (el resto de la bechamel se reserva). Una vez los huevos fríos se cortan a lo largo, en dos, se le quitan las yemas y se agrega una al picadillo (el resto se

reserva). Se rellenan con la carne los huevos, se cubren con la bechamel caliente y se espolvorean con las yemas pasadas por el pasador.

## **Huevos marisa**

**6 huevos**

**2 cucharadas de harina**

**1/2 litro de leche**

**Una cucharada de mantequilla**

**2 huevos para rebozar**

**Una lata de guisantes**

**4 patatas medianas**

**Una lata de tomate**

**Pan rallado**

## Sal

Se cuecen los huevos como se ha explicado.

Con la leche, la mantequilla y la harina se prepara una bechamel espesa. Cuando está hecha se corta cada huevo en cuatro partes, a lo largo, y se rebozan cada una en bechamel, se dejan enfriar. Una vez fríos se envuelven en pan rallado, huevo batido y se fríen. (Deben quedar dorados).

Se prepara una salsa de tomate (véase fórmula), cuando está hecha se le agregan los guisantes.

Se cortan las patatas, después de peladas en cuadritos, y se fríen.

Se coloca en un larguero la salsa de tomate con los guisantes; sobre ésta se ponen los huevos, alrededor se colocan las patatas.

## **Huevos costa verde**

**6 huevos**

**50 grs. de jamón**

**Una lata grande de guisantes**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**100 grs. de carne picada**

**1/2 kilo de fréjoles**

**1/4 kilo de zanahorias**



**Sal**

Si

sobra

picadillo,

una

vez

rellenos

los

huevos,

se

espolvorea

con

ello

el

puré.

Se cuecen los guisantes y se pasan por el pasador del puré (se pueden poner guisantes del tiempo, en este caso se cuecen y se hacen puré). Al puré

obtenido se le pone un refrito de ajo y aceite, se agrega un poco de agua y se cuece unos minutos (debe quedar espeso), se sazona de sal.

Se cuecen los huevos como se ha explicado.

Se rehoga la carne en un poco de aceite, una vez sazonada de ajo, perejil y sal. Se le agrega el jamón picado y se reserva al calor.

Los fréjoles se cortan en trozos pequeños y se cuecen con sal junto con las zanahorias cortadas en cuadritos. Todo cocido se rehoga en un poco de aceite. Se extiende en un larguero el puré de guisantes.

Los huevos se cortan a lo largo, en dos,

se les quita las yemas, éstas se mezclan con el picadillo de carne. Se rellenan las claras y se colocan boca abajo sobre el puré. Se adornan con los fréjoles y zanahorias.

## **Huevos guisados**

**6 huevos**

**Una cebolla mediana**

**Un trozo de laurel**

**Una cucharada rasa de harina**

**Un poco de pimentón**

**Aceite**

**Ajo**

**Sal**

Se cuecen los huevos como se he explicado, una vez fríos se corta cada uno en tres partes y se reservan.

En la sartén, con un poco de aceite, se fríe la cebolla lentamente, picada menudísima, y el laurel. Cuando esté tierna se le agrega la harina, se rehoga unos minutos a fuego lento para que no se queme y se añade el pimentón, se rehoga un poco más y se pone un poco de agua, se sazona de sal y se deja hervir un momento; a continuación se agregan los huevos cortados en rodajas, hirviéndolos unos minutos más. Se vierte todo sobre una fuente y se sirven con patatas fritas alrededor.

# Huevos al nido

**6 huevos**

**Un kilo de patatas**

**Una yema**

**250 grs. de carne picada**

**750 grs. de tomate**

**Una cucharada de mantequilla**

**Una lata de guisantes, pequeña**

**Ajo**

**Perejil**

**2 cucharadas de vino blanco**

**Una cucharada de cebolla**

**Aceite**

**Sal**

Se cuecen los huevos como se ha

explicado y se cortan a la mitad.

Se cuecen las patatas cortadas en trozos, en agua y sal. Una vez cocidas se escurren, se ponen a secar en el horno y se pasan calientes por el pasador.

Se sazona con ajo y perejil la carne, se deja reposar unos minutos. A continuación se le pone sal y se rehoga en un poco de aceite. Cuando está rehogada se agrega la cucharada de cebolla y el vino blanco. Se deja cocer hasta que consume todo su jugo.

Con el tomate se prepara una salsa (véase fórmula). Cuando está bien espesa se sazona de sal y se pasa por el pasador, A continuación se agregan dos cucharadas de salsa a la carne,

removiéndolo. El resto de la salsa se pone nuevamente en la sartén y se le agregan los guisantes escurridos, se sigue cocinando unos minutos.

Se coloca el puré en manga con boquilla ancha. En una fuente se forman seis nidos, se rellenan con el picadillo, repartiéndolo por igual entre todos. Sobre el picadillo se pone medio huevo. Entre los nidos se coloca la salsa de tomate muy caliente.

## **Huevos al nido (otra**

# fórmula)

Se preparan unos nidos (véase *Nidos de patatas paja*).

Para estos huevos puede escogerse cualquier clase de guarnición: salsa de tomate con guisantes, champiñones, picadillo de carne, de jamón, de bonito, etc.

Se pone la guarnición en los nidos, una vez preparada. A continuación se fríen los huevos (véase *Huevos fritos*) y se coloca en cada nido un huevo.



# Huevos dobles

**6 huevos**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de harina**

**Una cucharada de mantequilla**

**Un huevo o dos para rebozar**

**3 cucharadas de cebolla picada**

**Pan rallado**

**Una cucharada de harina**

**Aceite**

**Sal**

Se cuecen los huevos como se ha explicado. Una vez fríos se cortan a lo largo y se les quitan las yemas.

En un poco de aceite se fríe la cebolla y el jamón picado muy menudo. Cuando está frito se le escurre el aceite y se añaden las yemas deshechas, se une todo y se rellenan las claras.

Con la leche, la harina y la mantequilla se prepara una *bechamel* espesa (véase fórmula). Cuando está cocida se rebozan los huevos y se dejan enfriar. Una vez fríos se les da la forma de huevos enteros, se pasa por harina, huevo batido y pan molido y se fríen en abundante aceite. (Puede sustituirse el jamón por bonito en aceite). En este caso se prepara el relleno de igual modo.



# Huevos en salsa rosa

**6 huevos**

**Una lata de un octavo de pimientos**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de harina**

**Una cucharada de mantequilla**

**Una lata de tomate**

**2 latas de bonito**

**Un tarro de mahonesa, pequeño**

**Sal**

Se ponen a cocer los huevos como se ha explicado. Una vez fríos se cortan a lo largo en dos y se vacían las yemas, prepara con el tomate una salta muy espesa y se pasa por el pasador (si se

pone tomate concentrado se utiliza sin freírlo).

Con la leche, la mantequilla y la harina se prepara una *salsa bechamel* (véase fórmula). Antes de preparar la bechamel se separa un poco de leche y se reserva. Cuando la bechamel está cocida se ponen dos cucharadas a un recipiente y se reserva. Al resto de la bechamel se le añade la leche reservada, para ponerla más delgada, y el tomate, se remueve para mezclarlo con el objeto de que quede color de rosa, se deja cocer tres minutos más y se vierte sobre una fuente. Se cortan los huevos por la mitad a lo largo y se separan las yemas.

A la bechamel que se reservó se le

añaden las yemas pasadas por el pasador y una cucharada de mahonesa, se une todo y se reserva.

Se mezcla el bonito deshecho, un pimiento picado y el resto de la mahonesa. Con todo, bien unido, se rellenan los huevos, que se irán colocando sobre la salsa en forma de círculo, todos mirando hacia dentro. En el centro se coloca un huevo.

La bechamel que está reservada se remueve bien y se pone en manga pastelera con boquilla rizada. En cada huevo se forma una pequeña pirámide y sobre ésta un redondelito de pimiento. Si queda relleno se salpica la fuente por el centro.

# **Huevos boca abajo**

**6 huevos**

**730 grs. de patatas**

**Una lata de bonito**

**1/4 kilo de zanahorias**

**Una lata de guisantes, pequeña**

**Un pimiento de lata**

**Una cucharada de cebolla**

**Un chorro de vinagre**

**4 tomates medianos (del tiempo)**

**Un tarro de mahonesa**

**Aceitunas rellenas o de hueso**

**Un cogollo de lechuga**

**Un chorro da aceite**

**Sal**

Una vez peladas las patatas se cortan en cuadros pequeños (como dados) y se cuecen en agua fría con sal.

Las zanahorias se pelan y se cortan en cuadritos muy pequeños, cociéndolas con agua hirviendo y sal. Cuando las patatas están cocidas (no deben cocerse más de lo necesario para que no se deshagan) se escurren y se extienden sobre un paño para que se sequen bien y se dejan enfriar. Las zanahorias, ya cocidas, se escurren y se agregan a las patatas. Se deja enfriar. Una vez frío se pasa a una fuente, se añaden los guisantes escurridos, la cebolla muy menuda, un chorro de aceite, otro de



vinagre y la mahonesa (reservando tres cucharadas), se une bien y se extiende en una fuente.

Se cortan los huevos a la mitad, en sentido horizontal, se sacan con cuidado las yemas y se mezcla el bonito deshecho, un pimiento muy picado, dos yemas (el resto de las yemas se reserva) y una cucharada de mahonesa. Se mezcla todo.

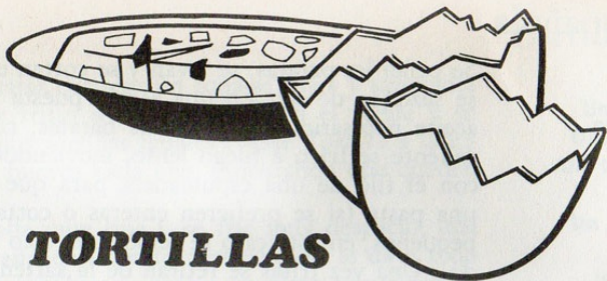
Se cortan los tomates en rodajas finas (tantas rodajas como medios huevos), se colocan haciendo círculo sobre: la ensaladilla.

Se rellenan los huevos con la mezcla de bonito preparada y se colocan boca abajo cada uno sobre una rodaja de

tomate.

Las yemas reservadas se pasan por el pasador y se mezclan con dos cucharadas de mahonesa. Se coloca ésta en manga con boquilla un poco gruesa, y se forma sobre cada huevo una pequeña pirámide, encima de ésta se pone media aceituna. El resto de las aceitunas se colocan entre la ensaladilla para adornarla.

Se aliña la lechuga picada menuda y se coloca alrededor de los huevos (ésta se pondrá en el momento justo de llevarlos a la mesa para que tengan buen aspecto).



## **TORTILLAS**

*Las tortilla, como cualquier otro plato, necesita un buen punto; esto no es tan fácil como a simple vista parece; se consigue un buen punto con la práctica. Ésta debe tener buena forma y*

*presentación, un bonito color  
dorado por fuera y  
conservarse blanda por  
dentro.*

*Es conveniente que las  
sartenes que se han de  
utilizar para tortillas no se  
frieguen, y menos aún se  
froten con arena, pues es  
seguro que el huevo se  
pegará y la tortilla adquiere  
mal sabor.*

*Éstas, una vez hecha la  
tortilla, se limpiarán  
simplemente frotándolas con  
un paño limpio, sin emplear  
ninguna clase de jabón y*

*menos aún arena ni  
detergente.*

# Tortilla española

**4 huevos**

**Aceite**

**1/2 kilo de patatas**

**Sal**

Si

se

quiere

añadir

cebolla,

se

pica

ésta

muy

finamente

y  
se  
pone  
a  
freír  
junto  
con  
las  
patatas.

Se pelan las patatas, se lavan y se cortan en rodajas finas se sazonan de sal. En una sartén puesta al fuego con el aceite necesario se añaden las patatas, cuando éste está caliente se fríen a fuego lento, moviéndolas y picándolas con el filo de una espumadera para que queden hechas una pasta (si se prefieren enteras o cortadas en cuadros pequeños, en este

caso se removerán sólo de vez en cuando). Una vez fritas se retiran de la sartén, escurriéndoles bien la grasa.

En una fuente se baten los huevos, se sazonan de sal, sobre ellos se colocan las patatas moviéndolas un poco con un tenedor para que se empapen de huevo. Se pone un poco de aceite en la sartén, una vez caliente se echa el batido; cuando está dorada por debajo y al mover la sartén no se pega, se le da la vuelta con la ayuda de una tapadera; se vuelve a poner en la sartén un poco de aceite y cuando está caliente se coloca de nuevo la tortilla por el lado que no se ha frito. Se dora y se sirve.





# Tortilla a la francesa

**2 huevos**

**Una rama de perejil**

**Aceite**

**Sal**

Para que estas tortillas salgan en su punto deben estar bien dobladas, de bonito color amarillo, y conservarse blandas en su interior.

Unos minutos antes, cuando vaya a servirse la tortilla, se pone la sartén a buen fuego con un poco de aceite, con éste se engrasa bien todo el fondo y las paredes (para que no se agarre la

tortilla), y mientras se calienta se baten los huevos con un poco de sal, se espolvorean con el perejil picado (éste estará picado de antemano para que el huevo no tenga que esperar), y cuando el aceite está bien caliente se echa el huevo. Mientras se cuaja se sacude la sartén cogiéndola por el mango. Cuando se observa que el huevo está cuajado se deja quieta la sartén para que se forme corteza exterior, sin que se queme. Se vuelve a mover la sartén, y cuando la tortilla desprende del fondo se inclina un poco ésta y se dobla en tres dobleces. Se vuelca en un plato y se sirve en seguida.

# Tortilla alemana

**6 huevos**

**Una cebolla grande**

**Una rama de perejil**

**Un tarro pequeño de mahonesa**

**Un pimiento de lata**

**Salsa bechamel**

**1/2 kilo de patatas**

**Una lata de bonito**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Una lata grande de tomate**

**Aceite**

**Sal**

Se fríen las patatas cortadas en rodajas finas y sazonadas de sal, una vez fritas

se les escurre bien el aceite y se hace con ellas dos tortillas iguales (véase Tortilla a la española) de dos huevos cada una, procurando que queden bien jugosas.

Se pica la cebolla muy fina y se fríe muy despacio, una vez frita se le añade el bonito deshecho, se le da a todo una vuelta en la sartén y se pasa a un plato escurriéndole todo el aceite. Se prepara otra tortilla del mismo tamaño que las anteriores (con los dos huevos restantes).

Se hace una *bechamel* (véase fórmula) con dos cucharadas de harina, una cucharada de mantequilla y medio litro de leche.

El tomate se pone en la sartén con un poco de aceite y se deja freír hasta que esté espeso; entonces se pasa por el pasador y se sazona de sal, se le agrega un pellizco de azúcar si se quiere corregir la acidez.

En una fuente redonda se pone la salsa de tomate, sobre ésta, una tortilla de patata, se cubre ésta con bechamel, a continuación se pone la tortilla de bonito cubriéndola igualmente con bechamel; finalmente se pone la otra de patata, ésta se cubre con mahonesa (si no se quiere poner mahonesa, esta última se cubre con salsa de tomate). También se puede poner entre las tortillas, sobre la bechamel, un poco de salsa de tomate.

En este caso se aumentará ésta.

Se adornan los bordes con unas tiras de pimientos y alrededor se colocan unos guisantes. Éstos se escurren y se rehogan en un poco de aceite.

## **Tortilla a la americana**

**4 huevos**

**Un tarro de mahonesa**

**Una lata de tomate concentrado**

**Una lata de guisantes**

**50 grs. de jamón o una lata de bonito**

**Un kilo de patatas**

**Aceite / Sal**

Se pelan las patatas y se cortan en rodajas finas, se sazonan de sal, teniendo en cuenta la sal del jamón (si se pone), y se fríen lentamente, procurando que no se doren, a medio freír se añade el jamón picado menudo (o el bonito si se prefiere, deshecho) y la mitad de los guisantes escurridos, una vez frito todo se pasa a un plato escurriéndole el aceite y se hace con los cuatro huevos una tortilla, procurando que quede bien jugosa.

Con el resto de las patatas se hace un puré espeso, antes de pasar las patatas por el pasador, una vez escurridas, se ponen a secar unos minutos en el horno.



Ya pasadas se trabajan al lado del fuego con una cucharada de mantequilla, seguidamente se le añade el tomate para conseguir un puré rosado, se une bien cociéndolo durante dos minutos.

Se coloca la tortilla en una fuente redonda y se cubre con mahonesa, se coloca el puré en una manga con boquilla ancha y se adorna la tortilla marcándole unos cuadros por encima, colocando en cada cuadro unos guisantes

## **Tortilla guisada**

**4 huevos**

**1/2 kilo de patatas**

**Media lata de tomate**

**Una cebolla**

**Media hoja de laurel**

**Un diente de ajo**

**Un chorro de vino blanco**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se puede sustituir la salsa de tomate por la salsa rubia (véase fórmula). Se prepara una tortilla española (véase fórmula) y se coloca en una cazuela refractaria.

En una sartén con un poco de aceite se ponen a freír lentamente dos cucharadas de cebolla, cuando está frita (sin que se

dore) se le añade el tomate y la media hoja de laurel en el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con el vino blanco y se añade a la salsa, se deja cocer hasta que esté reducida y se pasa por el pasador, se sazona de sal, se le agrega un poco de aceite hirviendo y se cuece unos minutos. Pasados éstos se vierte esta salsa sobre la tortilla y se mete diez minutos a horno suave, a continuación se saca y se adorna con tiras de pimientos. Al tiempo de servirla se le puede colocar alrededor lechuga aliñada.

# **Tortilla de atún o bonito escabezado**

**6 huevos**

**2 latas de bonito**

**Una cebolla**

**Aceite**

En un poco de aceite se fríe lentamente la cebolla picada muy fina, se remueve con frecuencia, para evitar que se dore.

En una fuente se baten los huevos, se les añade el bonito o atún deshecho y la cebolla escurrida del aceite (cuidado con la sal, pues el atún suele estar salado). Se pone en la sartén un poco de aceite, cuando está caliente se cuaja la

tortilla. Se sirve inmediatamente. (Se puede poner en esta tortilla si se desea una patata picada).

## **Tortilla de espárragos**

Se prepara una tortilla francesa de dos huevos, antes de doblarla, se colocan puntas de espárragos, se dobla y se pasa a un plato. Se sirve inmediatamente

# Tortilla juliana

**6 huevos**

**Una cebolla**

**4 puerros**

**100 grs. de champiñón**

Se pica muy fina la cebolla y la parte más tierna de los puerros se sazona de sal, se pone en la sartén con un poco de aceite a cocer muy despacio. Mientras se cuece se remueve a menudo con una cuchara.

Se pican menudos los champiñones, se

ponen en una sartén y se cuece todo a fuego vivo hasta que suelten agua, entonces se agregan a la cebolla frita Se baten un poco los huevos y se les pone un poco de sal, se les añade lo frito y se mezcla. Se pone un poco de aceite en la sartén, se calienta y se cuaja la tortilla. Se sirve inmediatamente.

## **Tortilla de jamón**

**2 huevos**

**25 grs. de jamón serrano**

**Aceite**

Se corta el jamón en cuadritos pequeños. Si el jamón está salado se desala remojándolo un buen rato en leche tibia, a continuación se escurre, se seca y se rehoga ligeramente en un poco de aceite, ya rehogado se pasa a un plato (escurrido de grasa).

Se baten los huevos y se añade el jamón. Se pone en la sartén un poco de aceite. Lo demás, véase *tortilla francesa* y hágase igual.

Se puede también poner el jamón sin rehogar.



# Tortilla de champiñón

**6 huevos**

**50 grs. de jamón**

**Un bote de champiñón**

**Perejil**

Si el jamón está salado se pone a desalar como se ha explicado para la *Tortilla de jamón*.

Se pican los champiñones en trozos pequeños, se echan en una sartén con tres cucharadas de aceite caliente, se agrega el jamón picado y el perejil muy

fino, se deja freír muy lentamente durante unos minutos, a continuación se escurre de la grasa en un plato.

Se baten los huevos, se sazonan de sal y se agregan los champiñones con el jamón. En la sartén se pone aceite; cuando está caliente se cuaja la tortilla. Se sirve inmediatamente.

## **Tortilla de bacalao**

**6 huevos**

**200 grs. de bacalao (de la parte gruesa)**

**Una cebolla**

## Sal

Se pone a desalar el bacalao como se ha explicado. A continuación se pasa a una tartera, se cubre de agua fría y se acerca al fuego; cuando se forma espuma, antes de que hierva, se retira, se separa el bacalao del agua, se deja enfriar y se deshace menudo quitándole la piel y espinas. Se pica la cebolla fina y se pone en una sartén con un poco de aceite a freír muy lentamente, revolviéndola a menudo. Cuando la cebolla está tierna se agrega el bacalao, se rehoga todo, se comprueba de sal y se pasa a un plato escurriéndole el aceite.

Se baten un poco los huevos, se sazonan

de sal y se agrega el bacalao.

En la sartén se pone un poco de aceite, cuando está caliente se cuaja la tortilla.

# **Tortilla campera**

**4 huevos**

**6 puntas da espárragos**

**2 pimientos morrones**

**Una lata de guisantes pequeña**

**Aceite**

**Un chorizo**

**50 grs. de jamón**

**Una lata da bonito en aceite**

**1/2 kilo de tomate**

**Sal**

Si el jamón está salado se pone a desalar como se ha explicado en *Tortilla de jamón*. Una vez desalado se escurre, se seca y se corta en cuadros muy pequeños, se agrega el chorizo cortado en rodajas, los espárragos cortados en trozos, los pimientos picados, los guisantes escurridos y el bonito desmenuzado (se reserva un poco de bonito), se rehoga todo durante cinco minutos, se pasa a un plato escurrido.

Se baten los huevos, se agrega toda la mezcla frita, se remueve para mezclarlo.

En la sartén se pone un poco de aceite, cuando está caliente se cuaja la tortilla.

Con el tomate se prepara una salsa

espesa, se pasa por el pasador y se le agrega el bonito reservado (desmenuzado). Se sirve la tortilla, poniéndole por encima al tiempo de servirla la salsa o con ésta aparte.

## **Tortilla al mesón**

**6 huevos**

**1/2 kilo de patatas**

**Una cebolla**

**Una lata de guisantes**

**Un pimiento morrón**

**Aceite**

**Una lata de bonito**

**Sal**

Se cortan finas las patatas y la cebolla, se fríe muy lentamente en aceite caliente moviéndolas y picándolas con el filo de una espumadera para que queden hechas una pasta. Una vez fritas se les agrega el pimiento picado y los guisantes escurridos, se rehoga todo durante cinco minutos y se pasa a un plato escurrido.

Se baten los huevos, se les agrega lo frito y el bonito desmenuzado; se remueve para mezclarlo

En la sartén se pone un poco de aceite, cuando está caliente se cuaja la tortilla.

# Tortilla de sesos

**Una sesada**

**2 Huevos**

**Aceite**

Se cuecen y limpian los sesos como se ha explicado. Se cortan en trozos menudos y se rehogan cinco minutos en un poco de aceite. Se baten los huevos, se agregan los sesos escurridos y se cuaja la tortilla.





*Con el olfato es como  
primero se comprueba el  
buen estado de los pescados;  
el pescado fresco tiene un*

*olor agradable a marea.  
Si se lava pierde un poco el  
olor desagradable que  
adquiere al no ser tan fresco,  
pero queda muy blando. En  
frigorífico se conserva sin  
olor, pero en cuanto se saca  
de él se reblandece.*

*También se comprueba su  
frescura por las agallas,  
cuando está fresco su color  
es rojo vivo y no tiñe los  
dedos al tocarlo (esta señal  
es la más segura).*

*La carne del pescado debe  
estar tiesa y firme, nunca  
blanda y que se mueva al*

*tocarlo. Las escamas,  
brillantes y deben levantarse  
fácilmente con una uña; si se  
resisten, el pescado es  
atrasado. Los ojos deben  
estar brillantes.*

*Es muy conveniente conocer  
la variedad de pescados, ya  
que al no entender,  
fácilmente dan en el mercado  
unos por otros.*

La sal en los pescados no se  
pondrá hasta el momento de  
condimentarlos.

# Pescados fritos

El pescado que vaya a freírse ha de estar, si es de tamaño grande, partido en rodajas para que se pase bien. Para freírlo es necesario aceite abundante y buen punto de calor. Si el aceite que se pone no es suficiente, el pescado se quema y su sabor es amargo.

El buen punto del aceite es cuando éste echa humo, pero no es suficiente, hay que vigilarlo constantemente durante su fritura, acercando o separando la sartén

del fuego, según lo requiera.

Si el aceite está poco caliente, el pescado se ablanda y se deshace; si está demasiado caliente se quema por fuera y sale crudo por dentro.

Después que el pescado se haya limpiado y lavado, se sazona de sal y se rehoga en harina, sacudiéndolo para que se desprenda de lo sobrante y no estropee el aceite al caer en él.

Si es un pescado blanco puede después de rehogado en harina rebozarse en huevo. También se puede rebozar en huevo y envolverlo en pan rallado.

Al sacarlo del aceite debe escurrirse bien. No conviene darle más que una vuelta de cada lado.

El pescado se sirve nada más freírlo.

## **Pescados a la parrilla**

Antes de poner los pescados en la parrilla se untan de aceite y se ponen sobre la parrilla, cuando los barrotes de ésta están bien calientes, pues si están fríos el pescado se agarra al querer darle vuelta. Los pescados a la parrilla se sirven con limón, con aceite y ajos fritos o con vinagreta.

# Pescados cocidos

La  
piel  
de  
los  
pescados  
se  
revienta  
cuando  
se  
hierven  
muy  
de  
prisa  
o  
cuando  
se  
sumergen  
en

agua  
hirviendo.  
Para  
que  
esto  
no  
suceda  
se  
les  
da  
una  
cortada  
en  
sentido  
horizontal  
por  
el  
lado  
oscuro  
de  
la



piel.

Para cocer los pescados se emplea el llamado caldo corto, que se prepara con un diente de ajo, perejil, zanahoria, cebolla y agua. La proporción debe guardar relación con el tamaño del pescado.

Para cocer los pescados, se colocan las verduras (ajos, cebolla, etc.) en el fondo de la tartera, ésta será proporcionada al tamaño y peso del pescado para que la cantidad de caldo no sea demasiado abundante, ya que en este caso el pescado se ablandaría y le quita sabor. Preparada la tartera con las verduras, se vierte por encima el agua fría, hasta que

el pescado quede cubierto, se le pone la sal y se tapa. Debe empezar a calentarse lentamente, pues si hierve de repente adquiere mal sabor. Se cocerá despacio, el agua apenas tiene que hervir.

Los pescados de forma plana (rodajas de merluza, lenguados, etc.), en el momento que empieza a hervir el caldo hay que parar el hervor, echando en éste un poco de agua fría, pues cualquiera que sea su peso y tamaño el pescado nada más hervir está cocido, por tanto no debe cocerse más. Se cuidará solamente de conservarlo a buen temple. Para cocer estos pescados, se prepara con anticipación el caldo, dejándole hervir durante unos minutos para que

coja sabor. Pasados éstos se separa el caldo del fuego y se deja enfriar. Cuando está frío se introduce el pescado y se hierve como se ha explicado.

Los pescados abultados, como merluza, salmón, lubina, etcétera, si su peso no es superior a los dos kilos, se cocerán durante veinte minutos, contados a partir desde que rompe el hervor, y cuando su peso es de tres o cuatro kilos, se prolongará la cocción hasta los treinta minutos. El agua en ambos casos apenas debe tener ebullición.

Los pescados deben conservarse dentro del caldo (sin que se enfríe) hasta un cuarto de hora antes de servirlos; entonces se escurrirán perfectamente y

se taparán con un paño de cocina para que no se resequen.

Los pescados congelados (merluza, pescadilla, etc.), para que conserven su piel brillante, cuando quieren presentarse enteros, se envolverán para cocerlos en un paño, dándoles unos atados para sujetarlos (la piel de estos pescados es menos resistente).

## **Pescados congelados**

Los pescados congelados tienen el mismo valor nutritivo que los frescos;

son, por tanto, ricos en proteínas.

Su descongelación debe ser muy lenta.

La mejor manera de descongelarlos es la temperatura ambiente, de un día para otro o en la parte baja del frigorífico.

Cuanto más lenta sea la descongelación más agradable resulta su sabor.

Una vez descongelados no pueden volver a congelarse.

Sí se tiene prisa en prepararlos, se pondrá al grifo del agua fría, pero sin tenerlo sumergido en agua. (El grifo mientras se descongela debe estar corriendo), de esta manera se descongela rápidamente, pero se le quita sabor.

No se le pone la sal hasta el momento de

prepararlo.

## Almejas

Las almejas no deben ponerse a remojar en agua, pues corren el peligro de abrirse y de soltar el agua que contienen, quedando sin jugo. Por esta razón no se pondrán en agua hasta que se vayan a limpiar. Mientras se están lavando debe procurarse que no choquen unas con otras para que no se abran. Nada más lavarlas se escurren.

Antes de lavarlas debe observarse si

alguna estuviera muerta (ésta se tirará). Para comprobarlo se les dará a las que están abiertas (aunque sea muy poco) un pequeño golpe con el mango de un cuchillo; si estuviera viva se cerrará al recibir el golpe; si sigue abierta, está muerta.

## **Almejas a la marinera**

**1/2 kilo de almejas**

**Una cuchara de cebolla bien picada**

**Dos dientes de ajo**

**Media cucharada de pan molido**

**Medio vaso de vino blanco**

**Medio limón**

**Unas ramas de perejil**

**Guindilla**

**Aceite**

**Sal**

Se lavan las almejas varias veces en agua fría, se escurren y se ponen en otra cazuela a fuego vivo con medio pocillo de agua. A medida que se van abriendo se retiran con la espumadera, y después de quitarles una cáscara (se deja la que tiene la almeja pegada), se colocan en una cacerola, se cuele el agua que soltaron, pasándola por un paño y se reserva al calor.

En un poco de aceite se fríe la cebolla y el ajo picado menudísimo, se agrega el pan molido y el perejil muy picado, se



rehoga todo y se agrega el agua de las almejas, el vino blanco, el zumo de limón y la guindilla, se la da un hervor y se vierte sobre las almejas. Se dejan hervir despacio diez minutos, se sazonan de sal y se sirven inmediatamente. La salsa debe quedar espesa, si quedará clara se le añade un poco más de pan molido, y si estuviera demasiado espesa se adelgaza con un poco de agua.

## **Abadejo en salsa verde**

**Un kilo de abadejo**

**Un puñado de perejil**

**Una cucharada de harina**

**Dos dientes de ajo**

**Un vaso de vino blanco**

**Una cebolla**

**Sal**

Se corta el abadejo en rodajas, se sazona de sal y se coloca en una cazuela de barro.

En la sartén se fríe la cebolla muy menuda, cuando está frita, sin que se dore, se le añade la cucharada de harina y se remueve. En el mortero se machacan los dos dientes de ajo con bastante perejil picado, se deshace todo bien a fuerza de machacarlo y se deslíe con el vino blanco. Se agrega a la cebolla, añadiendo un poco de agua, se

deja hervir, se sazona de sal y se vierte sobre el abadejo, se acerca al fuego y se cuece durante un cuarto de hora. Se sirve.

## **Angulas**

Limpiar y cocer las angulas es bastante complicado y requiere mucho tiempo. Generalmente ya se adquieren cocidas. Para que resulten buenas deben ser blancas, gordas y sueltas. No deben estar saladas ni cocidas de varios días.

# Angulas a la cazuela

1/4 kilo de angulas

5 cucharadas de aceite

2 dientes de ajo

Un poco de guindilla (puede suprimirse)

Se

aumentarán

los

ingredientes

proporcionalmente.

No

conviene

freír

más

de

1/4

kilo  
cada  
vez.

En una cazuela de barro proporcionada a la cantidad se pone el aceite y los dientes de ajo cortados en filetitos finos, una vez los ajos están dorados se retira la cazuela del fuego y se deja enfriar. Cuando el aceite no está más que templado se echan las angulas, se ponen a fuego vivo, se remueven con dos tenedores de madera, muy de prisa, de manera que todas se calienten a la vez y al mismo tiempo se impregnen de aceite. Al romper a hervir se retiran del fuego y se sirven inmediatamente en la misma cazuela. Ésta debe llegar hirviendo a la

mesa. Lo clásico es servir las en cazuelas individuales.

## Anguilas

La anguila, para matarla, ya que ésta debe estar viva, se agarra por la cola con la mano envuelta en un trapo para que no se escurra y se le da contra la fregadera un golpe en la cabeza. A continuación se le hace un corte en ésta y se la despoja de la piel tirando de ella con un trapo. Se le cortan las agallas y se le hace una cortada por el lado del

vientre quitándole la tripa y lavándola con agua fría. Se corta la cabeza y la cola, se lava nuevamente y se seca con un trapo.

Se fríen con tocino de jamón como las truchas. (Léase fórmula y hágase igual).

## **Bacalao**

El bacalao, para que resulte bueno, debe escogerse muy blanco por debajo y muy negro por encima, debe ser flexible, si es tieso o está amarillento es que tiene mucho tiempo.

Para desalarlo se corta en trozos de tamaño regular y se pone en abundante agua fría. Si fuera grueso, durante treinta horas, y si fuera delgado, durante veinticuatro, cambiando el agua tres o cuatro veces, no contentándose con escurrirle el agua, sino que deben sacarse los trozos de bacalao, vaciar completamente el recipiente donde está desalando; se vuelve a colocar el bacalao añadiendo agua (siempre fría) hasta dejarlo bien cubierto. (El recipiente debe ser amplio para poder poner abundancia de agua). Esta operación se repite cada vez que se cambie el agua.



# **Bacalao a la vizcaína**

**Medio kilo de bacalao**

**Un kilo de tomate**

**Ocho pimientos choriceros**

**2 cebollas medianas**

**Una yema de huevo cocido**

**Unas ramas de perejil**

**Media cucharada de harina**

**Dos cucharadas de pan molido**

**Dos dientes de ajo**

**Seis almendras**

**50 grs. de tocino**

**Aceite**

**Sal**

Se escoge un buen bacalao, delgado y

flexible. (De la buena calidad del bacalao depende el éxito de este plato). Se corta la parte más delgada en trozos cuadrados y se pone a desalar como se ha explicado. Una vez desalado se escama con cuidado de no estropearle la piel, y se quitan las espinas sin estropear las tajadas. Se colocan los trozos en una cazuela de barro (proporcionada a las cantidades) o en varias, si se prefiere (el bacalao debe cocerse holgado), con la piel hacia arriba.

Se quitan las pipas de los pimientos, se lavan y se ponen en remojo en agua caliente. En una sartén se pone aceite abundante y el tocino picado. Cuando

empieza a freírse se añaden las cebollas picadas muy finas, los ajos enteros y una rama de perejil grande, se deja freír muy despacio hasta que la cebolla quede cocida, cuidando que no se dore. En este punto se añaden los tomates aplastados y un poco de guindilla, si se quiere que pique (debe picar un poco). Se sacan los pimientos del agua, se raspan por dentro con una cuchara y lo raspado se va echando en la sartén.

Se machacan en el mortero las pieles de los pimientos, las yemas, las almendras. Se agrega la harina, se deslíe todo con un poco de agua y se echa a la salsa. Se deja hervir y se pasa por el pasador apretándolo bien para que ésta resulte

fina y espesa. Se vierte por encima del bacalao y se deja cocer lentamente durante veinte minutos, sacudiendo la cazuela a menudo para que no se agarre y no quede la grasa encima. Se comprueba de sal y se añade, si lo necesita, un poco de azúcar, si tiene sabor un poco amargo. Debe tener abundante salsa, aunque no en exceso. Se sirve en la misma cazuela.

## **Bacalao a la riojana**

**1/2 kilo de bacalao**

**1/2 lata de pimientos morrones**

**2 dientes de ajo**

**Una cucharada de pimentón**

**1/2 vaso de vino blanco**

**2 cebollas**

**Aceite**

**Una cucharada de pan molido**

**Sal**

Se escoge el bacalao muy grueso, se pone a desalar como se ha explicado. Transcurrido el tiempo se saca del agua y se pone en una cazuela, cubriéndolo con agua fría, y se acerca al fuego, antes de que empiece a hervir, cuando se forme en el agua espuma se aparta y se escurre bien; se abre en capas quitándole la espina y la piel (la piel se reserva).

En una sartén con aceite caliente se fríen los ajos y la cebolla, muy lentamente, para que no tome color, cuando ya está frito se le añade la cucharada de pan, rehogándolo todo. En el mortero se machacan las pieles, y desleídas en un poco de agua se añaden a la cebolla, pasadas por un colador, junto con el vino blanco, añadiendo un poco de pimentón y sal; se deja cocer esta salsa cinco minutos.

En una cazuela que resista al horno se pone una capa de salsa, sobre ella unos trocitos de pimiento y una de bacalao, se pone otra de salsa, sobre ésta unos pimientos, una capa de bacalao, otra de salsa y sobre ellas tiras de pimientos. Se

acerca al fuego y cuando rompa a hervir se mete en el horno para que siga cociendo tapado hasta que esté en su punto. (Unos veinte minutos).

## **Bacalao al ajo arriero**

**750 grs. de bacalao**

**2 cucharadas de vinagre**

**Una cucharadilla de pimentón**

**5 dientes de ajo**

**Aceite**

**Una hoja de laurel**

Se pone en remojo el bacalao como se ha explicado. Pasado el tiempo se saca

del agua y se escama con mucho cuidado para no estropearle la piel.

En una sartén con abundante aceite se fríen los ajos, picados en tajadas finas, cuando están doradas se añade el laurel en trozos pequeños, el pimentón y el vinagre, se remueve bien y se vierte sobre el bacalao, que estará en una cazuela refractaria con la piel hacia abajo, se comprueba de sal, se deja cocer a fuego fuerte durante un cuarto de hora sacudiendo la cazuela de vez en cuando para que no agarre el bacalao al fondo. Se sirve inmediatamente.



# Bacalao a la casera

**1/2 kilo de bacalao**

**Una lata de tomate grande**

**Un octavo de lata de pimientos**

**Uno o más huevos cocidos**

**3/4 kilo de patatas**

**Media hoja de laurel**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**1/2 cebolla / Aceite**

**Guindilla / Sal**

Pueden

suprimirse

en

este

bacalao

las

patatas.

Se remoja el bacalao como se ha explicado. Una vez desalado se escama con cuidado de no estropearle la piel y se reserva.

Después de peladas las patatas, se cortan en rodajas y se fríen, colocándolas en una cazuela refractaria y sobre ellas el bacalao con la piel hacia arriba.

En aceite suficiente se fríe la cebolla picada, la media hoja de laurel; cuando ya está frita se añade el tomate, la guindilla (puede suprimirse), un pimiento picado, el ajo y perejil machacado en el mortero y desleído con un poco de vino blanco, se sazona de

sal, se deja hacer unos minutos y se pasa por el pasapuré; se vierte sobre el bacalao, dejándolo cocer suavemente hasta que esté tierno, veinte minutos. Cuando esté en su punto se adorna con huevos cocidos picados y tiras de pimientos. Se sirve en la misma cazuela.

## **Bacalao a la moderna**

**1/2 kilo de bacalao**

**1/2 kilo de patatas**

**Una lata de tomate**

**2 huevos**

**Harina para rebozar**

**1/2 cebolla**

**Un poco de guindilla (puede suprimirse)**

**Un diente de ajo**

**Perejil**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Aceite**

**Un poco de laurel**

Se pone en remojo el bacalao como se ha explicado; una vez desalado se sacan con cuidado del agua los trozos quitándoles la piel y espinas (las pieles se reservan), y se deja enfriar. Ya frío se reboza en harina y huevo batido, se fríen en aceite bien caliente, colocándolo en una cazuela.

En el aceite de freírlo se prepara una salsa con la cebolla picada menuda, un

poco de guindilla, media hoja de laurel y el tomate, en el mortero se machara el ajo, el perejil y las pieles del bacalao, se deslíe con el vino blanco y se añade a la salsa (colado); se deja cocer cinco minutos y se vierte sobre el bacalao. Se cuece en el horno veinte minutos, cuando está en su punto se sirve adornado con patatas fritas y pimientos.

## **Bacalao a la vasca**

**1/2 kilo de bacalao**

**1/2 cebolla**

**Una copa de vino blanco**

**1/4 kilo de almejas**

**2 dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se pone a desalar el bacalao como se ha explicado, ya desalado y preparado se coloca en una cazuela con la piel hacia arriba y se le añaden las almejas, después de lavadas y puestas a abrir en una cazuela con medio pocillo de agua; el agua se pasa por un paño fino y se añade al bacalao. Se fríen en aceite abundante los dientes de ajo picados y la cebolla muy menuda. Se agrega el perejil machacado en el mortero y desleído con el vino blanco y se vierte

sobre el bacalao y se deja cocer todo suavemente durante media hora. Se sirve adornado con pimientos.

## **Bacalao a la duquesa**

**1/2 kilo de bacalao**

**Una lata de tomate**

**2 pimientos choriceros**

**Media cebolla**

**3/4 kilo de patatas**

**Una tajada de manteca**

**Un diente de ajo**

**1 huevo / Aceite / Sal**

**Media hoja de laurel**

Se pone a desalar el bacalao como se ha explicado; ya preparado se coloca en la cazuela que resista el horno. En el aceite suficiente se fríe la cebolla picada muy fina, el diente de ajo picado y el laurel, agregándole cuando ya está frito el tomate y la pulpa de los pimientos (véase cómo se prepararon en *Bacalao a la vizcaina*), se agrega un poco de agua y se deja cocer un rato, ya en su punto se sazona de sal y se pasa por el pasador y se vierte sobre el bacalao, acercándolo al fuego; cuando rompa el hervor se separa un poco y se deja cocer lentamente durante veinte minutos. Las patatas se ponen a cocer después de



peladas, partidas en trozos, cuando están cocidas se escurren y se ponen a secar en el horno cinco minutos, pasados éstos se pasan por el pasador y se añade la mantequilla y el huevo entero, trabajándolo al lado del fuego y dejándolo hervir durante cinco minutos. Se pone en la manga pastelera con boquilla ancha, formando un cordón alrededor del bacalao. Se mete al horno hasta que se dore, y se sirve.

## **Bacalao a la asturiana**

**1/2 kilo de bacalao**

**3 huevos**

**Un pocillo de leche**

**2 dientes de ajo**

**Un pimiento**

**Medio vaso de vino blanco**

**Una barra de pan de medio kilo**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Una cucharada de harina**

Se pone a desalar el bacalao como se ha explicado, ya preparado se desmenuza, quitándole la piel y espinas, seguidamente se pica muy fino, se le quita al pan la miga y se deshace muy fina, remojándola en leche, esto se agrega al bacalao exprimido, añadiendo la cebolla picada y frita, el ajo también picado y el pimiento picado. Todo ello

se rehoga en una sartén con un poco de aceite caliente, una vez rehogado se le añaden los huevos batidos y se cuaja una tortilla, ésta se coloca en una cazuela cubriéndola con una salsa rubia (véase fórmula en *Salsas*); se deja cocer durante diez minutos y se mete en el horno durante cinco minutos. Se sirve adornada de tiras de pimientos.

## **Bacalao al pil-pil**

**Un kilo de bacalao**

**Aceite abundante**

**Cuatro dientes de ajo**

Se escoge un buen bacalao flexible y tierno, se emplearán para este guiso solamente las partes laterales, que son las más delgadas. Se pone a desalar como se ha explicado, y una vez desalado se escama con cuidado para no estropearle la piel, se le quitan las espinas que pueda tener y se colocan los trozos de bacalao sobre un paño.

En una cazuela de barro se pone suficiente aceite, se pelan los ajos, se cortan en rodajas pequeñas y finas y se fríen; cuando los ajos están dorados, se separan éstos y se reservan, se colocan los trozos de bacalao (los justos que quepan en la cazuela, pues no deben

amontonarse) con la piel hacia abajo, se deja que se frían y se sacude sin parar la cazuela para que el aceite se ponga gelatinoso y no se agarre al fondo (este bacalao lleva la piel hacia abajo y puede pegarse con facilidad). Necesita una media hora aproximadamente para cocer. Se sirven inmediatamente en la misma cazuela con unos trozos de ajos de los reservados, sobre cada trozo de bacalao y una guindilla. Debe llevarse a la mesa hirviendo.



# Bacalao rebozado

**Un kilo de bacalao**

**Harina para rebozar**

**2 huevos**

**Aceite**

Se pone a desalar el bacalao como se ha explicado anteriormente.

(Este bacalao debe ser grueso). Una vez desalado se le quita la piel y espinas con cuidado de no estropear los trozos (éstos deben ser cuadrados e iguales), se secan con un paño para quitarles bien todo el agua y se pasa ligeramente por

harina, a continuación se empapa bien de huevo batido y se fríe en abundante aceite hasta que quede bien dorado. Se sirve adornado con lechuga.

## **Besugo al horno**

**Un besugo grande**

**Un limón / 3 ajos / Aceite**

**Un puñado de perejil**

**Tres cucharadas de cebolla picada**

**Tres cucharadas de pan molido / Sal**

**Un chorro de vino blanco**

Se

puede

rodear



el  
besugo  
con  
patatas  
redondas  
(se  
colocarán  
al  
tiempo  
de  
meterlo  
en  
el  
horno).

Una vez el besugo limpio y escamado, se lava y se seca con un paño. Se le hacen cuatro cortes en el lomo y se sazona con ajo y perejil machacados en el mortero, se rocía con limón, se le

coloca en cada corte una rodaja de limón y se pone en una besuguera; se deja reposar durante veinte minutos, pasados éstos se sazona de sal y se le coloca alrededor la cebolla muy menuda y un chorro de vino blanco.

Se pone aceite en la sartén y se fríe un ajo, cuando está dorado se separa y se vierte hirviendo sobre el besugo, se espolvorea de pan molido y se mete en el horno (moderado). De vez en cuando se riega con la salsa, cuando está en su punto se saca del horno, se le coloca en la boca una rama de perejil y se sirve.



# Besugo a la espada

Los mismos ingredientes que para el Besugo al horno.

Una vez limpio y escamado el besugo se abre por un lado, de arriba abajo, se le da un corte en la cola y se coloca abierto en una besuguera, después de sazonarlo con ajo y perejil machacado se deja reposar un cuarto de hora, pasado ese tiempo se sazona de sal, se le pone alrededor la cebolla muy

menuda y un chorro de vino blanco, se rocía de limón. En aceite se fríe un diente de ajo, cuando está dorado se separa y se vierte hirviendo sobre el besugo, se mete en el horno (moderado), de vez en cuando se rocía con su salsa. Cuando la espina se desprende del besugo con facilidad, de manera que al tirar de ella sale entera, se le quita y se saca del horno, se sirve con una rama de perejil en la boca y alrededor unas rodajas de limón.

## **Besugo con fideos**

**Un besugo grande**

**125 grs. de fideos gordos**

**Un limón / 3 ajos**

**Aceite / Perejil**

**Dos cucharadas de cebolla picada**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Un pocillo de caldo con azafrán**

**Una cucharadilla de harina / Sal**

Limpio el besugo, como los anteriores, se coloca en una besuguera sazonado con sal, ajo y perejil. En la sartén se fríe la cebolla muy menuda, ya frita se añade la cucharadita de harina, el vino blanco y el caldo, se vierte sobre el besugo y se mete unos minutos al horno. Los fideos se cuecen con sal, cuando ya están casi cocidos se escurren y se colocan

alrededor del besugo. La salsa debe ser abundante para que el besugo no quede seco. Se sigue cocinando a horno regular, rociándolo de vez en cuando con la salsa y unas gotas de limón. Se sirve en la misma besuguera.

## **Besugo con tomate**

**Un besugo grande**

**Una lata de tomate**

**Una cebolla**

**Un poco de harina para rebozar**

**300 grs. de patatas**

**Un chorro de vino blanco**

**2 dientes de ajo**

**Perejil**  
**Aceite**  
**Sal**

Una vez limpio el besugo como los anteriores, se corta en rodajas y se sazona con ajos y perejil machacado en el mortero y sal, se reboza ligeramente de harina y se fríe en aceite bien caliente.

Las patatas se pelan, se cortan en rodajas y se fríen colocándolas en una besuguera, y sobre éstas las tajadas de besugo ya frito.

Se pone a freír la cebolla en un poco de aceite, cuando está frita se le añade el tomate, ajo, perejil y un chorro de vino blanco, se deja hacer la salsa, cuando



está espesa se pasa por el pasador y se vierte sobre el besugo. Se mete al horno durante diez minutos y se sirve.

## **Bonito con tomate**

**Un kilo de bonito**

**Un kilo de tomate del tiempo**

**2 dientes de ajo**

**Media cebolla picada**

**Aceite**

**Una rama de perejil**

**Sal**

Se escoge el bonito de la parte del centro en dos rodajas. Se le quita la piel

y se sazona con ajo y sal. En aceite caliente se fríe. Ya frito se pasa a una cazuela de barro, En el aceite de freír el bonito (se cuela si está sucio) se fríe la cebolla y el tomate con el perejil y un diente de ajo, ya frito se pasa por el pasador, procurando que la salsa quede espesa. Se vierte ésta sobre el bonito y se deja cocer lentamente hasta que la salsa esté bastante reducida.



# Bonito encebollado

**Un kilo de bonito**

**Una cebolla grande**

**1/2 kilo de tomate del tiempo**

**Aceite**

**Dos dientes de ajo**

**Uno o dos pimientos del tiempo**

**Una rama de perejil**

**Sal**

Se escaldan los tomates, se les quita la piel y pepitas y se cortan en cuadros. Se pica la cebolla menuda y se le añade un diente de ajo y perejil muy picado.

Se prepara el bonito de la parte central, se le quita la piel y espinas y se corta en

trozos, sazonándolo con sal y ajo. En una cazuela de barro, que resista el horno, se pone un poco de aceite frito, se coloca la mitad de la cebolla y del tomate; sobre éste se pone el bonito cubriéndolo con el resto de la cebolla y el tomate, poniendo encima tiras de pimientos, se rocía con aceite frito y se tapa con un plato boca abajo para que no escape el vapor. Se pone a cocer muy lentamente, hasta que esté todo cocido, entonces se destapa y se mete al horno para que reduzca un poco la salsa. Se sirve en la misma cazuela.

# Bonito a la vinagreta

**1/4 kilo de bonito**

**Dos cucharadas de cebolla picada**

**Una cucharadilla de perejil picado**

**2 cucharadas de vinagre**

**6 cucharadas de aceite**

**Un huevo duro**

**Ajo / Limón / Cebolla**

**Una rama de perejil**

**Media hoja de laurel**

Se le quita al bonito (que debe ser en un trozo y de la parte central) la piel y las espinas; se corta en seis trozos iguales. Se pone a cocer en una cazuela cubriéndolo de agua fría, se le añade un trozo de cebolla, cortado en tiras finas, ajo, una rama de perejil, media hoja de

laurel y zumo de medio limón, se sazona de sal y se deja cocer un cuarto de hora; pasado éste se separa del fuego y se deja enfriar en el caldo. Ya frío se pone a escurrir. Se prepara una *salsa vinagreta* (véase fórmula). Se coloca el bonito en una fuente, bien escurrido, y se vierte por encima la salsa vinagreta. Se sirve.

## **Bonito mechado**

**Un kilo de bonito de la parte de atrás**

**Una loncha de jamón delgada**

**2 pimientos de lata**

**Una cebolla**

**Aceitunas rellenas**

**Un chorro de vino blanco**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se le quita la piel al bonito. En la «Aguja de mechar» se van colocando tiras de jamón y se introducen por diversas partes en el bonito, igualmente tiras de pimientos, con la punta del cuchillo se hacen unos agujeros en distintas partes y se van introduciendo en cada agujero las aceitunas. Ya bien relleno se sazona de ajo machacado y sal y se coloca en una tartera sobre unas



rodajas de cebolla, alrededor se colocan trozos de cebolla con ajo y perejil muy picado, se vierte por encima aceite hirviendo y el vino blanco, se tapa la tartera y se cuece lentamente hasta que está en su punto (tarda una hora, aproximadamente). De vez en cuando se riega con su misma salsa. Debe quedar dorado. Para servirlo se coloca en una fuente, cortado en rodajas (para cortarlo tiene que estar frío), con su salsa pasada por el pasador.

## **Bonito en rollo con**

# **mahonesa**

**3/4 kilo de bonito**

**Un tarro de mahonesa**

**2 huevos cocidos**

**Un huevo crudo**

**50 grs. de jamón**

**Unas aceitunas**

**2 pimientos de lata**

**2 cucharadas de miga de pan**

**2 cucharadas de leche**

**Aceite**

**Media cebolla**

**Un chorro de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se le quita al bonito la piel y espinas y se pica menudo, se sazona de ajo, sal y

un poco de vino blanco. Se le agregan las aceitunas picadas, los pimientos picados, la miga de pan remojada en leche y exprimida, se le mezcla un huevo batido. Se humedece un paño y se espolvorea de harina, se coloca encima el picadillo y se aplasta como una torta, se pone en el centro unas tiras de jamón y los huevos cocidos en tiras, se envuelve con la ayuda del paño apretándolo bien. Cuando está enrollado se le cose, se coloca en una cazuela, se cubre de agua fría, se le añade un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, un chorro de vino blanco y otro de aceite. Se sazona de sal y se cuece durante cuarenta minutos. Cocido se

separa del agua y se deja enfriar con el paño. Una vez frío se le quita éste y se corta en rodajas. Se sirve con la salsa mahonesa aparte.



# **Bonito en rollo**

## **(segunda fórmula)**

**3/4 kilo de bonito**

**100 grs. de tocino**

**Media cebolla**

**3 huevos**

**2 pimientos de lata**

**Un poco de harina**

**3/4 kilo de tomate**

**2 dientes de ajo**

**Un chorro de vino blanco**

**Aceite / Perejil / Sal**

Si

no

gusta

la

salsa

de  
tomate,  
puede  
ponerse  
una  
salsa  
rubia  
(véase  
fórmula);  
una  
vez  
hecha  
(ésta  
se  
hará  
igualmente  
con  
aceite  
del  
bonito)  
se

vierte  
sobre  
el  
rollo  
y  
se  
mete  
unos  
minutos  
al  
horno.  
Se  
sirve  
del  
mismo  
modo.

Se le quita al bonito la piel y espinas y se pica menudo, se sazona de ajo y perejil machacado y se le pone la sal.



En un poco de aceite se fríe cebolla picada muy menuda, cuando está frita se le escurre el aceite y se mezcla con el bonito, se añade un chorro de vino blanco y un huevo batido; con las manos se mezcla bien. Con la ayuda de harina se aplasta como una torta. Con los dos huevos que quedan se hace una tortilla francesa, se coloca encima del bonito y sobre ella unas tiras de pimientos, se enrolla con la ayuda de un poco de harina y se coloca en una fuente refractaria o besuguera, se cubre con aceite hirviendo y se mete al horno hasta que se dore, ya dorado se le quita el aceite. Se pone un poco de aceite del que se quitó en una sartén y se agrega el

tomate, se sazona de sal y un pellizco de azúcar si se quiere corregir la acidez del tomate y se deja freír hasta que está espeso. Una vez hecho se pasa por el pasador, se cubre el rollo y se mete unos minutos al horno. Para servirlo se corta en rodajas después de frío y se sirve con la salsa.

## **Bonito en rollo (tercera fórmula)**

**3/4 kilo de bonito**

**100 grs. de jamón con gordo**

**2 pimientos de lata**

**2 dientes de ajo**

**Una cebolla**

**Un poco de harina**

**2 cucharadas de leche**

**2 cucharadas de miga de pan**

**Unas aceitunas rellenas**

**Un huevo duro**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Aceite**

**Sal**

Se le quita al bonito la piel y espinas y se pica, se sazona con ajo y perejil machacado en el mortero, un poco de vino blanco y sal, se le agrega el jamón picado, los pimientos picados, el huevo cocido picado, las aceitunas rellenas picadas; se pone la miga de pan

deshecha a remojar con la leche, se exprime y se mezcla, y, por último, se agrega el huevo batido, amasándolo con las manos para mezclarlo.

Con la ayuda de harina se hacen dos rollos iguales, se pasan ligeramente por harina y se fríen en aceite bien caliente, hasta que están dorados.

Se corta la cebolla en rodajas finas y se coloca en una tartera cubriendo el fondo de ésta, se ponen encima los dos rollos y sobre ellos se vierte el aceite de freírlos hirviendo (después de colado), en el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un poco de vino blanco y se agrega a los rollos, se tapa la tartera y se dejan cocer

lentamente hasta que estén tiernos una media hora, aproximadamente. Ya en su punto se separan de la salsa y se dejan enfriar, cuando están fríos se cortan en rodajas, se colocan éstas en otra tartera y se les echa la salsa por encima, pasada por el pasador. Se cuecen con la salsa unos cinco minutos. Y se sirve.

## **Cola de bonito asada**

**Un kilo de bonito de la parte de la cola**

**Una cebolla**

**2 dientes de ajo**

## **Un chorro de vino blanco**

**Aceite**

**Sal**

Se escoge un trozo de bonito de la parte de la cola, se le quita la piel y se sazona con sal y ajo, en una sartén con aceite caliente se rehoga hasta que está dorado, una vez rehogado se pasa a una tartera, se añade el aceite de freírlo colado y una cebolla cortada en trozos grandes, se tapa la tartera y se deja cocer lentamente; a media cocción se le añade un chorro de vino blanco. Ya en su punto se separa de la salsa, se pasa ésta por el pasador y se sirve con la salsa y tiras de pimientos.

# **Bonito en el horno (ventrisca)**

**Un kilo de bonito de la parte de la  
ventrisca**

**Ajo**

**Aceite / Sal**

Se le quita la piel al bonito, se sazona de ajo, a continuación se le pone la sal. Se rocía con un poco de aceite (éste de buena calidad), se mete al horno hasta que esté dorado.

# **Boquerones huecos**

**Un kilo de boquerones**

**14 cucharadas de agua**

**Un poco de levadura**

**7 cucharadas de harina**

**Una clara de huevo**

**Aceite**

Se les quita la cabeza y espina, abriéndolos, una vez lava dos se ponen a escurrir.

En un recipiente se pone la harina con la levadura, agregándole el agua y un poco de sal; se hace una pasta cremosa y se le mezcla la clara batida a punto de nieve, juntándolo todo bien.



En la sartén se pone aceite abundante, cuándo está bien caliente se introducen en la pasta los boquerones abiertos, cogiéndolos por la cola, y se fríen dejándolos muy dorados. Se ponen a escurrir y se sirven calientes. Pueden prepararse también de este modo las sardinas pequeñas.

## **Calamares en su tinta**

**1/2 kilo de calamares**

**2 dientes de ajo**

**Una cucharada de harina**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Una cebolla**

**Una rama de perejil**

**Aceite**

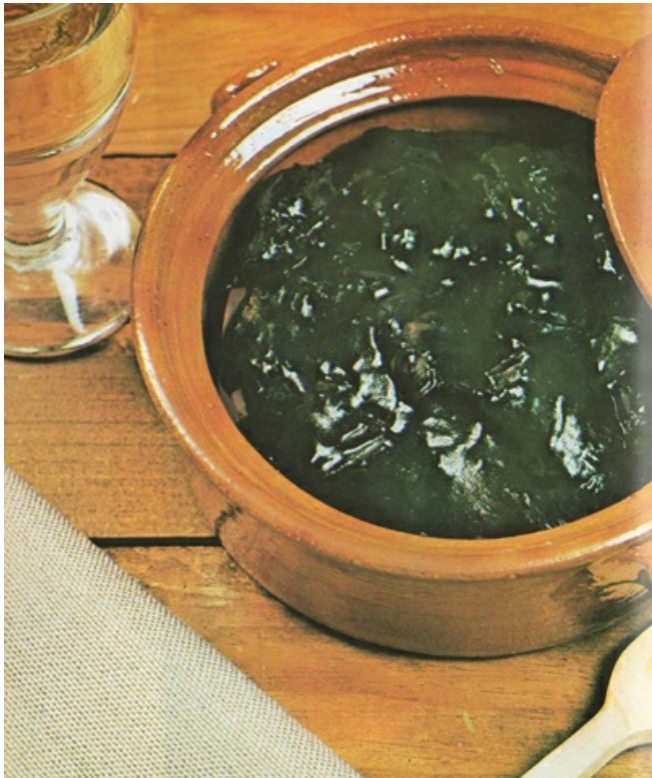
**Un trocito de laurel**

**Sal**

Se limpian los calamares, quitándoles la piel y los ojos, rompiéndolos antes para que no salten. Se reservan las bolsas de la tinta que vienen pegadas al estómago y tripas.

Si son pequeños se cortan los cuerpos en aros, con unas tijeras; si son grandes, en trozos; las patas se pican. Ya preparados se sazonan con ajo y perejil machacado en el mortero, se les pone la sal y se colocan en una tartera. En una sartén se pone el aceite y cuando está

caliente se echa la cebolla picada muy menuda, cuando está frita se le añade la cucharada de harina, un poco tostada al horno, un diente de ajo y un poco de perejil machacado en el mortero y desleído con el vino blanco y el laurel. Esta salsa se vierte sobre los calamares, dejándolos cocer durante media hora bien tapados. Pasado este tiempo se les agrega la tinta desleída en un poco de agua y pasada por un colador. Si están muy secos se les agrega un poco más de agua y se dejan cocer lentamente hasta que estén tiernos. Una media hora más.



# Calamares rellenos

**1/2 kilo de calamares**

**Un huevo cocido**

**50 grs. de jamón**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Dos cucharadas de harina**

**Una cucharada de pan molido**

**Una cebolla grande**

**Aceite**

**Una rama de perejil**

**2 dientes de ajo**

**Sal**

Estos calamares deben ser pequeños (especiales para rellenar). Bien lavados y limpios, a los cuerpos se les quitan las

aletas, se reservan éstas y la tinta.

Se pican muy menudas las patas y aletas, así como el jamón. En una sartén se pone una cucharada de aceite y se fríen tres cucharadas de cebolla, muy picada, cuando está frita se agrega al picadillo, incorporando el pan molido, el huevo cocido picado, un poco de perejil, un ajo, muy menudos, y una cucharada de vino blanco. Se sazona de sal y se mezcla todo bien, con esta masa se rellenan los cuerpos de los calamares, traspasando los extremos con un palillo para que no se escape el relleno. (No deben llenarse demasiado, para que no se revienten).

En una tartera se pone aceite, cuando

está caliente se echan los calamares y se rehogan; cuando se han dorado se les añade el resto de la cebolla picada muy menuda, dejándola pasar un poco, seguidamente se machacan en el mortero un poco de ajo, perejil y una cucharada de harina, se deslíe con el resto del vino blanco y se agrega, se cuecen durante media hora bien tapados. Pasado este tiempo se agrega la tinta desleída en un poco de agua y pasada por un colador. Se dejan cocer lentamente hasta que están tiernos. Se sirven con salsa y patatas fritas redondas.

# Calamar relleno

**Un calamar grande**

**50 grs. de jamón**

**Aceitunas sin hueso**

**Una cucharada de miga de pan**

**2 cucharadas de leche**

**Una cebolla**

**Uno o más huevos cocidos**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Vino blanco**

**Sal**

Se prepara y limpia el calamar (no se reserva la tinta). Se le quita las aletas y las patas, se pican éstas muy menudas y se mezclan con el jamón picado. En una



sartén se ponen dos o tres cucharadas de aceite, se fríe lentamente media cebolla picada fina, cuando está tierna se agregan las patatas y aletas cortadas en trocitos, se fríe todo y se separa del fuego pasándolo a otro recipiente y escurriéndole el aceite se le agrega el huevo o huevos cocidos (se pondrán uno o más, según el tamaño del calamar), las aceitunas cortadas en trozos, un poco de ajo y perejil picado, el pan remojado en leche y exprimido, se sazona de sal, se mezcla todo y se rellena el calamar. Lo demás, léase *Calamares rellenos* y hágase igual. No se pone la tinta. Este calamar puede servirse como fiambre, en este caso se deja enfriar y se corta en

rodajas finas. En caliente se sirve cortado en rodajas y con su salsa pasada por el pasador y adornada con patatas fritas cortadas en cuadros.

## **Centollo**

Antes de adquirir un centollo hay que asegurarse que está bien fresco para que esté bien repleto de carne, ya que a medida que van pasando los días se va vaciando.

Para cocerlo se pone al fuego una cacerola con agua, se le agrega un

puñado de sal, un trozo grande de cebolla, una zanahoria, una rama de perejil y un diente de ajo. Cuando el agua hierve a borbotones se zambulle el centollo y se cuece a ebullición fuerte durante veinte minutos. A continuación se escurre, se le quita toda la carne que tenga en la cáscara y patas, con cuidado de que no pierda nada de líquido, y se pica (no muy menudo). Se le agrega a la carne picada huevos cocidos picados (los que se desee) y una *salsa vinagreta* (véase fórmula), se mezcla bien y se rellena el caparazón. Se sirve.

# Congrio con guisantes

**Un kilo de congrio**

**Un chorro de vino blanco**

**1/2 kilo de guisantes desgranados o  
una lata grande**

**Una cebolla pequeña**

**Harina para rebozar**

**Un poco de laurel**

**Perejil**

**Aceite**

**2 dientes de ajo**

**Sal**

El congrio debe escogerse de la parte abierta, pues la parte cerrada tiene mucha espina. Ésta se corta en rodajas, se reboza ligeramente en harina y se fríe en aceite bien caliente, después de

haberlo sazonado con ajo y sal. Los trozos fritos se van colocando en una cazuela refractaria.

En la sartén con aceite caliente se fríe la cebolla picada muy menuda, cuando está ya frita se le añade un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, desleído con un chorro de vino blanco y media hoja de laurel; se espesa la salsa con una cucharadita de harina. Con esta salsa se cubre el congrio, se le añaden los guisantes, que si son del tiempo se habrán cocido antes, y si son de lata se escurren. Se deja cocer lentamente hasta que el congrio está tierno. Se rectifica de sal y se sirve.

# Congrio a la cazuela

**Un kilo de congrio**

**Medio kilo de tomate**

**Una cebolla**

**250 grs. de zanahorias**

**Un chorro de vino blanco**

**Dos dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**Media hoja de laurel**

**Aceite**

**Sal**

El congrio, como en la anterior receta, debe escogerse de la parte abierta. Se corta en trozos y se sazona de ajo.

Se pica la cebolla menuda; la zanahoria, después de pelada, se corta en cuadros como dados. Al tomate se le quita la piel y pepitas y se pica en trozos menudos.

En una cazuela se pone el aceite, se fríe un ajo, y cuando está dorado se retira, separando a un recipiente la mitad del aceite frito (sólo debe dejarse lo que cubre el fondo de la cazuela). Sobre el aceite se pone una capa de las verduras picadas, encima se colocan los trozos de congrio, un poco de ajo y perejil muy picado y la media hoja de laurel, se cubre con el resto de las verduras y se rocía con un poco de aceite del que se separó (ya frito), se agrega un poco de

vino blanco. Se tapa la cazuela y se deja cocer suavemente hasta que todo esté tierno. Tarda aproximadamente media hora. Se sirve en una fuente, colocando en el centro el congrio y la salsa con todas las verduras alrededor.

## **Congrio en salsa verde**

**Un kilo de congrio**

**Una cebolla pequeña**

**Un chorro de vino blanco**

**2 dientes de ajo / Sal**

**Un puñado de perejil**

**Una cucharadita de harina**



Pueden  
agregarse  
a  
la  
salsa,  
si  
se  
desean,  
unos  
guisantes.

Se escoge el congrio de la parte abierta, se sazona con ajo y sal, se coloca en una cazuela.

En la sartén con el aceite se fríe un poco de cebolla muy menuda picada, ya frita se le pone una cucharadita de harina, se remueve y se agrega un diente de ajo machacado en el mortero con bastante

perejil (todo ello debe estar muy machacado) y desleído con un chorro de vino blanco, se deja cocer un poco y se vierte la salsa sobre el congrio, se cuece lentamente durante veinte minutos.

## **Caldereta de pescados y mariscos**

**1/2 kilo de tiñoso**

**1/2 kilo de salmonetes**

**1/2 kilo de mero**

**1/2 kilo de cabras**

**1/2 kilo de botona**

**Un vaso de champagne**

**Una langosta de un kilo o un kilo de langostinos.**

**1/2 kilo de gambas grandes**

**1/2 kilo de cigalas**

**1/2 kilo de pimientos morrones**

**3 dientes de ajo**

**Un limón grande**

**Perejil / Aceite**

**Una cebolla grande / Sal**

Los

pescados

indicados

son

los

de

roca.

Se limpian todos los pescados y se sazonan de sal. A los mariscos se les quita la cáscara. Si se pone langosta se

corta viva, quitándole primero las pinzas y patas, después la cola, a continuación las articulaciones y sujetando la cabeza con la mano izquierda se corta ésta en dos por la mitad, reservando los intestinos, sustancia y huevos, se le quita la bolsa que forma la arenilla. Se sazonan los mariscos de sal.

En la sartén con aceite se fríe la cebolla picada muy fina, el ajo y el perejil picado menudísimo, se agrega una cucharada de harina, se remueve sin que se dore y, por último, se agrega el vaso de champagne, todo ya bien mezclado se le da un hervor y se sazona de sal.

Se coloca un poco de la salsa en una

cazuela, sobre ella una capa de pescados, otra de salsa, otra de mariscos, salsa, pescados y mariscos y así hasta colocarlo todo, terminando con salsa y tiras de pimientos morrones. Se mete a horno fuerte cuarenta minutos, se riega con jugo de limón y se sirve con tostadas de pan frito.

## **Caldereta de Luarca**

**1/2 kilo de botona**

**Un kilo de salmonetes**

**Un kilo de calamares**

**1/2 kilo de tiñoso**

**Un kilo de almejas**

**Un kilo de tomates**

**Una cebolla**

**3 dientes de ajo**

**Perejil**

**1/2 botella de vino blanco superior**

**1/2 litro de vino blanco corriente**

**Un kilo de mejillones**

**Un kilo de llámparas**

**Un centollo**

**1/2 kilo de gambas**

**Langostas o lubricantes**

**Sal**

Pueden

añadirse

cuantos

pescados

de

roca

se

deseen.

En una tartera se pone aceite crudo, se agregan los tomates pelados y cortados en trozos grandes, la cebolla cortada en trozos grandes, un ramo de perejil picado, un puñadito de sal y una botella de vino blanco superior. A continuación se tienen los pescados lavados y cortados en trozos más bien grandes, éstos se van incorporando a la tartera. A medida que se van añadiendo los pescados se sigue añadiendo el vino.

Las llámparas, mejillones y almejas se ponen al fuego con un poco de agua para que se abran; ya abiertas se separan del agua, se dejan enfriar y se les quita la cáscara, se agregan a la tartera (el agua

de abrirlos se pasa por un paño para quitarle la arena y se agregan también). A los lubricantes, centollo, etc., se cortan en trozos (sin cocer) con la cáscara. Se tapa la tartera y se deja cocer lentamente. Se sazona de sal.

El caldo se aprovecha para hacer una sopa con pan duro. Se pican sopas muy finas y se rehogan en una sartén con un poco de aceite y un poco de ajo picado.

A continuación, en otra tartera, se saca toda la salsa de la caldereta y se pasa el pan, ya rehogado, por un pasapuré, agregándole para pasarlo un poco de caldo, lo pasado se agrega a la tartera donde está el caldo.

Si los pescados se cortan limpios de



espinas, están mejor. Para saber cuándo está en su punto la caldereta, al mismo tiempo que se pone todo a cocer se pelan seis o siete nueces, cuando se busquen entre la caldereta y estén deshechas ya todo está cocido. Entonces para darle el punto final se separa del fuego y se tapa herméticamente quince minutos antes de servirla.

Para dar el punto final a la sopa se echan tres o cuatro huevos sin batir y se revuelven bien dentro de la tartera.

## **Cigalas**

Se pone un puchero al fuego con el agua suficiente para que queden cubiertas las cigalas. Se sazona de sal y cuando rompe a hervir se echan las cigalas. Se ponen a fuego vivo y cuando rompa de nuevo el hervor se retira el puchero del fuego y se dejan tapadas en el agua hasta que empiezan a enfriarse. Se comprueban por si hay que añadir más sal.

## **Lenguados**

La mejor clase de lenguados es el que

tiene la piel gris, éste se prefiere al que la tiene más bien negra.

Cuando tienen que presentarse enteros se escogen lenguados de ración, y para hacer los filetes conviene que sean de buen tamaño, pues los filetes que se saquen de él no es conveniente que sean muy delgados. Para limpiarlos en uno y otro caso hay que quitarles la piel oscura que tienen.

Para quitarles ésta cuando se van a presentar enteros se colocan sobre una tabla con la parte oscura del lenguado cabeza, dejándola sujeta a la piel oscura. Se le da vuelta al lenguado, se coge la cabeza con un paño y se tira hacia abajo de la piel. Ya quitada la piel

oscura se le da vuelta, dejándolo con la piel, y se tira de ésta hacia arriba. De este modo se le quita la piel perfectamente.

Cuando hay que sacar filetes no conviene quitarles la piel antes; debe hacerse después de sacados los filetes. Se les quitan las tripas y se preparan.

## **Lenguados a la minuta**

**Seis lenguados de ración**

**Aceite / Sal**

**Un poco de harina**

Una vez limpios los lenguados se sazonan de sal, se rehogan en harina y se fríen en aceite muy caliente hasta que se doren. Se sirven al momento con rodajas de limón.

# **Filetes de lenguado rizados**

**Dos lenguados de 1/2 kilo**

**Una lata de tomate**

**2 huevos**

**Aceite / Pan molido**

**Sal**

Limpios los lenguados se sacan los filetes y se les quita la piel; se sazonan de sal fina, se pasan por huevo batido y pan molido que esté muy fino. Se enrollan, sujetando los rizos con un palillo. Se fríen en aceite muy caliente. Cuando están dorados se colocan en una fuente y se sirven después de quitarles los palillos con ramas de perejil. Se prepara una salsa de tomate y se sirve en salsera.

## **Langosta**

La langosta se cuece viva y bien sujeta. Para ello se le dobla la cola y se ata dándole varias vueltas al bramante.

Para una langosta de un kilo se ponen cuatro litros de agua, tres cucharadas y media de vinagre, sal, una rama de perejil y una hoja de laurel.

Cuando el agua está hirviendo se zambulle rápidamente la langosta y se tapa para que rompa a hervir de nuevo enseguida. Cuando rompe el hervor de nuevo, se cuece durante veinte minutos si su peso es de un kilo, y media hora más si su peso es de dos kilos. Los ingredientes para cocerla aumentan según su peso.

Transcurrido el tiempo de cocción se separa del fuego y se deja enfriar en el mismo caldo de cocerla.

Para partirla, se separa la cabeza del caparazón, se hace un corte en la parte de abajo de éste, todo lo largo y se saca la cola entera, que se sirve en rodajas delgadas (medallones), colocándolas en el mismo orden en que se han cortado. En una fuente ovalada se colocan la cabeza y el caparazón, de manera que parezca entera la langosta. Encima del caparazón se coloca la cola. Las partes sacadas de las patas y pinzas se ponen alrededor de la fuente. Se puede adornar con limón, huevos cocidos, etcétera. Se sirve aparte en salsera *mahonesa* o



*vinagreta.*

# **Langosta a la catalana**

**Una langosta de un kilo y medio**

**Dos cucharadas de cebolla picada**

**100 grs. de jamón**

**2 cucharadas de pasta de tomate**

**Dos onzas de chocolate rallado**

**2 copas de coñac**

**Aceite (siete cucharadas)**

**Un pocillo de caldo de carne**

**Media cucharilla de pimienta en  
grano**

**1/2 hoja de laurel**

**Unas ramas de perejil**

Se coloca la langosta (que ha de estar viva) sobre una mesa con las patas hacia arriba y con la mano se sujeta la cola de forma que quede estirada. En esta posición la langosta, se le corta un cuerno (llamado también antena) y éste se introduce por el orificio que la langosta tiene en la cola, de modo que le atraviese de la cola a la cabeza; después se saca el cuerno, saliendo adherido a él la tripa y el jugo de la langosta, que se recogerán en una cacerola que contenga el pocillo de caldo. Seguidamente se parte la langosta en trozos sin quitarle el caparazón. Estos trozos se rebozan en harina y se rehogan en aceite bien

caliente sacándolos en un plato. Se pone una cacerola al fuego con el aceite y cuando está bien caliente se fríe en él la cebolla menuda, se agrega el jamón cortado en cuadraditos, la pasta de tomate, el chocolate, el coñac y el caldo con el jugo que se sacó de la langosta (la tripa se tira). En una bolsa se mete la pimienta, el laurel y el perejil, introduciéndolo todo en la salsa anteriormente preparada. A continuación se echan en esta misma cacerola los trozos de la langosta y se dejan cocer de veinte a treinta minutos. Transcurrido este tiempo se saca la langosta en una fuente, sirviéndola con la salsa, de la que se habrá sacado la bolsa con las

especies.

# Langostinos al natural

**Un kilo de langostinos**

**Una rama de perejil**

**2 cucharadas de vinagre**

**Una cebolla**

**Sal**

Se lavan y se doblan un poco para arquearlos; seguidamente se ponen en una cazuela y se cubren con agua hirviendo, se añade la cebolla cortada en lonchas finas, el perejil, vinagre y sal, se acerca al fuego la cacerola y se

deja hervir un minuto, contando desde que empieza el hervor. Pasado este tiempo se retira del fuego y se dejan enfriar en el agua que han cocido.

Se colocan en una fuente, después de fríos, se adornan con hojas tiernas de lechuga y se sirve aparte salsa vinagreta, mahonesa o salsa tártara. (Véase fórmula en salsas).



# Lubina

La lubina es un pescado muy fino. La mejor manera de prepararlo, si es grande, es cocida como cualquier otro pescado, con un caldo corto; en agua fría con cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, sal, un poco de laurel. Se puede servir fría o caliente. Si se sirve fría se pondrá con mahonesa, vinagreta o salsa tártara. Si se sirve caliente se puede poner con una salsa blanca, muselina, etc.

Si la lubina es pequeña se pone asada al horno.

## **Merluza**

*Manera de descongelarla.*

Cualquiera de las recetas que se citan a continuación pueden prepararse con merluza fresca o congelada. La congelada contiene el mismo valor nutritivo que la fresca. La mejor manera de descongelarla es a la temperatura ambiente. Debe ponerse a descongelar en sitio muy frío para que la



descongelación sea lo más lenta posible, de un día para otro. Si es posible en nevera. Una vez descongelada y un poco antes de usarla se coloca sobre un paño y sin estrujarla se seca. Se le quitan las pieles negras y tripa, se rocía de limón y se prepara según receta. También puede descongelarse si no hubiera tiempo para hacerlo de esta manera, poniéndola al grifo del agua fría, pero sin tenerla sumergida en agua, el grifo mientras se descongela debe estar corriendo. Una vez descongelada, se coloca sobre un paño, se seca sin estrujarla, se limpia y se usa.

# **Merluza a la cazuela**

**6 rodajas de merluza gruesa**

**1/4 kilo de almejas**

**Una lata de espárragos**

**50 grs. de jamón**

**2 cucharadas de cebolla**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Un vaso de vino blanco**

**Aceite / Azafrán**

**Tres dientes de ajo**

**Perejil / Guindilla**

**Un poco de caldo**

**Un poco de harina**

**Sal**

Si

se

prepara

en

cazuelitas  
individuales,  
se  
pone  
en  
cada  
cazuela  
una  
rodaja  
de  
merluza,  
unas  
almejas  
y  
unos  
espárragos.  
Se  
reparte  
la  
salsa,  
que

será  
abundante.

Se limpian los trozos de merluza, que han de ser gruesos. Si fuera congelada se pone a descongelar como se ha explicado anteriormente. Se sazonan de ajo, sal y limón y se colocan en una cazuela refractaria, rodeándola con las almejas bien lavadas.

En la sartén con el aceite caliente se fríe la cebolla muy menuda, se echa la guindilla picada (a gusto de cada uno), se añade el jamón cortado en trozos pequeños; se le da una vuelta a todo. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con el

vino blanco y se añade una cucharada rasa de harina, todo esto se echa en la sartén. Si no se dispusiera de caldo, se puede improvisar con una pastilla de caldo concentrado, se sazona con azafrán, se hierve unos minutos para que se concentre bien el azafrán; éste se cuele y se añade a la salsa; por último, se ponen los guisantes escurridos, todo junto se le da un hervor y se vierte sobre la merluza, poniéndolo a cocer a fuego vivo. Cuando rompe el hervor se separa un poco del fuego y se cuece durante un cuarto de hora, regándolo a menudo con la salsa, se rectifica de sal y se le ponen las puntas de espárragos. Se sirve en la misma cazuela.

# **Merluza o pescadilla a la imperial**

**Un kilo de merluza en un trozo o pescadilla**

**Una lata de guisantes**

**Un tarro de mahonesa grande o los ingredientes para hacerla**

**1/2 lata de espárragos**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/2 kilo de patatas**

**Un diente de ajo**

**Un trozo de cebolla**

**Un cogollo de lechuga**

**Una rama de perejil**

**Sal**

Se escoge la merluza que sea cerrada, preferible la parte de la cola. (Si es congelada se descongela como se ha explicado anteriormente). Una vez limpia se envuelve en un paño húmedo, se ata con un hilo y se coloca en una tartera, se cubre de agua fría y se añade un trozo grande de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, un trozo de limón y sal. Se pone a hervir durante veinte minutos tapada, contados desde que rompe el hervor. Ya cocida se retira del fuego y con cuidado se saca del agua y se deja enfriar. Fría se le quita el paño y se pone a escurrir, se tira de la espina y se le saca entera; si fuera fresca no es

necesario envolverla en el paño. (Éste se pone para que no se estropee nada la piel y para que tenga buen aspecto al servirla).

Por separado se ponen a cocer cada una de las verduras. Las zanahorias picadas en cuadritos, en agua hirviendo con sal y las patatas, después de peladas, cortadas en cuadros, en agua fría con sal. Los guisantes se escurren.

Después de escurrida la merluza se coloca en un larguero. Las verduras, una vez cocidas, se escurren y se juntan todas en una fuente, se les agrega media cucharada de cebolla muy picada, un chorro de aceite y otro de vinagre. Se remueven y se les añade mahonesa (a



gusto). Éstas se colocan alrededor de la merluza. Al resto de la mahonesa se le añade un poco de patata, pasada por el pasador, con el fin de que quede más espesa, se mezcla bien y se coloca en la manga, se adorna con ella la merluza a gusto de cada uno. Los espárragos se intercalan entre las verduras y la merluza. Alrededor de la fuente se pone la lechuga muy picada, después de aliñada (ésta no se pondrá hasta que vaya a servirse; puede sustituirse por rodajas de tomate colocadas alrededor de la fuente).

# **Merluza a la moderna**

**6 rodajas de merluza**

**Una lata de tomate**

**50 grs. de jamón (se puede prescindir)**

**Un poco de harina**

**2 ó 3 huevos**

**Una lata de guisantes**

**Media cucharada de mantequilla**

**Ajo**

**Cebolla**

**Perejil**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada se descongela como se ha explicado. Se limpia, se rocía de limón y se deja unos minutos; pasados éstos se sazona de ajo machacado, dejándolo reposar diez

minutos; seguidamente se le pone la sal y pasa ligeramente por harina, se reboza en huevo batido y se fríe.

Con los desperdicios y, si no se tienen, con un poco de merluza, se prepara un caldo al que se le añade un diente de ajo, una rama de perejil y una cáscara de cebolla, se deja hervir hasta que esté bien concentrado y reducido a pocillo y medio. En un cazo se pone la mantequilla, se deshace al fuego y se añade una cucharada de harina, rehogándolo sin que se dore, se le agrega el caldo y se deja cocer (quedando como una bechamel) un cuarto de hora, pasada ésta se separa del fuego y se le añade una yema, se

remueve y se reserva al calor sin que hierva más.

Con el tomate se prepara una salsa espesa.

Los guisantes se escurren y se rehogan, añadiéndoles si se quiere el jamón picado.

Al tiempo de servir la merluza, se coloca en una fuente, dejando un hueco en el centro. En el hueco se pone la salsa caliente, alrededor la salsa de tomate, junto con los guisantes.

## **Merluza frita**

**6 rodajas de merluza**

**Un poco de harina**

**Uno o dos limones**

**Uno o más huevos para rebozar**

**Aceite**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada se descongela como se ha explicado. Una vez descongelada, se limpia, se coloca sobre un paño y se seca un poco, sin aplastarla; se rocía de limón y se deja reposar unos minutos.

(Si fuera fresca no necesita rociarse de limón). A continuación, se le pone la sal, se pasa ligeramente por harina y se baña en huevo batido; se fríe en aceite caliente (sin exceso), dándole vueltas

para que se doren por ambos lados. Una vez frita, se coloca en una fuente. Se sirve con rodajas de limón.

## **Merluza cocida**

**Un kilo de merluza**

**Media cebolla**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**Un poco de limón**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada se descongela como se ha explicado.

En una cacerola, proporcionada a las

cantidades, se pone agua fría; se le agrega una cáscara de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, un trozo de limón y sal; se deja hervir unos minutos para que se haga el caldo. A continuación se separa del fuego la cacerola y se deja enfriar. Ya frío el caldo, se coloca la merluza limpia, se acerca al fuego y se hierve de diez a quince minutos (contados a partir desde que rompe el hervor). Pasados éstos, se separa del fuego y se deja enfriar dentro del caldo; fría, se escurre, se coloca en un plato y, si tiene que esperar, se cubre con un paño para que no se reseque. Si la merluza fuera en rodajas se prepara el caldo como se ha explicado; una vez

frío, se introducen las rodajas de merluza hasta que empieza a hervir. En cuanto empieza el hervor, se separa la cacerola del fuego y se le agrega un vasito de agua fría para que no hierva más. Se deja enfriar dentro del caldo.

Fría, se escurre, se coloca en un plato y, si tuviera que esperar, se cubre con un paño para que no se reseque. Se sirve con vinagreta o mahonesa (véase fórmula). Éstas se sirven en salsera.

## **Merluza rellena**



# **(congelada)**

**Un kilo de merluza de la cola o una  
pescadilla grande**

**150 grs. de carne de ternera picada**

**Una lata de guisantes**

**2 huevos duros**

**1/4 kilo de tomate**

**Una lata de espárragos**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/2 kilo de patatas**

**Una lechuga**

**Aceitunas**

**Un tarro de mahonesa**

**Sal**

La merluza se pone a descongelar como se ha explicado anteriormente.

Ya preparada y limpia, se abre por uno de los lados y se le quita la espina; se

tira de ella con cuidado de no romperla. De esta manera sale con mucha facilidad. Con la mano, se quita un poco de carne para dejar el hueco del relleno. Se hace un picadillo con la carne picada, que se habrá rehogado un poco en la sartén; después de haberla sazonado con ajo y perejil, se añaden las aceitunas picadas, el jamón y el huevo cocido, todo ello picado; se le echa un poco de vino blanco, agregando también la carne de la merluza que se quitó; se le añade un huevo batido y se sazona de sal; con todo esto se rellena la merluza. Ya bien rellena, se cose para que no salga el relleno, se pone en un paño bien limpio, atándolo, y se cubre

de agua fría, añadiendo media cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, un trozo de limón y sal; se cuece durante media hora, contando desde que empieza el hervor. Pasado ese tiempo, se saca del agua y se quita con mucho cuidado el paño; después de escurrida se coloca en una fuente.

Las patatas se ponen a cocer, una vez peladas y cortadas en cuadritos, con agua fría y sal; ya cocidas, se escurren y se colocan sobre un paño para que se sequen. Por separado, se cuecen las zanahorias, cortadas en cuadros pequeños; ya cocidas, se juntan con las patatas para que se sequen; se les añaden los guisantes escurridos y unas

aceitunas picadas. Se envuelve con mahonesa, formando una ensaladilla. Se coloca la merluza en un larguero; alrededor de ella, la ensaladilla adornada con unas rodajas de tomate finas, alternando con los espárragos. La merluza se cubre con un poco de mahonesa.

## **Merluza rellena (otra fórmula)**

**Un kilo de merluza (de la cola)**

**Dos cucharadas de miga de pan**

**1/2 vaso de vino blanco**

**1/4 kilo de gambas**

**Una lata pequeña de champiñón**

**Unas aceitunas sin hueso**

**Un huevo duro**

**Una cucharada de leche**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Un huevo crudo**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada se pone a descongelar como se ha explicado anteriormente. Una vez limpia, se le quita la espina como la anterior y un poco de carne para hacer el hueco para rellenarla.

Las gambas se ponen a cocer en agua hirviendo con sal durante cinco minutos; pasados éstos, se escurren y se les quita la cáscara.

En la sartén se fríe un poco de cebolla muy menuda; cuando está frita, se le añade el jamón cortado en trozos finos, las gambas picadas, las aceitunas, los champiñones picados, un diente de ajo y una rama de perejil picado y la carne que se le quitó a la merluza y el huevo picado. Se rehoga junto y se le añaden dos cucharadas de vino blanco; se rectifica de sal, se le da un hervor y se separa del fuego; se deja enfriar y se añade la miga de pan remojada en leche y exprimida, y por último, un huevo

batido. Se une todo y se rellena la pescadilla, cosiéndola para que no salga el relleno.

En una besuguera se colocan rodajas de cebolla muy finas para que la cola no se agarre al fondo; sobre ella se coloca la merluza. Se rocía con aceite y un chorro de vino blanco, se sazona de sal y se espolvorea con pan rallado; se mete al horno hasta que esté en su punto, regándola de cuando en cuando con la salsa. Debe estar la merluza dorada. Cuando está asada, se deja enfriar un poco y se le quita el hilo y se coloca con cuidado en una fuente con un poco de su jugo, y se sirve aparte una salsa de tomate, que se preparará con la cebolla

de asar la merluza y el jugo, el tomate, un poco de ajo y perejil; cuando está reducida se pasa por el pasador, apretándola bien para que quede fina y espesa.

## **Merluza o pescadilla rellena (otra fórmula)**

**Una pescadilla grande**

**Una lata de guisantes**

**Un pimiento de lata**

**100 grs. de jamón**

**2 huevos cocidos, uno crudo**

**Un chorro de vino blanco**



**Ajo**  
**Perejil**  
**Aceite**  
**Limón**  
**Sal**

Ya limpia la pescadilla (si es fresca no se le quita la cabeza; ésta se limpia con cuidado de no despegarla de la pescadilla, quitándole los ojos y todas las telillas negras). Si fuera congelada, se descongela como se ha explicado en la merluza. Tanto si es de una u otra manera, se le hacen unas flexiones en la cola hasta romperle la espina; se tira de ella y se saca entera, se le quita un poco de carne y se reserva. Se sazona la pescadilla con sal y zumo de limón.

En la sartén se fríe la cebolla picada muy menuda; cuando está frita, se escurre del aceite en un plato; a ésta se le añade el jamón picado, los guisantes (reservando unos pocos), la carne que se le quitó a la pescadilla, picada; los huevos cocidos y picados, reservando una yema, el pimiento de lata picado; todo esto, unido con un huevo batido, se sazona de sal, se mezcla bien y se rellena la pescadilla, procurando que llegue el relleno hasta abajo; para ello se va empujando con la mano del mortero. Bien rellena se cose.

En una besuguera se colocan en el fondo unas rodajas de cebolla muy finas; sobre ellas se pone la pescadilla, se rocía de

aceite caliente y se mete en el horno hasta que se dore. Cuando empieza a dorarse se rocía con un poco de vino blanco. Ya dorada se le quita el aceite y la cebolla; con ello se hace una salsa, añadiendo la yema de huevo cocido que se reservó, un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil y desleído con un chorro de vino blanco. Ya hecha, se pasa por el pasador. La pescadilla se pasa con cuidado a un larguero en el que se habrá puesto un poco de salsa; el resto de la salsa se coloca alrededor. Se sirve adornada con rodajas de huevo cocido, unos guisantes de los que se reservaron (éstos se ponen a cocer unos minutos con la salsa

después de pasada por el pasador).

# **Medallones de merluza a la asturiana**

**3/4 kg. de merluza o pescadilla  
congelada**

**Una lata de tomate natural**

**Un octavo de lata de pimientos**

**2 dientes de ajo**

**Un poco de harina**

**Un huevo**

**Una rama de perejil**

**Medio limón**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Medio vaso de vino blanco**

**2 cucharadas de miga de pan**

**Una cebolla**

**Aceite / Sal**

Estos  
medallones

no  
deben  
juntarse

con  
la

salsa  
hasta

unos  
minutos

antes  
de  
servirlos,

para  
que  
estén  
más

jugosos.

Se descongela la merluza o pescadilla como se ha explicado; a continuación se le quita la piel y las espinas y se pica menuda; se rocía de limón y se deja reposar unos diez minutos. Pasados éstos, se sazona con ajo y perejil machacado, dejándola así otros diez minutos; a continuación se le pone una cucharada de vino blanco y se remueve para mezclarlo. En la sartén con un poco de aceite se fríe media cebolla picada muy menuda. Una vez frita (sin que se dore), se le escurre bien el aceite y se agrega a la merluza. En un pocillo se pone la miga de pan con dos o tres

cucharadas de leche, se deja remojar un poco, se escurre bien y se junta con la merluza. A continuación se sazona de sal y se le agrega un huevo batido, se mezcla bien con las manos y con ayuda de harina se forman unos filetes, aplastándolos un poco; se van colocando sobre la mesa. Cuando están hechos todos los filetes, se fríen en aceite caliente hasta dejarlos dorados. Una vez fritos, se les escurre el aceite y se van colocando en un plato.

En una sartén con un poco de aceite de freír la merluza, se fríe media cebolla picada; cuando está tierna se le añade el tomate, se deja hacer un poco y se le agrega un diente de ajo con una rama de

perejil machacado en el mortero y desleído con una cucharada de vino blanco, se le pone un poco de sal y un pellizco de azúcar si se quiere corregir la acidez del tomate, se pica un pimiento (puede suprimirse si se quiere) y se agrega a la salsa; se deja cocer hasta que esté bien hecha y se pasa por el pasador. Se vuelve a colocar en la sartén y se le agrega un poco más de aceite de freír la merluza hirviendo. Se hierva un poco más. A continuación se pone la salsa en una fuente refractaria, se acerca ésta al fuego y cuando está hirviendo se introducen en la salsa los medallones, se colocan entre ellos unos guisantes y unos pimientos picados



(tanto los guisantes como los pimientos pueden suprimirse) y se deja cocer lentamente diez minutos, regando los filetes de cuando en cuando con la salsa.

## **Merluza en salsa verde**

**6 rodajas de merluza**

**Unas ramas de perejil**

**Un chorro de vino blanco**

**Tres cucharadas de cebolla picada**

**Dos dientes de ajo**

**Aceite**

**Un huevo duro**

Si la merluza fuera congelada, se

descongela como se ha explicado. Una vez descongelada se le quitan las telillas negras que pudiera tener, se sazona de sal, se pasa por harina y se rehoga en aceite muy lentamente. Rehogada se coloca en una fuente refractaria.

En el aceite de freír la merluza se fríe la cebolla muy menuda; antes que se dore se añade media cucharada de harina y se rehoga sin que llegue a tomar color.

En el mortero se pica bastante perejil con un diente de ajo, se machaca hasta dejarlo muy fino, se deslíe con un chorro de vino blanco y se mezcla con el refrito de la sartén, se deja hervir y se vierte sobre la merluza, se rectifica de sal y se hierve a fuego vivo cinco minutos. Al

tiempo de servirlo, se separa con el huevo duro picado muy menudo.

# **Merluza con mejillones**

**6 rodajas de merluza**

**Un kilo de mejillones**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Medio vaso de vino blanco**

**Un poco de caldo**

**Medio limón**

**1/2 cucharada de harina**

**Azafrán**

**Cebolla / Ajo / Perejil**

**3 patatas / Aceite / Sal**

Si  
se  
pone  
en  
cazuelitas  
individuales,  
se  
colocará  
en  
cada  
cazuela  
una  
rodaja  
de  
merluza,  
unas  
patatas  
y  
unos  
mejillones.  
Se

reparte  
la  
salsa.

Si la merluza es congelada, se descongela como se ha explicado. Una vez descongelada se limpian las rodajas, se colocan sobre un paño y se secan sin aplastarlas, se rocían de limón, se sazonan con ajo machacado y se colocan en una cazuela refractaria (deben estar holgadas), sazonándolas de sal.

En la sartén, con aceite, se fríe la cebolla muy menuda; cuando está frita se le añade la media cucharada de harina, se remueve y se agregan los guisantes; en el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslí

con un chorro de vino blanco, se vierte sobre la salsa, agregando un poco de caldo con azafrán (si no se dispone de caldo se improvisa con media pastilla de caldo concentrado, poniéndole azafrán); se deja hervir la salsa.

Se limpian los mejillones (véase manera de limpiarlos) y se colocan entre las rodajas de merluza. Se fríen las patatas cortadas en rodajas finas y se ponen alrededor, se vierte la salsa sobre la merluza y se hierve a buen fuego durante un cuarto de hora. Se rectifica de sal.

# **Merluza a la madrileña**

**6 rodajas de merluza**

**2 dientes de ajo**

**Media cebolla**

**Una rama de perejil**

**Una lata pequeña de pimientos**

**Una lata de guisantes**

**Un poco de harina**

**Aceite**

**Un chorro de vino blanco**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada, se

descongela como se ha explicado. Ya preparada y limpia, se sazona con zumo de limón, sal y ajo. Se pasa por harina y se fríe en aceite caliente hasta que esté dorada. En el aceite de freiría (colado), se fríe la cebolla picada muy menuda y perejil picado muy fino, se agrega una cucharada de harina, un chorro de vino blanco y los guisantes, añadiendo un poco de agua si fuera necesario. Se vierte sobre la merluza que estará en una cazuela, se deja cocer despacio durante veinte minutos. Al tiempo de servirlo se coloca en un larguero y se saltea con tiras de pimientos.



# **Merluza a la casera**

**6 rodajas de merluza**

**Una lata de tomate natural**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**125 grs. de almejas**

**Un limón**

**Media cebolla**

**Aceite**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada, se descongela como se ha explicado. Ya preparada y limpia, se sazona con jugo de limón, dejándola reposar durante diez minutos. Pasados éstos se sazona de sal y se reboza ligeramente en harina,

colocándola en una cazuela refractaria. Se cubre con aceite caliente y se mete al horno hasta que esté dorada, regándola de vez en cuando con el jugo que va soltando. Cuando está dorada se le quita el aceite; en él se fríe la cebolla con el ajo y el perejil; cuando está tierna se le añade el tomate, dejándolo freír un rato. Ya frito se pasa por el pasador, apretándolo bien para que la salsa quede espesa.

A la merluza se le añaden las almejas bien lavadas y los guisantes; sobre ello se vierte la salsa de tomate, ya preparada, y se mete al horno durante cinco minutos.

# **Merluza con tomate**

**6 rodajas de merluza**

**Perejil picado (una cucharada)**

**Un kilo de tomate o una lata grande**

**Una cucharada de vino blanco**

**2 dientes de ajo**

**Aceite**

**1/2 cucharada de mantequilla o  
margarina**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada, se descongela como se ha explicado. Ya limpia y preparada se sazona de jugo de limón, dejándola reposar un rato.

Se cortan los tomates en trozos y se

echan en la sartén con un poco de aceite. Se dejan freír lentamente, removiéndolos de cuando en cuando para que no se agarren. Cuando está frito se pasa por el pasador, apretándolo bien para que quede la salsa espesa. En la sartén con un poco de aceite se fríe un ajo muy picado, se añade el tomate ya pasado y el vino blanco, se deja cocer hasta que se reduzca un poco.

Las rodajas de merluza se colocan en una besuguera; se vierte sobre ellas la salsa de tomate, sacudiendo un poco la besuguera para que la salsa corra un poco por debajo del pescado; en cada rodaja se pone un pellizco de mantequilla o margarina; se espolvorea

con perejil y ajo picado, se rocía con un poco de aceite caliente y se pone a cocer un rato encima de la cocina y después en el horno una media hora, hasta que consuma el agua que la merluza soltó al cocer. Se sirve inmediatamente.



# **Merluza en rollo**

**Un kilo de merluza**

**Una lata pequeña de pimientos**

**Un poco de harina**

**Media cebolla**

**Un huevo duro**

**Un huevo crudo**

**Unas patatas**

**Un chorro de vino blanco**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**Un limón**

**Un poco de azafrán**

**50 grs. de jamón**

**Aceite**

**Sal**

Si la merluza fuera congelada, se pone a

descongelar como se ha explicado. Ya preparada, se le quita la piel y espina y se pica, sazonándola con ajo y perejil machacado y sal, se le añade un poco de cebolla frita, el huevo duro y picado, el jamón muy menudo, los pimientos picados y el huevo batido, mezclándolo todo bien y formando con la ayuda de harina dos rollos. Se rehogan en harina y se fríen en aceite caliente hasta que estén dorados. Ya dorados, se echan en una tartera. En el aceite de freírlos, añadiendo un poco más si fuera necesario (después de colado), se fríe un poco de cebolla muy menuda, se añade una cucharadita de harina, un chorro de vino blanco, un diente de ajo y



un poco de perejil machacado en el mortero y desleído con un poco de agua que estará preparada con azafrán, se sazona de sal y se deja hervir unos diez minutos. Esta salsa se vierte sobre los rollos y se ponen a cocer muy lentamente, removiéndolos de cuando en cuando para que no se agarren al fondo y con cuidado que no se deshagan. Cuando están en su punto se sacan con cuidado y se dejan enfriar. Ya fríos, se cortan en rodajas y se sirven con la salsa y rodeado de grupos de patatas fritas en cuadros.

# **Merluza en salpicón**

**Un kilo de merluza**

**Una lata de guisantes**

**2 huevos duros**

**Un pimiento**

**Aceitunas**

**Una cucharada de cebolla picada**

**Perejil**

**Ajo**

**3 zanahorias**

**4 cucharadas de aceite**

**2 cucharadas de vinagre**

**Un tarro de mahonesa o los  
ingredientes para hacerla**

Si la merluza fuera congelada, se descongela como se ha explicado. Conviene que sea un trozo de la parte

del centro. Ya preparada se pone a cocer con un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil y un trozo de limón y, si es congelada, un chorro de aceite. Se cuece durante quince minutos, contando desde que empieza el hervor; se sazona de sal. Ya cocida, se deja enfriar y se escurre; después de fría se le quita la piel y espinas, sin deshacerla, y se corta en trozos regulares, se le pican los huevos cocidos, el pimiento, unas aceitunas (reservando alguna para el adorno), se añaden los guisantes escurridos, las zanahorias cocidas y cortadas en cuadritos pequeños, la cucharada de cebolla picada muy menuda, una rama de perejil cortada

menudita con las tijeras, cuatro cucharadas de aceite y dos cucharadas de vinagre, sazonándolo de sal. Se prepara la mahonesa. Si se quiere hacer (véase fórmula en salsas), se coloca ésta en el centro de la fuente. Alrededor de la mahonesa se pone la merluza con los ingredientes bien mezclados. Se adorna con unas aceitunas.

## **Merluza a la sidra**

**6 rodajas de merluza**

**Una cucharada de almendra molida**

**Un huevo cocido**

**2 cucharadas de coñac**

**Un pimiento de lata**

**1/4 kilo de almejas**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Un vaso de sidra**

**Aceite / Sal**

**Medio limón**

Se preparan las rodajas de merluza redondas y gruesas Si fuera congelada, se descongela como se ha explicado, se rocían de limón y se dejan unos minutos; a continuación se sazonan de ajo.

En la sartén se fríe una cebolla muy menuda (debe freír se muy lentamente). Cuando está frita se le añade un diente de ajo machacado en el mortero con una

rama de perejil, la yema de huevo cocida, media cucharada de harina, se deslíe todo con un poco de sidra, se añade la almendra y se sazona de sal, dejándolo hervir unos minutos. Pasados éstos, se pasa la salsa por el pasador. Parte de esta salsa se coloca en una cazuela refractaría, sobre ella se colocan las rodajas de merluza y se sazonan de sal, rodeadas de almejas bien lavadas; se vierte sobre la merluza el resto de la salsa, se salpica con el pimiento muy picado (éste puede prescindirse si no gusta y aumentarse la cantidad si se desea). Se rocía con el resto de la sidra y dos cucharadas de coñac y se cuece a buen fuego un cuarto

de hora.

## **Pescadilla**

Todas las recetas explicadas de merluza pueden prepararse con pescadilla. Ésta puede ser fresca o congelada. Para descongelarla se usa el mismo procedimiento que para la merluza.

## **Pescadillas enrolladas**

# a la francesa

**Un kilo de pescadillas pequeñas (éstas tienen que ser frescas)**

**2 huevos duros**

**Un trozo de cebolla**

**2 cucharadas de harina**

**50 grs. de mantequilla**

**2 limones**

**Una rama de perejil**

**Aceite**

**Un diente de ajo**

**Sal**

Se limpian las pescadillas y se abren a lo largo para quitarles la espina; se les quita la cabeza y la cola y se enrollan, sujetándolas con un palillo; se rebozan en harina y huevo y se fríen.



En un poco de aceite se fríe un poco de cebolla; cuando está frita se le añade una cucharada de harina y se le da unas vueltas sin que se dore. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un poco de agua y se añade a la cebolla, se deja cocer unos minutos, echándole un chorro de vino blanco si se quiere.

Con las espinas y las cabezas se prepara un caldo de pescado del modo siguiente: En una tartera se ponen los desperdicios del pescado con un pocillo de agua, un diente de ajo, una rama de perejil y un trozo de cebolla; se deja cocer despacio hasta que quede reducido a la mitad.

Entonces se pasa todo por el pasador. Este caldo se añade a la salsa y se deja al calor sin que hierva.

Se bate la mantequilla, añadiendo un poco de sal y el perejil picadísimo. Cuando está a punto de pomada se pone en manga con boquilla rizada. En una fuente se colocan los rollos de pescadilla ya fritos, desprovistos del palillo; encima de cada uno de ellos se coloca una rodaja de limón, otra de huevo y sobre éste una flor de mantequilla.

Se sirven recién fritas y la salsa bien caliente en salsera aparte.

# **Rosca de pescadilla con vinagreta**

**Una pescadilla de un kilo**

**200 grs. de gambas**

**8 aceitunas**

**2 huevos**

**4 cucharadas de miga de pan**

**3 cucharadas de puré de tomate**

**Una cucharada de pan molido**

**3 tomates del tiempo**

**Media cebolla**

**Aceite**

**5 cucharadas de leche**

**3 cucharadas de vino blanco**

**Una lechuga**

**Un limón**

**1/2 hoja de laurel**

## **Salsa vinagreta**

### **Sal**

Si la pescadilla es congelada, se descongela según se ha explicado en la merluza. Ya limpia y preparada, se pone al fuego en una cazuela cubierta con agua fría, sal, el laurel, unos trozos de cebolla y tres cucharadas de vino blanco, dejándolo cocer diez minutos, contados a partir desde que empieza el hervor. Pasado este tiempo se saca del agua y se deja enfriar; ya fría, se limpia de pieles y espinas y con el cuchillo se pica, muy fina, en la tabla de cortar.

La miga de pan se pone en un plato con la leche, se exprime bien y se agregan

dos yemas de huevo, el puré de tomate y sal; se mezcla todo bien y se une a la pescadilla (ya picada), agregando por último las claras batidas a punto de nieve. Esta mezcla se pone en un molde de rosca, previamente untado de aceite y espolvoreado de pan molido; se mete a horno moderado media hora. Para comprobar si está cocido se clava una aguja de media; si ésta sale limpia, ya está en su punto. Se saca del horno y se deja enfriar. Ya frío, se desmolda la rosca en una fuente, se cubre con una salsa vinagreta (véase fórmula en salsas). En el centro de la rosca se le pone la lechuga, cortada fina y aliñada. Alrededor se colocan rodajas de limón y

tomate, intercalando gambas peladas sin quitarles la cola. Entre las rodajas de tomate, las aceitunas.

## **Mejillones**

Se escogen los mejillones de tamaño mediano, ya que éstos son más finos y sabrosos que los grandes. No se pondrán a remojar en agua porque se abrirían, soltando el líquido necesario para guisarlos. Para limpiarlos se raspan (en seco) uno por uno con un cuchillo. Al mismo tiempo que se raspan debe

observarse si alguno está muerto; para ello se dará un golpe seco con el mango del cuchillo (si está vivo se cierra); si permaneciera abierto es que está muerto, y por tanto hay que tirarlo. A medida que se limpian, se van echando en un recipiente; cuando están todos limpios se les pone agua fría y se lavan, haciéndoles chocar unos contra otros para evitar que se abran. Se retiran los mejillones del recipiente y se tira el agua. Se colocan de nuevo, se les pone más agua fría y se vuelven a lavar, haciéndoles chocar (igual que la primera vez) unos contra otros. Se preparan según receta.

# Mejillones a la marinera

En una cazuela de barro o tartera se fríe cebolla, picada muy menuda, y un poco de guindilla; cuando está frita se añade una cucharada de pan molido y un poco de pimentón. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un chorro de vino blanco y se agrega a la salsa, se deja hervir y se ponen en ella los mejillones, se sazonan de sal y se remueven sin parar hasta que se abran. Se dejan cocer un cuarto de



hora. Se sirven calientes.

## **Mejillones con tomate**

Se preparan igual que los anteriores, pero añadiendo a la salsa, una vez frita, la cebolla y unas cucharadas de tomate.

## **Mero**

El mero es un pescado muy exquisito y

fino. Como la lubina, se puede cocer con un caldo corto y servirlo con una buena salsa (vinagreta, mahonesa, etc.).

## **Mero a la parrilla**

**Un kilo y medio de mero**

**Aceite y un poco de mantequilla**

**Unas ramas de perejil**

**Una cebolla / Sal**

Se corta el mero en trozos y se lavan éstos en agua fresca; se secan con un paño, se espolvorean de sal fina y se embadurnan de aceite; se cubren con

cebolla picada y perejil también picado durante una hora, volviéndolo varias veces. Pasado este tiempo, se le quita la cebolla y el perejil, se calienta la parrilla, se unta de aceite y se colocan los trozos de mero, bien impregnados de aceite. Se le da vuelta y se deja asar otros cinco minutos más por cada lado. Cuando se observa que la espina se desprende de los lados con facilidad, se retira de la parrilla.

En una fuente se colocan las rodajas de mero ya asadas, untándolas con un poco de mantequilla para que brillen un poco; se adorna la fuente con ramas de perejil fresco. Se sirve aparte una salsa escogida (véase salsas).

# Mero en adobo

**Un kilo y medio de mero en un trozo**

**1/2 kilo de cebollas pequeñas**

**Pimienta (si se quiere)**

**3 limones**

**Aceitunas**

**Aceite**

**Sal**

Se limpia el mero y se le hacen unos cortes, introduciendo en cada corte una rodaja de limón; se sazona de sal y pimienta si se quiere. Se cortan las cebollas en trozos y se colocan encima,

dejándolo en sazón unas ocho horas, en sitio fresco. Pasado ese tiempo, se coloca en una cazuela, se le quita la cebolla y se mete al horno, vertiéndole por encima un chorro de aceite hirviendo. Cuando está en su punto se saca y se sirve en una fuente rodeado de aceitunas y rodajas de limón.

## **Pulpo a la gallega**

**2 kilos de pulpo**

**Aceite**

**Laurel**

**Pimentón**

## **Guindilla**

### **Sal**

El pulpo hay que lavarlo mucho y frotarlo cuando se está lavando. Con la mano del mortero se machaca bien para que suelte las arenas que tiene entre las ventosas. Se mete varias veces en agua hasta que esté limpio del todo, siempre frotándolo.

Se tiene una cazuela con agua hirviendo y dos hojas de laurel; se coge el pulpo por un extremo y se mete, sacándolo tres o cuatro veces, siempre con el agua hirviendo a borbotones, hasta que se rice; conseguido esto se deja ya en el agua para que siga cocinando, durante

media hora si es pequeño y más tiempo si es mayor. Al final de la cocción se le echa la sal. Una vez cocido el pulpo se saca y se deja enfriar; ya frío, se parte en trozos pequeños y se coloca en una fuente alargada.

En aceite bien caliente se fríe un ajo y una guindilla muy picada. Se espolvorea de pimentón y se riega con el aceite donde se frió la guindilla, colado. Se fríe unos tres minutos y se sirve.

## **Pulpo al ajo arriero**

**Dos kilos de pulpo**

**Una cucharada de vinagre**

**Pimentón picante**

**Aceite / Guindilla / Sal**

**2 hojas de laurel**

**3 dientes de ajo**

Se lava y se cuece como el anterior. Ya cocido y frío se corta en trozos y se coloca en una fuente alargada.

En el aceite bien caliente se fríen los ajos muy picados, el pimentón, la guindilla, si se quiere más picante, y la cucharada de vinagre; con todo ello bien caliente, se riega el pulpo. Se fríe unos tres minutos y se sirve.



# Pulpo al ajillo

**Pulpo**

**Ajos**

**Guindilla**

**Aceite**

**Sal**

Se lava el pulpo y se cuece como se ha explicado en *Pulpo a la Gallega*. Ya cocido y frío, se corta en trozos pequeños.

En una o varias cazuelas de barro se pone aceite; cuando está caliente se le agregan los ajos en abundancia, cortados

en trocitos pequeños; en cuanto éstos empiezan a freírse se agrega un poco de guindilla (según el gusto) y el pulpo preparado; se deja freír lentamente hasta que los ajos están dorados. Se sirve inmediatamente en la misma cazuela.

## **Rape con mahonesa**

Este pescado es muy apropiado para sopas, por resultar muy fino; una manera de prepararlo es cocido con un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil, una cucharada de aceite y media

hoja de laurel. Una vez cocido (veinte minutos) se deja enfriar y escurrir. Se sirve con salsa mahonesa o vinagreta. (Véase fórmula en salsas).

## **Rape langostado (Pixín)**

**Un kilo de rape de la parte de los lomos**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Una lata de espárragos (pequeña)**

**12 aceitunas**

**1/4 kilo de zanahorias**

**3 huevos duros**

**3 gambas**

**1/2 kilo de patatas**

**Mahonesa abundante**

**3 cucharadas de pimentón**

**5 cucharadas de aceite**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**Un trozo de cebolla**

**Media hoja de laurel**

**Un poco de bramante**

**Sal**

**Un pliego de papel de barba**

Puede

servirse

el

rape

colocándolo

sobre

un

lecho

de

lechuga,  
cortado  
de  
la  
misma  
forma  
y  
adornado  
con  
los  
huevos  
como  
se  
ha  
explicado  
y  
servir  
en  
salseras  
aparte  
salsa

mahonesa  
o  
vinagreta.

Se limpia el rape y se le quita la espina, cortándolo a lo largo. Al separarle ésta, quedan dos trozos alargados. Si fueran muy gruesos, cada trozo se corta a la mitad a lo largo. Se sazonan de sal. En un plato se ponen las cinco cucharadas de aceite y el pimentón, introduciéndolas bien entre el aceite. Con esta mezcla se embadurnan dos trozos de papel, colocando en cada uno de ellos un filete de rape, envolviéndolos en forma alargada como si fuera un paquete, recogiendo los extremos del papel hacia dentro; se atan

con un poco de bramante y se colocan en una tartera, añadiendo el laurel, el ajo, el perejil, el trozo de cebolla, un poco de sal, dos cucharadas de aceite, dos cucharadas de agua; encima se ponen las gambas, se tapa bien y se cuece a fuego lento durante media hora, contada desde que se pone al fuego. Si la tapadera no ajustara lo suficiente, se coloca debajo de la tapa un papel de estraza y una plancha sobre aquélla.

Las patatas se ponen a cocer, cortadas en cuadros pequeños, en agua fría con un poco de sal, y las zanahorias también se cuecen, después de peladas y cortadas en cuadros pequeños. Ya cocidas y frías ambas cosas, se escurren y se ponen

sobre un paño para que se sequen; cuando están frías, se mezclan con los guisantes escurridos, seis aceitunas picadas, se agrega un chorro de aceite, otro de vinagre, se remueve y se añade bastante mahonesa, introduciéndolo bien, se coloca en una fuente alargada cubriendo el fondo de ésta. Se reserva en sitio fresco. Transcurrido el tiempo de cocción del rape se separa del fuego y se sacan los paquetes a un plato, dejándolos enfriar. Han de estar completamente fríos antes de retirarles el papel; entonces se despojan de éste y con un cuchillo afilado se cortan en filetes —para esto tiene que estar muy frío— imitando medallones de langosta.



Se colocan todos a lo largo sobre la ensaladilla ya preparada, y se cubren con mahonesa, procurando que quede algo descubierto.

Los huevos se cortan con un cuchillo de punta por el centro, haciendo ángulos, procurando cortar solamente la clara; ya cortados todos alrededor, se abren y quedan como una flor; se les quita la yema y se corta la punta del fondo para que tengan asiento y se colocan alrededor de la fuente. Las yemas se mezclan después de pasadas por el pasador con un poco de mahonesa. Se coloca en la manga pastelera y se rellenan los huevos en forma de pirámide, colocándoles encima media

aceituna. Se saltea la fuente con las aceitunas restantes y los espárragos a gusto de cada uno.

## **Percebes**

Se lavan con agua fría. En una cacerola proporcionada a la cantidad se pone agua con sal. Cuando empieza a hervir se echan los percebes, que deben quedar cubiertos y se cuecen cinco minutos, contados desde que rompe el hervor. (Hay que procurar que no resulten sosos). Pasados los cinco minutos se

separan del fuego y se dejan enfriar un poco en el mismo caldo. Se sirven tibios.

## **Rape estofado**

**Un kilo y medio de rape**

**Una cucharada de vinagre**

**10 cucharadas de aceite**

**Un diente de ajo**

**Una hoja de laurel**

**2 cucharadas de agua**

**Sal**

Se corta el rape en trozos, se pasan bien por harina y se fríen.

En el mortero se machaca el ajo, el perejil, las cucharadas de aceite, una de vinagre y el agua; se vierte todo sobre el rape que se habrá puesto en una cazuela, se añade el laurel y sal. Bien tapado se deja cocer a fuego suave durante veinte minutos. Pasado este tiempo, se sacan los trozos en una cazuela, se cuele la salsa y se sirve con ésta.

## **Rape a la cazuela (Pixín)**

**Un kilo y medio de rape**

**Una cucharada de cebolla picada**

**Un trozo de cebolla**

**Una rama de perejil**

**Media lata de tomate**

**Un poco de harina**

**Un diente de ajo**

**Aceite / Sal**

**Un chorro de vino blanco**

Se pone a cocer el rape cinco minutos en agua sazonada de sal con un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil. Una vez cocido se le quita la piel y espinas. En aceite bien caliente se fríe una cucharada de cebolla muy menuda picada, a ésta se le agrega una cucharada de harina, se rehoga y se añade el tomate y un poco de vino blanco. Se rehoga el rape en un poco de

aceite, después de partido y frío, se añade la salsa. Se pasa a una cazuela de barro o cazuelitas individuales. Se mete al horno durante quince minutos y se sirve.



# Salmón

El salmón se puede preparar cocido, a la parrilla o frito. Puede servirse frío o caliente. Si se sirve caliente, las salsas apropiadas son: salsa blanca, holandesa, mantequilla, etcétera, y para frío, mahonesa, vinagreta, tártara, muselina.

Para preparar el salmón cocido se cuece un caldo corto, con un poco de vino blanco, un trozo de cebolla, un diente de ajo, un trozo de cebolla, una rama de perejil y un chorro de aceite. Debe cocer de veinte a veinticinco minutos por kilo de peso.



# **Salmón a la parrilla**

**Un kilo de salmón**

**Aceite**

**Una cebolla**

**Unas ramas de perejil**

**Mantequilla**

**Sal**

Se corta el salmón en trozos de uno a dos centímetros de grueso, se lavan los trozos en agua fresca, se secan y se salan por ambos lados.

En un plato se preparan cinco cucharadas de aceite, la cebolla picada

y perejil picado. Se cubren con esta mezcla los trozos de salmón y se dejan en sitio fresco durante una hora, dándole vueltas de vez en cuando para que se impregne bien al aceite.

Se calienta bien la parrilla; bien caliente, se embadurnan los barrotes con aceite; se les quita a los trozos de salmón la cebolla y el perejil, y se colocan los trozos sobre ella, volviendo a colocar la parrilla sobre el fuego; se deja así cinco minutos por cada lado y dos minutos más dándole vueltas.

Para comprobar si está asado se pincha el hueso y si se separa fácilmente de la carne, está en su punto; entonces se retira y se coloca en una fuente, se

adorna con unos trozos de limón. Se sirve aparte una salsa (véase Salsas).

## **Salmón a la ribereña**

Se fríe el salmón, sazonado de sal, cortado en rodajas, con aceite caliente; a continuación se unta cada rodaja por los dos lados con mantequilla, se colocan éstas en una cazuela refractaria, se les agrega una copa de champagne o sidra y se pone a horno fuerte durante un cuarto de hora.

# **Salmón a la madrileña**

**Un kilo de salmón**

**Un trocito de jamón (50 grs.)**

**Media cebolla**

**Un diente de ajo**

**Unas ramas de perejil**

**Un poco de harina**

**Un poco de caldo con azafrán**

**Laurel / Aceite / Sal**

**Una yema de huevo**

Una vez limpio el salmón, se corta en rodajas finas; se sazona con sal, se rehoga en harina y se fríe hasta que esté dorado; se colocan las rodajas ya fritas en un larguero. En el aceite de freírlo se

fríe la cebolla picada muy menuda, el ajo y el perejil picado fino, se le agrega una cucharada de harina, el caldo con azafrán, el jamón picado en trocitos, el laurel; se deja cocer durante quince minutos; pasado este tiempo, se pasa esta salsa por un pasador, se une a una yema bien revuelta y se sirven el salmón (adornado con ramas de perejil y la salsa en salsera aparte, ésta caliente).

## **Salmonetes**

Los mejores salmonetes son los del

Mediterráneo. Recién salidos del mar, se asan en la parrilla.

## **Salmonetes fritos**

**Seis salmonetes**

**Aceite**

**Un poco de harina**

**Dos cucharadas de pan molido**

**Una rama de perejil**

**Un limón / Sal**

Se limpian los salmonetes quitándoles la escama y tripas, se rehogan ligeramente en harina y se fríen en aceite bien caliente hasta que estén dorados. Se

colocan en una fuente uno al lado de otro.

En un poco de aceite limpio, se fríe el pan molido, cuando esté dorado se agrega el perejil muy picado y se rocían con ello los salmonetes. Se adorna la fuente para servirlos con rodajas de limón.

## **Salmonetes al horno**

**Seis salmonetes de igual tamaño  
(grandes)**

**Una cebolla**

**Un chorro de vino blanco**

**Dos dientes de ajo**  
**Una rama de perejil**  
**Aceite**  
**Limón**

Se limpian los salmonetes, quitándoles la escama y la tripa sin quitarles las cabezas. En el lomo se les hace dos cortes.

En la besuguera se pone un poco de cebolla y ajo picado; se rocía con un poco de aceite frito y se colocan encima los salmonetes, uno al lado de otro; se sazonan de sal y se pone sobre ellos un poco de cebolla y ajo muy picado, espolvoreándolos de pan molido; se rocían con un poco de aceite y de vino blanco y se meten en el horno hasta que



estén dorados (una media hora).

En el momento de servirlos se añade perejil picado y rodajas de limón.

De este modo pueden prepararse los panchos.

## **Salpicón**

**1/2 kilo de merluza**

**1/2 kilo de gambas**

**1/2 kilo de rape**

**1/2 kilo de langostinos**

**Una lata de centollo ruso (puede suprimirse)**

**Unas aceitunas**

**3 huevos duros**

**Vinagre**  
**Cebolla**  
**Perejil**  
**Aceite**  
**Sal**

Se puede suprimir la merluza, en este caso se aumentará la cantidad de rape. Se pone a cocer la merluza y el rape, cubierto de agua fría, con un trozo de cebolla, un diente de ajo, una rama de perejil y sal, durante diez minutos, contados desde que rompe el hervor; pasados éstos se retira la merluza y se sigue cociendo el rape cinco minutos más. Transcurrido el tiempo, merluza y rape se dejan enfriar. Las gambas y langostinos se cuecen en agua hirviendo,

con sal, durante cinco minutos, contados desde que rompe el hervor; pasado el tiempo se retiran del agua y se dejan enfriar. Frío el pescado se desmenuza, en una fuente; se agregan las gambas y langostinos, cortados en trozos (reservando cuatro langostinos de los mejores) y el centollo ruso — poniéndolo resultará el salpicón más succulento— o, en su caso, cangrejo.

Se prepara una salsa vinagreta con veinticuatro cucharadas de aceite refinado, ocho de vinagre, cuatro de cebolla, dos de perejil muy picado, los tres huevos duros y sal (véase manera de prepararla en Salsas). Una vez hecha — no debe de quedar muy caldosa—, se

ponen unas cucharadas en el salpicón, se mezcla y se traslada a una fuente alargada. Se remueve la vinagreta y se cubre con parte de ella el salpicón; alrededor se ponen los langostinos reservados y unas aceitunas. El resto de la vinagreta se sirve en salsa.

## **Sardinas en el horno**

**2 docenas de sardinas grandes**

**3 cucharadas de pan molido**

**2 dientes de ajo**

**Un limón / Sal**

**Aceite / Unas ramas de perejil**

Se limpian las sardinas, quitándoles la escama, la cabeza, la tripa y la espina; se lavan y se dejan escurrir abiertas. Se sazonan con sal y zumo de limón; se untan de aceite y se pasan por el pan molido. Se colocan en una besuguera untada de aceite, se espolvorean de perejil picado, se rocían de aceite y se meten en el horno hasta que el pan esté tostado. Se sirven en una fuente con rodajas de limón.

## **Sardinas enrolladas**

**3 docenas de sardinas de tamaño regular**

**3/4 kilo de tomate**

**Media cebolla**

**Ajo / Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Una vez limpias las sardinas, sin cabezas ni espinas, dejando un poco de ésta junto al rabo, se sazonan con sal y ajo y se enrollan sujetándolas con la espina que se les dejó. Se colocan en una cazuela refractaria con el rabo para arriba.

En una sartén se fríe la cebolla y el tomate; se añade un poco de perejil y un poco de ajo; cuando está frito, se pasa la

salsa por un pasador y se cubren las sardinas, se meten en el horno hasta que la salsa esté reducida.

# **Sardinas a la jardinera**

**Un kilo y cuarto de sardinas**

**Un pimiento del tiempo**

**Una cebolla**

**Un kilo de tomate**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se escogen las sardinas muy frescas y de

tamaño regular, se les quita la tripa, espinas y cabeza, dejándolas abiertas, se sazonan de sal.

Se pica la cebolla y el pimiento muy menudo; se escaldan los tomates, se les quita la piel y se cortan en cuadritos añadiéndolos a la cebolla y pimientos.

En una cazuela de barro que resista el horno se pone en el fondo un poco de aceite; se cubre con un poco de picadillo de las verduras; se coloca encima una capa de sardinas abiertas, se pica un poco de ajo y perejil, se cubre con otro poco de picadillo de verduras, otra capa de sardinas picando igualmente un poco de ajo y perejil, se cubre con picadillo, se rocía con aceite



y se tapa con un plato para que no salga nada de vapor; se deja cocer muy despacio durante una hora. Pasado este tiempo, se destapa y se mete unos minutos al horno para que consuma todo el líquido, hasta que no quede más que su grasa. Puede servirse en la misma cazuela o pasarlo a una fuente con mucho cuidado de no estropearlo.

## **Sardinias fritas**

**Cuatro docenas de sardinias**

**Un poco de harina**

**Aceite / Sal**

Una vez limpias las sardinas de escamas y tripas, se lavan ligeramente, se escurren, se sazonan de sal y se pasan ligeramente por harina; se fríen en aceite bien caliente hasta que estén doradas. Se sirven en el momento.

Pueden freírse sin pasarlas por harina. El aceite debe ser abundante.

## **Sardinas rebozadas**

**Docena y media de sardinas**

**Dos huevos**

**Un poco de harina**

**Aceite**

## **Lechuga**

### **Sal**

Se escogen las sardinas que no sean muy grandes, se limpian, quitándoles la tripa, cabeza y espinas, se lavan ligeramente y se ponen a escurrir, se sazonan con sal. Ya preparadas, se pasan por harina (abiertas), se rebozan en huevo batido y se fríen en abundante aceite bien caliente. Se les escurre bien el aceite y se colocan en una fuente una al lado de otra. Se sirven con una ensalada de lechuga.

# **Sardinas con tomate**

**Un kilo de sardinas**

**Un kilo de tomates**

**Un trocito de laurel**

**Un poco de harina**

**Unas ramas de perejil**

**Ajo**

**Sal**

Una vez limpias las sardinas como las anteriores, se prepara con el tomate una buena salsa.

En una cazuela de barro se pone en el fondo un poco de aceite y se coloca una

capa de sardinas cubriéndolas con salsa de tomate, se pica sobre la salsa un poco de ajo y perejil; se pone otra capa de sardinas, otra de salsa de tomate, picando un poco de ajo, laurel y perejil; de este modo hasta terminar con salsa de tomate, ajo, laurel y perejil picado; se rocían de aceite y se ponen a cocer lentamente bien tapadas con un plato boca abajo para que no salga nada de vapor. Pasada una hora se destapan y se meten al horno unos diez minutos. Se sirven en la misma cazuela.

# **Sardinias rellenas**

**Dos docenas de sardinias grandes**

**Dos huevos cocidos**

**Dos claras de huevo**

**3/4 kilo de tomate**

**6 cucharadas de miga de pan**

**4 cucharadas de leche**

**Un poco de harina / Sal**

**Ajo / Perejil / Aceite**

Ya limpias las sardinias y sin espinas ni cabeza, se lavan ligeramente y se secan con un paño. En un plato se mezcla la miga de pan remojada en leche y

exprimida; se pican los huevos cocidos, un poco de perejil y un diente de ajo. Con esta mezcla se rellenan las sardinas, se pasan por un poco de harina y se rebozan en clara batida; se fríen en aceite bien caliente, hasta que estén doradas. Con el tomate se prepara una buena salsa. Ésta se vierte sobre las sardinas colocadas en una fuente refractaria y se meten veinte minutos al horno.

## **Sardinas en escabeche**

**Un kilo y medio de sardinas**

**Unas ramas de perejil**

**Un poco de pimentón (si se quiere)**

**Un pocillo de vino blanco**

**3 dientes de ajo**

**Una hoja de laurel**

**Un pocillo de vinagre**

**Sal**

Una vez limpias las sardinas y sin cabeza, se escurren o secan con un paño, se sazonan de sal y se fríen en aceite bien caliente; éstas se van echando en una cazuela de barro. En un poco de aceite se fríen los ajos picados con el perejil, el pimentón y el laurel picado, se agrega el vino blanco y vinagre. Se deja cocer durante cinco minutos y se vierte esta salsa sobre las sardinas,



dejándolas cubiertas. Se tapa la cazuela y cuando está frío pueden usarse.

Este pescado escabechado es para consumirlo en días sucesivos, pues si se quiere conservar para guardar hay que emplear procedimientos de esterilización.

## **Tuchas fritas**

**Un kilo de truchas**

**100 grs. de jamón magro**

**Un limón**

**Tocino de jamón para freírlas**

**Sal**

Una vez limpias las truchas de tripa, se lavan ligeramente y se secan con un paño.

Se les coloca en la abertura que se hizo para limpiarlas una loncha de jamón, ésta se sujeta con la cabeza de la trucha; seguidamente se sazona de sal y zumo de limón. Se pone en la sartén el tocino cortado en trozos finos; cuando el tocino está deshecho (pero a medio freír) se ponen las truchas y se fríen hasta que estén doradas. (Deben de freírse sin separar el tocino). Se sirven en el momento, con los trozos de tocino.

# **Zarzuela de pescados y mariscos**

**1/2 kilo de calamares**

**1/2 kilo de mejillones**

**1/2 kilo de rape (pixín)**

**1/2 kilo de congrio**

**1/2 kilo de gambas**

**1/2 kilo de almejas**

**6 langostinos**

**Un vaso de vino blanco**

**2 dientes de ajo**

**Un poco de laurel**

**Unas ramas de perejil**

**Una lata de tomate**

**Aceite**

**Una cebolla**

**El**

congrio  
debe  
adquirirse  
de  
la  
parte  
abierta,  
y  
los  
calamares  
pueden  
ser  
congelados,  
pero  
es  
necesario  
que  
sean  
finos.

En una tartera amplia se pone un poco

de aceite y se fríe el ajo muy picado, la cebolla cortada muy fina y el laurel; cuando la cebolla empieza a ponerse tierna, se agrega el tomate aplastado. Se deja hacer lentamente.

Se cortan los calamares en trozos; una vez limpios se envuelven en harina y se fríen en una sartén con aceite muy caliente —el aceite no ha de ser muy abundante—; cuando empiezan a ponerse dorados se agregan escurridos a la salsa (el aceite de freírlos se reserva), se añade el vino y se cuecen lentamente, removiéndolos con frecuencia. Se lavan las almejas y se ponen en una cazuela con media tacita de agua; cuando están abiertas, se

retiran, se reserva el caldo y, cuando estén frías se les quita la cáscara y se reservan. Los mejillones se limpian y se lavan, se colocan en una cazuela, se acercan al fuego y cuando se van abriendo se retiran; el caldo se junta con el de las almejas y, después de fríos, se les quita la cáscara y se reserva. Las gambas se ponen en agua hirviendo, se dejan hervir unos dos minutos y se retira el caldo, éste se mezcla con el de las almejas y mejillones y, cuando las gambas estén frías, se les quita la cáscara y la cabeza y se reservan; las cabezas se pasan por el pasador, el jugo conseguido se junta con los caldos reservados. A la salsa con los calamares

se les va agregando, según se vaya secando, caldo del reservado.

Cuando los calamares están tiernos, se corta en trozos el rape y congrio, cuidando que éste no lleve ninguna espina y se rehogan en el aceite reservado de freír los calamares; una vez rehogado, se agrega con todo el aceite a la salsa, se añaden los mejillones, las almejas, las gambas, los langostinos sin quitarles la cáscara ni las cabezas y el caldo reservado; si resultara seca, ya que debe quedar caldosa, se agrega agua: se mezcla, se sazona de sal y se cuece durante diez minutos, contados desde que rompe el hervor. Pasado el tiempo, se comprueba

de sal y se retira del fuego. Al tiempo de servirla se espolvorea con perejil picado.

La zarzuela puede prepararse de un día para otro. En ese caso, se le darán dos y tres minutos menos de cocción, para dárselos al tiempo de servirla.





# **Zarzuela de pescados y mariscos (otra fórmula)**

**1/2 kilo de merluza (congelada)**

**1/2 kilo de congrio**

**1/2 kilo de rape**

**1/2 kilo de gambas**

**1/2 kilo de carabineros**

**1/2 kilo de almejas**

**Una lata de centollo ruso**

**4 cucharadas de aceite**

**2 cucharadas de vinagre**

**Unas aceitunas**

**Sal**

La merluza se descongela como se ha

explicado; descongelada se pone a cocer en agua fría con el congrio y el rape, un diente de ajo, un trozo de cebolla, una rama de perejil, sal y un chorro de aceite; a los diez minutos se retira la merluza y se sigue cociendo diez minutos más. Se deja enfriar.

Las gambas y los carabineros se cuecen sazonándolos de sal, durante cinco minutos; pasados éstos se escurren del agua y se dejan enfriar.

Las almejas se lavan bien y se ponen a cocer con un pocillo de agua; pasados diez minutos de cocción se les quita la cáscara y se reservan.

(Tanto el caldo de cocer las gambas como el de las almejas se unen al del

pescado para hacer una sopa).

Ya todo frío se corta en trozos el pescado y los mariscos; se añaden las almejas, se pican las aceitunas y se agrega el centollo ruso deshecho, mezclándolo todo.

Las cabezas de los carabineros se machacan en el mortero con las cuatro cucharadas de aceite y dos de vinagre. Se machaca bien hasta conseguir que éstas suelten todo su jugo, que es rojizo. Éste, colado, se vierte sobre el conjunto. Se cubre todo con una Salsa muselina (véase fórmula en salsas). Y se sirve.

# Caracoles

**60 caracoles**

**150 grs. de jamón**

**100 grs. de chorizo de buena calidad**

**1/4 kilo de carne de cerdo (adobo)**

**Dos huevos cocidos**

**Pimiento picante**

**Una cucharada de pan rallado**

**Dos cebollas**

**Unas ramas de perejil**

**Ajo**

**Aceite**

**Un vaso de vino blanco**

**Sal**

Los caracoles requieren una limpieza esmeradísima para que suelten la baba. Hay que hacerlos ayunar durante varios

días (cinco, por lo menos). Para esto se tendrán todo ese tiempo entre serrín. De esta manera se endurece la baba, formando un tabique, quedando como amurallados dentro de la cáscara. Este tabique se perfora con la punta de una aguja gruesa. A medida que se van perforando se van echando en un barreño amplio con abundante agua tibia, se frotan para quitarles la tierra y lo que haya quedado en los tabiques; de esta manera se lavan en varias aguas, escurriéndolos bien cada vez que se les cambia el agua.

Ya lavados en varias aguas se vuelven a poner en el barreño escurridos y se les agregan tres puñados de sal gorda por

cada sesenta caracoles, un vaso de vinagre y un vaso de agua tibia (se aumentarán las proporciones de sal, vinagre y agua si son más los caracoles); se dejan así durante dos horas, removiéndolos de vez en cuando con el mango de una cuchara de madera para que suelten la baba; se tendrá cuidado al removerlos de no romperlos.

A las dos horas se añadirá agua fría hasta llenar el barreño, removiendo los caracoles para que limpien bien, y se seguirá cambiando el agua, removiéndolos continuamente, hasta que no quede la menor señal de baba. Se ponen entonces en una cacerola con abundante agua fría para que saquen el

cuerpo fuera; se tendrá cuidado de que no haya ninguno muerto (se conoce en que no sacan el cuerpo fuera); si lo hay, se tira. Cuando han sacado todos los cuerpos, se pone la cacerola a fuego vivo; cuando rompe el hervor se espuma perfectamente y se deja que hiervan fuertemente durante cinco minutos; pasados éstos, se escurren, se refrescan en agua fría y se dejan escurrir. Se vuelve a poner la cacerola al fuego y se repite la operación; ya escurridos y limpios de esta manera, se tiene la seguridad de que están perfectamente limpios.

Se pone la cacerola al fuego con agua; cuando hierve se echan los caracoles; se

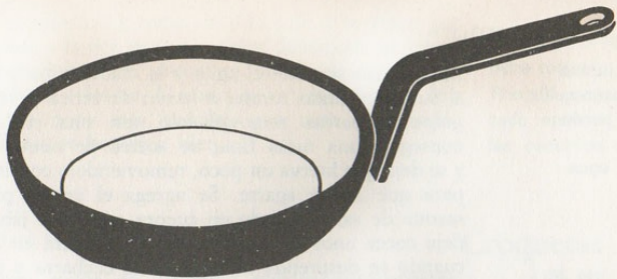


les agrega una cebolla cortada en trozos, un diente de ajo, una rama grande de perejil; se cuecen durante tres cuartos de hora.

En una sartén se pone aceite; cuando está caliente, se fríe una cebolla picada muy menuda; cuando empieza a ponerse tierna se le agrega la carne de cerdo picada menuda; se le da unas vueltas para rehogarlo y se añade el jamón cortado en cuadritos, el chorizo picado, el pimentón (abundante, deben estar colorados) y la cucharada de pan rallado; se remueve todo, se separa la sartén un poco del fuego. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un vaso de

vino blanco y se agrega a la salsa; se le pone un poco de agua y se deja hervir.

Transcurridos los tres cuartos de hora de cocción de los caracoles, se escurren, se vuelven a colocar en la tartera y se les agrega la salsa y los huevos picados; se les pone un poco más de agua si lo necesitaran y se cuecen hasta que la carne está tierna (ésta debe quedar picada muy menuda). Se sirven los caracoles en cazuelitas de barro con su cáscara.



**FRITOS**

# Buñuelos de jamón

**150 grs. de harina**

**50 grs. de mantequilla**

**100 grs. de jamón**

**3 huevos**

**Una taza de agua**

**Aceite**

**Sal**

Si

se

revientan

al

freír,

ellos

mismos

vuelven  
a  
cerrarse.  
Estos  
buñuelos  
pueden  
hacerse  
del  
mismo  
modo  
de  
bacalao,  
pescado,  
etc.

En un cazo se pone el agua y la mantequilla y se acerca al fuego; cuando rompa a hervir se retira y se echa de golpe la harina removiéndolo con una cuchara para conseguir una masa fina; se

acerca de nuevo al fuego y se deja que hierva un poco, removiéndolo continuamente para que no se agarre. Se agrega el jamón picado, se sazona de sal, teniendo en cuenta que lleva jamón, y se deja cocer unos cinco minutos más. Estará en su punto cuando se desprenda la masa de la cuchara y no se pegue al cazo. Entonces se retira del fuego y se deja enfriar. Cuando está templada la masa se agrega un huevo, cuando lo ha absorbido se agregan los demás uno a uno, no echándolos mientras el anterior no se haya incorporado completamente a la masa. Se deja reposar la pasta tapada, con una servilleta, en sitio templado durante cuarenta minutos. Pasados éstos

se pone aceite abundante en una sartén. Al principio no debe estar demasiado caliente para que no se haga demasiado pronto la corteza, quedando crudo el interior. Por lo tanto, cuando está el aceite caliente (no mucho) se va echando un poco de la pasta con una cuchara; se deja caer en el aceite empujándola con el dedo. Cuando se ha echado bastante y han aumentado de volumen, se acercan a fuego más vivo para que se doren; se retiran con la espumadera y se dejan escurrir.

# Croquetas

El  
pan  
para  
rebozarlas  
no  
debe  
tostarse  
y  
estar  
muy  
fino,  
ya  
que  
si



está  
tostado  
empapa  
el  
huevo  
y  
las  
oscurece  
mucho.

Las croquetas para que resulten finas requieren ciertos requisitos y cuidados. La salsa bechamel ha de ser muy espesa, pero se ha de conseguir este punto no recargándola de harina sino a fuerza de cocerla y reducirla (todas las salsas se reducen a fuerza de cocción). Debe estar confeccionada con la anticipación necesaria para que esté perfectamente

fría cuando se vayan a moldear las croquetas. Es preferible que esté preparada la víspera.

No debe escatimarse ni el huevo ni el pan para rebozarlas, pues deben quedar muy bien cubiertas para que no revienten al freírlas.

La grasa para freírlas se pondrá en cantidad abundante, debe ser aceite fino y tiene que estar muy caliente, han de bañarse holgadamente en la grasa y se procurará que queden bien doradas y todas de un color. No deben ponerse muchas a la vez ya que enfrían demasiado el aceite y pueden reventar. Se procurará moldearlas todas del mismo tamaño y forma. Cuando se

sirven de plato frío se hacen un poco más grandes que para guarnición. Una vez fritas se escurren bien.



# **Croquetas de ave**

**150 grs. de pechuga de pollo**

**Una cucharada de mantequilla**

**3 cucharadas de harina**

**3/4 litro de leche**

**Un trozo de cebolla**

**Una rama de perejil**

**Huevos y pan rallado para rebozarlas**

**Aceite o mantequilla**

Ya

he

advertido

que

no

deben  
freírse  
muchas  
a  
la  
vez.

Si se tienen restos de un pollo pueden aprovecharse, de lo contrario se cuece la pechuga con caldo (éste puede reservarse para una sopa), ya cocida se pica sobre la tabla, menudísima, y se reserva. La leche se tendrá preparada al fuego. Se pone la mantequilla en un cazo (es conveniente que éste tenga mango, pues se opera con más comodidad); cuando está derretida, sin que llegue a freírse, se añade la harina dejándola

cocer durante tres minutos, dándole vuelta y cuidando que no se dore. A continuación se deslíe con leche hirviendo, revolviéndolo fuertemente con las varillas (de no disponer de éstas con cuchara de madera) para que no se formen grumos; se agrega el trozo de cebolla, la rama de perejil y se deja cocer durante un cuarto de hora, revolviéndolo sin parar para que no se agarre. Pasado el tiempo se retira la cebolla y el perejil y se añade el picadillo de pollo, se sazona de sal y se deja cocer hasta que esté muy espesa (debe desprenderse del batidor o cuchara en copos gordos, no escurriéndose); ya en su punto se pasa a

una fuente, extendiéndola bien y se deja enfriar. Bien fría la masa, se moldean, cogiendo con un tenedor una pequeña cantidad de masa, se pasan ligeramente por harina, se van formando con las manos dándoles forma alargada o con las puntas muy puntiagudas o bien se dejan en forma de corcho. Ya formadas se rebozan una por una en abundante huevo batido y se pasan por pan rallado hasta dejarlas perfectamente envueltas. El pan rallado debe estar muy fino, para la buena presentación de las croquetas, por lo tanto, cuando el huevo que va cayendo al rebozarlas lo humedece y apelotona conviene colarlo o sustituirlo por otro. Una vez empanadas todas se



dejan en sitio fresco hasta la hora de freírlas. No deben freírse hasta que vayan a llevarse a la mesa. Se freirán en aceite abundante e hirviendo. Si éste no es abundante y no está suficientemente caliente, las croquetas se revientan. Conviene, por lo tanto, hacer primero la prueba con una.

## **Croquetas de pollo y jamón**

Igual  
que  
las

anteriores,  
pero  
agregando  
50  
grs.  
de  
jamón  
curado.

Se pica el jamón muy fino, se agrega al picadillo de pollo. El resto exactamente igual que las anteriores, teniendo en cuenta al poner la sal que el jamón está salado.

## **Croquetas de jamón**

**150 grs. de jamón.**

**Resto, como las de ave.**

Exactamente igual que las croquetas de ave.

## **Croquetas de huevo**

Se cuecen unos huevos. Cada uno se corta en cuatro pedazos a lo largo; se envuelve cada pedazo en salsa bechamel caliente y espesa, se deja enfriar y se forman bien las croquetas. Con cada pedazo de huevo se forma una croqueta.

Lo demás como las croquetas de ave. Estas croquetas resultan muy bien servidas con una salsa de tomate aparte.

## **Croquetas de chorizo**

**150 grs. de chorizo de buena calidad**

**50 grs. de mantequilla**

**4 cucharadas de harina**

**Una rama de perejil**

**Un litro de leche**

**Un trozo de cebolla**

**Un diente de ajo**

**Aceite**

Se pica muy fino el chorizo. En la sartén

se ponen unas cucharadas de aceite sobre el fuego; se fríe la cebolla, muy picada, sin que se queme; cuando empieza a dorarse se añade el ajo picado y el chorizo, se rehoga unos minutos, y se añade el perejil picado, reservándolo al calor sin que se cueza más.

Con la mantequilla, la harina y la leche se prepara una bechamel como para las *Croquetas de ave*. Cuando esté fina se agrega el picadillo, dándole vueltas con una cuchara de madera, llegando hasta el fondo del cazo. Al principio, la masa resulta delgada, pero para que resulte fina debe espesar a fuerza de cocerla. Estará en su punto cuando al levantar la

cuchara en alto cae en copos y no se escurre, entonces se extiende bien sobre una fuente y se deja enfriar; se moldean y se fríen como las *Croquetas de ave*.

## **Croquetas de pescado**

**150 grs. de pescado**

**Resto, igual que las de ave**

**Sal**

Se cuece el pescado con agua, un poco de cebolla, perejil y sal; cuando está cocido se le escurre el caldo, se pica bien. Se prepara la bechamel y se le

agrega el pescado. Todo lo demás exactamente igual que las *Croquetas de ave*.

Pueden prepararse más clases de croquetas: de bacalao, carne asada, cocida, etc. Para todas se sigue el mismo procedimiento que para las *Croquetas de ave*.

## **Crepés de sesos**

**1/2 sesada de cordero**

**MASA**

**2 huevos**

**8 cucharadas de leche**

**4 cucharadas de harina**

**1/2 cucharada de mantequilla**

**Huevos y pan rallado (sin tostar) para freírlas**

## **RELLENO**

**Una cucharadilla de mantequilla**

**2 cucharadas de harina**

**16 cucharadas de leche**

Pueden prepararse también los crepés con merluza cocida.

Se limpia y cuece el seso como se ha explicado. Una vez frío se pica sobre



una tabla. Se reserva.

En un cazo se pone la mantequilla, cuando está derretida, sin que se fría, se agrega la harina, se rehoga un poco y se añade la leche, que ha de estar hirviendo, se deja hervir diez minutos y se añade la sesada, se sazona de sal dejándolo cocer otros cinco minutos, ya en su punto se pasa a un plato y se deja enfriar. Ha de estar muy frío.

En un recipiente se ponen los huevos batidos, se les agrega las ocho cucharadas de leche, las cuatro cucharadas de harina, la mantequilla derretida y un poco de sal; se remueve todo bien sin dejarle grumos y se deja reposar media hora. Pasada ésta, se unta

el fondo de una sartén pequeña con un poco de aceite, se calienta y se remueve bien la pasta; se echan tres cucharadas, se acerca al fuego y con la misma sartén se extiende la pasta para que cubra todo el fondo. Cuando se despega se le da vuelta para que se dore por el otro lado. Se van colocando estas tortitas sobre un mármol y se dejan enfriar; ya hechas todas y después de frías se extiende una capa del relleno sobre una de ellas y se cubre con otra, se pegan bien las dos tortitas y con un cuchillo afilado se corta en cuatro partes iguales, cada una de éstas se hacen dos, quedando dividida en partes (triángulos). Se hace la misma operación con todas y se dejan reposar

un cuarto de hora. Se baten los huevos y se prepara el pan rallado fino, se pasa cada triángulo por huevo y pan procurando que quede bien cubierto y se fríen en abundante aceite caliente, se escurren y se sirven.

## **Emparedados de jamón**

**Pan de molde**

**Jamón york o curado**

**Un poco de leche para remojar**

**Harina y huevos para rebozar**

Los

emparedados  
pueden  
también  
prepararse  
de  
carne,  
pero  
no  
son  
tan  
finos.

Se corta el pan en triángulos, se remoja en leche ligeramente. Entre los dos triángulos ya remojados se coloca una loncha muy delgada de jamón. Cuando están todos preparados se prensan un poco. Para ello se colocan todos cerca unos de otros, se les pone encima una

tabla con un poco de peso y se dejan así durante hora y media. Pasada ésta se pasan por harina y huevo batido y se fríen en abundante aceite (deben estar holgados) hasta que estén dorados. Se dejan enfriar para servirlos.

# Empanadillas

**PASTA (1ª fórmula)**

**Un pocillo de aceite**

**Un pocillo de vino blanco**

**100 grs. de margarina**

**Harina / Sal fina**

Si

se  
quiere  
aumentar  
la  
masa  
se  
hará  
proporcionalmente.  
Para  
hacer  
la  
masa,  
las  
manos  
no  
deben  
lavarse  
con  
jabón  
oloroso,  
ya

que  
el  
olor  
penetra  
muy  
fácilmente  
en  
la  
masa.

### **PASTA (2ª fórmula)**

**Un pocillo de leche**

**1/2 pocillo de vino blanco**

**1/2 pocillo de agua**

**150 grs. de mantequilla o margarina**

**Harina / Sal fina**

### **RELLENO**

El acierto en la preparación de empanadillas es cuestión de práctica,

pero bastará con que se hagan una sola vez para darles luego el punto exacto.

Para que la masa no se ponga correosa conviene manipularla poco (es una equivocación creer que por trabajarla mucho está mejor). Debe hacerse con anticipación para dejarla en reposo dos horas por lo menos, conservándola durante este tiempo en sitio fresco cubierta en una servilleta humedecida con agua fría.

Para que resulten finas han de hacerse sumamente delgadas.

Es muy importante el grado de calor que ha de tener el aceite cuando vayan a freírse. El punto exacto es cuando éste empieza a echar humo. Se deben freír en



aceite abundante y holgadas, retirándolas con una espumadera cuando estén doradas.

Para conseguir el éxito de la masa tiene mucha importancia darle el reposo que se indica. Si corre prisa, se pone como una media hora en el congelador del frigorífico, para que esté bastante fría cuando vaya a utilizarse.

En una fuente se pone el aceite, la margarina (el aceite debe estar desahumado y frío) y el vino blanco; se le añade la sal y se va introduciendo la harina poco a poco; primeramente se revuelve con una cuchara de madera, luego se pone sobre el mármol y se amasa con las manos (con ligereza)

añadiéndole la harina necesaria hasta conseguir una masa fina que no se pegue a las manos. No se le debe poner más harina de la necesaria, sólo hasta conseguir, repito, que no se pegue a las manos.

Este punto es importantísimo para que las empanadillas resulten finas. Conseguido esto se forma con la pasta una pelota, se le dan unos cortes y se envuelven en una servilleta humedecida con agua fría, dejándola reposar en sitio frío durante dos horas. Puede reposarse en el frigorífico.

Se mezcla en una fuente la leche, la mantequilla, el vino blanco, el agua y la sal; se une todo y se va añadiendo harina

poco a poco hasta conseguir una masa como la anterior. Conseguido esto se forma con la pasta una pelota, se le dan unos cortes y se envuelve en una servilleta humedecida en agua fría, dejándola reposar en sitio fresco durante dos horas.

El relleno para empanadillas se puede preparar a capricho: de carne, ave, jamón, pescado, bonito o atún en aceite. Para preparar el relleno (excepto si fuera de carne guisada, que ésta ya lleve salsa) se prepara una salsa con un poco de cebolla picada, friendo ésta en aceite, añadiéndole un poco de tomate, cuando la salsa está bien hecha se pasa por el pasador, apretándolo bien, pues

debe quedar muy espesa; se agrega el jamón, pescado, bonito o atún en aceite, etc., se sazona o rectifica de sal y se deja enfriar.

Si es pescado, antes de agregarlo a la salsa debe estar frito o cocido. No conviene que el relleno tenga demasiada salsa y menos aún demasiada grasa, pues al preparar las empanadillas se iría ésta por los lados. El relleno ha de estar picado menudísimo, de cualquier clase que sea. Si fuera de jamón se fríe antes de agregarlo a la salsa. Cuando las empanadillas se hacen de carne, ésta se guisa (véase *Carne guisada*) y cuando está en su punto se pone la carne (sin salsa) sobre la tabla de cortar y se pica

menudísima, se le quita a la salsa la grasa sobrante y se mezcla con la carne; no debe tener mucha salsa (ésta conviene pasarla por el pasador).

### MANERA DE RELLENARLAS

Una vez transcurrido el tiempo de reposo de la masa se espolvorea la mesa con harina, colocando la masa encima, espolvoreándola también; se extiende con el rolo hasta dejarla lo más fina posible. (Cuanto más se adelgace la pasta con el rolo, mejor resultan las empanadillas). En una esquina de la pasta se coloca un poco de relleno, se humedece la pasta con un poco de agua, se dobla sobre sí misma y con el

cortapastas se corta dando a la empanadilla forma de media luna, pegándola bien para que no salga el relleno al freírla. No deben hacerse muy grandes. Cuando son para entremeses se hacen más pequeñas. Han de servirse nada más freírlas.



# **Empanadillas de gamba**

## **RELLENO**

**200 grs. de gambas**

**2 cucharadas de cebolla finamente  
picada**

**2 tomates / Aceite**

**1/2 cucharadita de maicena**

Deben

hacerse

pequeñas,

ya

que

son

apropiadas

para



entremeses.

Puede

emplearse

la

masa

que

más

convenga.

Se fríe la cebolla en un poco de aceite (3 ó 4 cucharadas aproximadamente). Cuando está frita se añade el tomate, se deja hacer lentamente. Mientras tanto se cuecen las gambas en agua hirviendo con sal durante cinco minutos. Ya cocidas se escurren y se dejan enfriar; se descascarillan, se pican y se añaden a la salsa cuando ésta está reducida y pasada por el pasador, agregando por

último la maicena; se remueve todo y se pone un poco de sal, teniendo en cuenta que las gambas están cocidas con sal, se deja cocer nuevamente durante tres minutos y se dejan enfriar.

Se rellenan y se fríen como se ha explicado.

## **Fritos de jamón rizado**

**150 grs. de jamón York cortado en lonchas finas**

**2 huevos / Aceite**

**Pan rallado**

**Un poco de harina**

Se corta el jamón en tiras de unos cinco centímetros de ancho por diez de largo. Se extienden en la mesa, se enrollan y se sujetan con un palillo, se pasan por harina, huevo batido y pan rallado y se fríen en aceite bien caliente. Al sacarlos de la sartén se les quita el palillo.

## **Fritos de lenguado u otro pescado**

Se sacan unos filetes del lenguado (puede emplearse otro pescado), se

aplastan un poco y se recortan para darles buena forma, se sazona con sal, el zumo de medio limón y un poco de perejil picado muy fino. Se dejan reposar una hora. Pasada ésta se envuelven en una *Pasta para fritos* (véase fórmula) y se fríen en aceite bien caliente hasta que estén muy dorados; se sirven inmediatamente.

## **Fritos de bacalao**

Se ponen a desalar unos trozos de bacalao (de buena clase) durante

veinticinco horas en abundante agua fría, cambiándoles ésta tres o cuatro veces. Pasado este tiempo se saca del agua y se pone en una cazuela nuevamente con agua fría y se acerca al fuego; cuando empieza a formarse espumilla en el agua, antes de que empiece a hervir, se separan del agua, se dejan enfriar y se les quita todo el pellejo y espinas, y se corta en cuadrados pequeños y proporcionados. Se prepara una *Pasta para fritos* (véase fórmula), se rebozan en ella y se fríen en aceite bien caliente, se sirven en una fuente adornada con rodajas de limón.

# **Fritos de patata con chorizo**

**1/2 kilo de patatas**

**Un cucharada de mantequilla**

**Aceite**

**2 chorizos**

**2 huevos**

**Sal**

Se pelan las patatas y se cuecen cortadas en trozos con agua y sal. Una vez cocidas se ponen en la boca del horno o sobre la chapa para que se sequen bien; a continuación se pasan por el pasador (tienen que estar bien calientes). Ya

pasadas se les agregan dos yemas de huevo y la mantequilla un poco ablandada, amasándolo todo bien hasta mezclarlo, y se deja enfriar perfectamente. Se corta el chorizo en rodajas y se le quita la piel. Con la ayuda de harina se forma en la palma de la mano una torta; en el centro se coloca la rodaja de chorizo, envuelve ésta redondeando la masa, hasta formar una bola pequeña, sin que se vea el chorizo, se aplasta un poco, se plisa por una clara sin batir (se aprovechan las dos que quedaron al quitarles las yemas) y se fríen en aceite bien caliente hasta que estén dorados.

# **Pasta para fritos**

## **(Primera fórmula)**

**125 grs. de harina**

**2 huevos / Sal fina**

**2 cucharadas de aceite fino**

**Pocillo y medio de agua**

Se pone la harina en un recipiente hondo, se agrega el agua, la sal, las dos yemas de huevo y las dos cucharadas de aceite, se mezcla todo bien y se agregan las claras batidas a punto de nieve removiéndolo; se deja reposar veinte minutos y se emplea.



# **Pasta para fritos**

## **(Segunda fórmula)**

**4 cucharadas de harina**

**1/2 cucharada de vinagre**

**Un pocillo de leche**

**Sal fina**

Se pone la harina en una taza, se deslíe con el vinagre; seguidamente se agrega la leche fría, se remueve con una cuchara de madera hasta ligarlo bien (debe quedar como una papilla), se sazona de sal. Se deja reposar una hora

y se emplea.

# **Pastelillos de bacalao**

**1/2 kilo de bacalao**

**Un kilo de patatas**

**3 huevos**

**Una cucharada de mantequilla**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Pan rallado**

**Aceite**

**ADORNO**

**2 huevos duros**

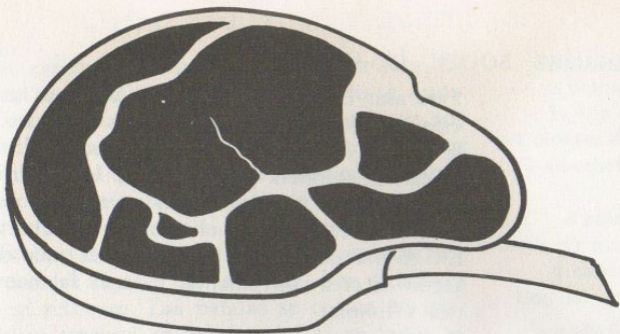
**Una lata de tomate**

Se pone el bacalao a remojo durante 24 horas, cambiándole varias veces el agua (ésta debe de estar siempre fría).

Después de peladas las patatas se ponen a cocer, cortadas en trozos, en agua fría (para que no se deshagan) con un poco de sal. Cuando están a medio cocer, se les agrega el bacalao en trozos pequeños. Cuando las patatas estén cocidas (sin deshacerse), se separa el bacalao en un plato y se reserva. Las patatas se escurren bien y se ponen a secar en el horno o sobre chapa bien calientes; después de secar se pasan por el pasapuré. El bacalao se limpia de piel y espinas y se deshace dejándolo

muy menudo; éste se agrega al puré de patata. Con todo ello mezclado se forma una pasta a la que se le añade la mantequilla, perejil picado finísimo, un poco de cebolla rallada muy fina y un huevo un poco batido; se mezcla bien la pasta y se deja enfriar. Con la ayuda de harina se forman unas bolas aplastadas, se pasan por huevo batido y pan rallado y se fríen en aceite muy caliente hasta que estén doradas. Se colocan en un larguero, se les pone por encima los huevos muy picados y alrededor una salsa de tomate que se tendrá preparada un poco espesa.

Se puede servir también sin salsa.



## **CARNES**

*Dar un buen punto a la carne es imprescindible para que ésta resulte sabrosa. Es una equivocación creer que las carnes resultarán mejor por tenerlas con ajo desde el día*

*anterior.*

*El ajo es necesario para que la carne tenga sabor agradable, pero bastará con ponerlo en ésta una hora antes de prepararla; se pondrá muy machacado en el mortero y bien extendido. (Se observará, cuando el ajo lleva mucho tiempo sobre la carne, que ésta pierde su color primitivo).*

*Las carnes nunca deben ser sazonadas con sal hasta el momento de prepararlas. La sal la deshidrata y provoca la salida del jugo, quedando*

*ésta seca. De ahí que muchas veces, aún estando bien preparada, no esté, sabrosa. Esto es muy importante para cualquier clase de carne. El solomillo, cuando se fríe o se pone a la chapa, no se le pondrá la sal hasta que no esté en la sartén.*

*Las carnes, ya sean asadas o guisadas, antes de ponerlas ningún ingrediente, cebolla, tomate, vino, etc., deben ser rehogadas en el aceite bien caliente y a fuego vivo para que se forme enseguida una corteza que impida salga el*

*jugo.*

*Si el aceite está poco caliente  
y el fuego flojo, la carne, en  
vez de dorarse, se cuece y se  
escapa el jugo, quedando  
seca.*



# **Carnes asadas sobre la chapa**

Para asar las carnes encima de la chapa ha de calentarse ésta al rojo vivo; se colocará entonces la parrilla sobre la chapa, y cuando los barrotes estén calientes se coloca la carne, asándola y poniéndole la sal en el momento, disminuyendo el calor según vaya asándose la carne, ya que, de ir en aumento el calor, se achicharrará.

En cocina de gas se disminuye e intensifica la llama, según se crea conveniente. Ésta es la manera más práctica y limpia.

## **Carne a la plancha**

Consiste en asar la carne directamente sobre la chapa; éste es el método más práctico y moderno, aunque no el mejor. Se asa del mismo modo que a la parrilla.

# Carne asada

**Un kilo de carne de pierna (en un trozo)**

**2 dientes de ajo**

**2 cebollas**

**1/2 vaso de vino blanco**

**2 pimientos encarnados**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Si

la

salsa

quedara

de

mal

color,

se

hierve  
destapada  
y  
de  
prisa,  
hasta  
que  
quede  
dorada.

Se ata la carne con un bramante apretándolo bien para darle buena forma, se sazona con ajo machacado y se deja reposar durante media hora.

En una tartera se pone a calentar aceite suficiente, cuando está bien caliente se rehoga la carne hasta que está dorada por todos los lados; a continuación se añade la cebolla cortada en trozos

grandes, un diente de ajo machacado en el mortero y desleído con el vino blanco (puede suprimirse el vino blanco por un chorro de coñac); se sazona de sal, se tapa bien la tartera y se deja cocer suavemente hasta que esté tierna, destapándola de vez en cuando, procurando que las gotas de vapor acumuladas en la tapadera caigan sobre la carne, y agregándole pequeñas cantidades de agua fría si lo necesitara. Cuando está tierna se separa de la salsa, se le quita la cuerda, se deja enfriar y se corta en rodajas finas. Se pasa la salsa por el pasador y se vuelve a poner en la tartera, se colocan en ésta nuevamente las rodajas y se cuecen en la salsa muy

despacio una media hora para que quede bien jugosa, se adorna con tiras de pimientos y acompañada de *Croquetas* o *patatas Delfina* (véase fórmula).

## **Carne asada con guarnición de verduras**

**Un kilo de carne de pierna en un trozo**  
**1/4 kilo de zanahorias**  
**2 dientes de ajo grandes**  
**6 alcachofas o una lata en conserva**  
**4 patatas medianas**

**2 pimientos morrones**  
**2 cebollas medianas**  
**Una lata de champiñón**  
**1/2 vaso de vino blanco**  
**Perejil**  
**Una lata de guisantes**  
**Aceite**

Se asa la carne exactamente igual que en la fórmula anterior. Una vez asada se separa de la salsa, se le quita la cuerda de atar y se deja enfriar para cortarla en rodajas finas. Se pasa la salsa por el pasador y se vuelve a poner en la tartera. Se agregan las rodajas de carne y se deja cocer un rato para que la carne quede jugosa. Se cuecen las zanahorias después de peladas enteras en agua

hirviendo con sal, cuando están cocidas se escurren, se cortan en rodajas finas y se reservan. Los guisantes se escurren y se reservan. Las patatas se cortan en cuadros pequeños, se sazonan de sal y se fríen: ya fritas se reservan. Las alcachofas si son del tiempo se limpian y cuecen como se ha explicado (véase manera de limpiarlas y cocerlas). Una vez cocidas se escurren y se reservan. Si son de lata se escurren. Los champiñones se escurren.

Se pone en una sartén un poco de mantequilla, se rehogan todas las verduras reservadas (y las patatas, aunque estén fritas). Una vez rehogadas se les agrega un poco de salsa.



En una fuente calentada se pone un poco de salsa, ya pasada por el pasador después de haberle quitado por encima con una cuchara el aceite, sobre ésta se colocan todas las verduras y alrededor las rodajas de carne unas al lado de otras adornándolas con unas tiras de pimiento.



# **Ternera asada al horno**

**Un kilo de carne de pierna muy tierna**

**Una cebolla**

**Unas lonchas de tocino (preferible del jamón) o mantequilla**

**Una lata de pimientos pequeña**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Aceite**

**Sal**

Se ata el trozo de carne como en la fórmula anterior, se sazona de ajo machacado y se deja reposar media hora.

Se puede untar bien con mantequilla o colocarle unas lonchas de tocino (depende del gusto de cada uno). Si se pone con mantequilla se rocía a continuación con un chorro de aceite caliente, y si fuera con tocino se rocía igualmente con aceite hirviendo, colocando seguidamente por encima las lonchas de tocino; ya colocado el trozo de carne en una besuguera, alrededor se pone la cebolla, cortada en trozos; se baña de vino blanco y se sazona de sal, metiéndolo a horno fuerte; de vez en cuando se riega con el jugo que suelta; cuando está dorada por un lado se le da vuelta para que se dore por el otro. Una vez está tierno se saca del horno, se le

quita la cuerda y se deja enfriar para poder cortar las rodajas finas.

Éstas se colocan en una tartera. La salsa se pasa por el pasador y se vierte sobre la carne, dejándola cocer lentamente un rato para que se ponga jugosa. Se adorna con tiras de pimientos y se sirve con *croquetas* (véase fórmula en fritos) o patatas fritas muy gruesas.

## **Ternera guisada con salsa de almendras**

**3/4 kilo de ternera para guisar**

**8 almendras tostadas**  
**1/2 vaso de vino blanco**  
**Una cebolla**  
**Una rama de perejil**  
**1/2 hoja de laurel**  
**Una rodaja de pan**  
**2 dientes de ajo**  
**2 pimientos**  
**1/2 kilo de patatas**  
**Una tajada de mantequilla**  
**Una yema**  
**Aceite**

Se corta la ternera en trozos, se sazona con ajo y se deja reposar media hora. En una tartera se pone a calentar aceite; se le pone sal y se rehoga hasta que esté dorada. A continuación se le añade la cebolla muy picada, el laurel, el perejil

machacado en el mortero con un diente de ajo y el vino blanco, se deja cocer todo lentamente. A media cocción se fríe la rodaja de pan hasta que esté bien dorada sin que se queme; se machaca ésta en el mortero junto con las almendras, se deslíe con un poco de agua y se añade a la carne. Se deja cocer nuevamente hasta que esté tierna.

Las patatas se ponen a cocer con un poco de sal, ya cocidas se escurren y se ponen a secar un momento en el horno, se pasan por el pasador, se le añade la mantequilla y la yema, se remueve bien al lado del fuego, dejándolo cocer unos minutos. Debe quedar un puré espeso.

Cuando la carne está en su punto se

coloca en una fuente. Se pasa la salsa por el pasador y se vierte por encima. Se coloca el puré en la manga pastelera con boquilla ancha y se adorna con un cordón alrededor. Al tiempo de servirlo se ponen unas tiras de pimientos sobre el puré. También se puede colocar el puré con montoncitos alrededor de la carne.

## **Ternera con guisantes**

**3/4 kilo de ternera**

**1/2 kilo de guisantes desgranados**

**Una cebolla**



**1/2 vaso de vino blanco**

**Una cucharadita de harina**

**Una rama de perejil**

**2 dientes de ajo**

**Un pimiento**

**Aceite**

**Sal**

Se corta la carne en trozos y se sazona con ajo, dejándolo reposar media hora. En una tartera con aceite se rehoga la carne después de ponerle la sal, hasta dejarla dorada; se le añade la cebolla picada, el perejil machacado en el mortero con un diente de ajo y desleído con el vino blanco, un poco de agua y la cucharadita de harina; se deja cocer suavemente hasta que esté tierno,

dándole vueltas de vez en cuando y añadiéndole agua fría en pequeñas cantidades, según lo vaya necesitando. Los guisantes se ponen a cocer en agua hirviendo con sal; ya cocidos se escurren y se añaden a la carne, cuando ésta está a media cocción; se rectifica de sal. Cuando la carne está tierna se coloca en una fuente con la salsa. Alrededor se ponen los guisantes y sobre el borde de la fuente unas patatas fritas gruesas. Se adorna todo con tiras de pimientos.

# Vaca o ternera guisada

**3/4 kilo de carne**

**1/2 lata de pimientos o uno del tiempo**

**Una cebolla**

**1/2 kilo de tomates o una lata**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se corta la carne en trozos, se sazona con ajo y se deja reposar media hora.

Se pone aceite suficiente en una tartera,

cuando está bien caliente se rehoga la carne hasta que está bien dorada, entonces se le añade la cebolla picada menuda; se deja freír un rato y se agrega el tomate; si es del tiempo cortado en trozos sin piel ni semillas, se le da unas vueltas con la carne y se añaden los pimientos picados, reservando uno; en el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil; se deslíe con el vino blanco y se añade a la carne, se sazona de sal y se deja cocer lentamente hasta que esté tierna, agregándole de vez en cuando agua fría en pequeñas cantidades si fuese necesario. Si la carne es de vaca necesita más tiempo de cocción. Hay que removerlo con

frecuencia mientras se está cocinando para que no se agarre al fondo de la tartera. Cuando está tierna se coloca la carne en una fuente y se vierte por encima la salsa (pasada por el pasador) muy caliente. Se adorna con tiras de pimientos y patatas fritas.

## **Ternera mechada**

**3/4 kilo ternera (redondo)**

**Una lata pequeña de pimientos**

**100 grs. de bacón (tocino ahumado)**

**Un huevo duro**

**Unas aceitunas sin hueso (pueden suprimirse)**

**Una cebolla grande**

**Un vaso de vino blanco**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

La

carne,

después

de

mechada,

antes

de

ponerle

el

ajo

y

sal,

se

ata

con

un  
bramante  
dándole  
vueltas  
por  
todo  
el  
trozo.

Se prepara un trozo de ternera (puede ser también de vaca tierna), de buena parte. Con la aguja de mechar se introducen tiras de jamón, de pimientos, de huevo cocido y las aceitunas cortadas finas; cuando está bien llena, se sazona de sal y ajo y se coloca en una tartera con aceite caliente, rehogándola hasta que esté bien dorada; seguidamente se añade la cebolla en trozos grandes,

dejándola rehogar, a continuación se machaca un diente de ajo y perejil en el mortero, se deslíe con el vino blanco y se vierte sobre la carne, se deja cocer despacio hasta que esté tierna, removiéndola de vez en cuando y añadiéndole agua fría en pequeñas cantidades. Ya tierna se deja enfriar y se quitan los hilos, cortándola en rodajas finas, éstas se van colocando nuevamente en una tartera, se pasa la salsa por el pasador y se vierte por encima, se deja cocer despacio unos minutos para que quede jugosa. Luego se coloca en un larguero y se sirve adornada con *Patatas Delfina* (ver fórmula en patatas) y tiras de pimientos.



La salsa se vierte por encima, hirviendo al tiempo de servirla.

# **Filetes de carne empanada**

**6 filetes / 2 huevos**

**Un poco de leche**

**Pan molido o harina**

**Aceite / Ajo / Perejil**

**Sal**

Una

vez

empanados

se

pueden

poner  
en  
una  
fuente  
refractaria  
con  
el  
aceite  
de  
freír  
colado  
y  
un  
chorro  
de  
vino  
blanco.  
Se  
dejan  
diez  
minutos

en  
el  
horno.

Se escogen los filetes de ternera, que sean del mismo tamaño, se golpean un poco para aplastarlos, se sazonan con ajo machacado en el mortero y se dejan reposar un cuarto de hora. Seguidamente se les añade perejil picado y sal; a continuación se pasa pan molido y se reboza en huevo batido.

En una sartén se pone a calentar aceite; no conviene poner mucha cantidad. Se fríen los filetes sin que esté la lumbre muy fuerte, hasta que estén dorados. Se pueden servir con ensalada de lechuga.

# **Carne empanada con salsa de tomate**

**6 filetes**

**1/2 kilo de tomates o una lata natural**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Pan molido**

**Un poco de leche**

**Aceite / Ajo / Perejil**

**2 huevos / Sal**

Se preparan los filetes como los anteriores. Ya fritos se ponen en una cazuela refractaria.

En la sartén con un poco de aceite se

fríe la cebolla sin que dore, cuando está frita se le añade el tomate cortado en trozos, se deja cocer hasta que se consuma el caldo del tomate; se machaca en el mortero un diente de ajo, una rama de perejil; se deslíe con el vino blanco y se añade a la salsa, dejándolo hervir un poco más, se sazona de sal, se pasa todo por el pasador y se vierte esta salsa sobre los filetes, metiéndolos en el horno durante diez minutos.

## **Filetes de ternera al**

# horno

**6 filetes muy tiernos**

**6 trozos de jamón pequeños**

**Un limón**

**Un huevo**

**1/2 cucharada de harina**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Ajo / Perejil / Aceite**

**Pan molido / Sal**

Se preparan los filetes que estén muy finos, se sazonan con ajo machacado, jugo de limón y sal, se colocan en una besuguera y se untan con huevo batido, colocando sobre cada uno una rodaja de jamón que no sea muy grande; se cubren con pan molido y perejil muy picado, rociándolos con aceite hirviendo; se

meten al horno durante media hora; pasado ese tiempo se les quita la salsa, ésta se pone un poco espesa con media cucharadita de harina y el vino blanco, se le da un hervor y se vierte sobre los filetes; se sirven con montoncitos de patatas paja.

## **Filetes duquesa**

**1/2 kilo de carne picada**

**2 huevos**

**Una cucharada de mantequilla**

**1/2 kilo de tomates**

**Ajo**

**Perejil**

**1/2 kilo de patatas**

**Un poco de harina**

**Aceite**

**1/2 cebolla**

**4 cucharadas de vino blanco**

**Sal**

Hay

que

tener

en

cuenta

que

estos

filetes,

para

freírlos,

deben

estar

completamente

fríos.

También



puede  
ponerse,  
si  
no  
gusta  
el  
tomate,  
una  
**salsa**  
**rubia**  
(véase  
fórmula).

Se cuecen las patatas con sal, después de peladas y cortadas en trozos, ya cocidas se escurren y se meten en el horno para que se sequen, cuidando de que no se quemen.

Se sazona la carne con ajo, machacado

en el mortero con una rama de perejil, se rehoga en la sartén con un poco de aceite, ya rehogada se sazona de sal y se le añade un poco de vino blanco, dejándolo cocer hasta que se consuma el vino.

Las patatas bien secas se pasan por el pasador, se les añade la mantequilla y se remueve bien al lado del fuego.

Cuando la carne ya está pasada se añade al puré, escurriéndole bien el aceite; se mezcla todo y se deja enfriar. Una vez frío, con la ayuda de harina se hacen unos filetes delgados, se rebozan en huevo batido y se fríen en aceite bien caliente.

En un poco de aceite se fríe la cebolla

menuda, cuando está frita se le añade el tomate, se deja cocer un rato y se agrega un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, se deslíe con el vino blanco y se pasa por el pasador. Esta salsa se vierte sobre los filetes ya fritos y colocados en una fuente refractaria. Se meten en el horno durante quince minutos.

# **Medallones de ternera picada**

**1/2 kilo de ternera picada**

**50 grs. de chorizo de buena calidad**  
**2 huevos cocidos, uno crudo**  
**1/2 kilo de patatas**  
**3 cucharadas rasas de miga de pan**  
**Una lata de pimientos pequeña**  
**Un vaso de vino blanco**  
**1/2 cebolla**  
**Una cucharadita de maicena**  
**Un poco de harina**  
**Una lata de tomate grande**  
**Aceite / Perejil / Sal**  
**Un pocillo de leche**  
**2 dientes de ajo**  
**1 cucharada de mantequilla o**  
**margarina**

Se sazona la carne con ajo y perejil, se deja reposar un cuarto de hora, seguidamente se sazona de sal, se agrega el chorizo picado y los huevos cocidos

muy picados, un huevo crudo un poco batido, todo ello se remueve bien cuidando de añadir el pan remojado en leche y exprimido después del huevo batido. Con la ayuda de harina se preparan unos filetes altos y se fríen en aceite abundante.

Se prepara una salsa con cebolla picada, el tomate, una cucharadita de maicena y un poco de vino blanco; una vez hecha se pasa por el pasador y se vierte sobre los filetes que habrán puesto en una tartera, se dejan cocer lentamente, procurando que no se agarren al fondo y agregándoles agua en pequeñas cantidades, si fuera necesario. Cuando estén en su punto se ponen en una fuente

con la salsa.

Con las patatas se prepara un puré al que se le añade medio pocillo de leche y la mantequilla, y se deja cocer un rato.

Se coloca en manga con boquilla ancha y se forma alrededor un cordón completando el adorno con tiras de pimientos.

## **Albóndigas**

**1/2 kilo de carne picada**

**Una cucharada de cebolla picada**

**50 grs. de tocino (se puede prescindir)**

**Un vaso de vino blanco**

**2 huevos**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**3 cucharadas de miga de pan**

**6 cucharadas de leche**

La

miga

de

pan

mojada

en

leche

deja

las

albóndigas

muy

tiernas.

Se pica muy menudo el tocino (si no gusta puede prescindirse de él) y se añade a la carne, se sazona de sal, ajo, perejil y una cucharada de vino blanco, dejándolo reposar durante un cuarto de hora; se agrega el pan remojado en la leche y exprimido, los huevos batidos. Con ayuda de harina se hacen unas bolas pequeñas y se fríen hasta dejarlas doradas colocándolas a continuación en una tartera.

En el aceite de freirías, se fríe media cebolla picada muy menuda; seguidamente se le agrega un poco de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil y desleído con un buen



chorro de vino blanco y media cucharadita de harina, se vierte sobre las albóndigas, se dejan cocer suavemente añadiendo agua en pequeñas cantidades si fuera necesario. Debe sacudirse de vez en cuando la cazuela para que no se peguen al fondo. Se sirven con la misma salsa y patatas cuadradas, éstas se fríen y se ponen unos minutos con la salsa.

## **Albóndigas a la jardinera**

**1/2 kilo de ternera picada**  
**100 grs. de tocino**  
**2 huevos**  
**Una lata de guisantes**  
**3 zanahorias**  
**Una rama de perejil**  
**1/2 lata de pimientos**  
**2 dientes de ajo**  
**1/2 cebolla**  
**2 cucharadas de miga de pan**  
**Aceite**  
**Un vaso de vino blanco**  
**Unas patatas**  
**Un poco de harina**  
**6 cucharadas de leche**  
**Sal**

Se pica el tocino muy menudo y se mezcla con la carne, se agrega el perejil picado y los huevos batidos, se sazona

de sal, ajo, una cucharada de vino blanco y el pan remojado en la leche y exprimido. Con la ayuda de harina se forman las albóndigas, se fríen hasta que estén doradas y se colocan en una tartera. En el aceite de freírlas se prepara una salsa con media cebolla picada; en el mortero se machaca un diente de ajo con un poco de perejil, se deslíe con el vino blanco y se agrega a la salsa, espesando un poco ésta con media cucharada rasa sobre harina, se añade un poco de agua, se deja hervir y se vierte sobre las albóndigas dejándolas cocer despacio; cuando están tiernas se agregan unas patatas fritas cortadas en cuadrados pequeños, los

guisantes escurridos, las zanahorias cocidas y partidas en cuadros, y los pimientos picados, cubriéndolo todo de caldo, dejándolo cocer despacio hasta que esté en su punto.

Se sirven en una fuente adornada con las verduras.

## **Filetes rusos**

**1/2 kilo de carne picada**

**2 cucharadas llenas de miga de pan**

**3 cucharadas de leche**

**Ajo**

**Perejil**

**2 huevos**

**3 tomates del tiempo**

**Aceite**

**Una lechuga**

**Sal**

La carne picada se sazona con ajo y perejil machacado en el mortero; se deja reposar un rato y se sazona de sal. Mientras la carne está reposando se pone la miga de pan en una taza mezclada con la leche caliente, para que se deshaga bien el pan, a continuación se mezcla con la carne y se añaden los huevos batidos. La carne debe formar una masa unida, si no se consigue sólo con el pan se puede añadir un poco de harina (una cucharada rasa).

Se pone en la sartén aceite a calentar, se

echa una cucharada grande de la carne con la mezcla, se deja que dore un poco y se le da vuelta, aplastándolo con una espumadera. Cuando están dorados (deben estar muy aplastados para que queden finos), se les escurre bien el aceite y se colocan en una fuente, sirviéndolos al momento con lechuga alrededor y rodajas finas de tomate.

# **Picadillo de carne a la española**

**1/2 kilo de carne picada guisada**

**Una cebolla**

**1/4 kilo de tomates o 1/2 lata**

**Unas ramas de perejil**

**1/2 kilo de patatas**

**Aceite**

**2 dientes de ajo**

**Sal**

Si la carne fuera cruda se sazona con ajo y perejil y un chorro de vino blanco; se deja reposar un rato, se le pone sal y se rehoga en un poco de aceite, una vez rehogada se pasa a un fuerte horno.

Se pelan las patatas y se cortan en cuadros como dados. Se secan con un paño, y se sazonan de sal y ajo muy machacado, se fríen con aceite caliente.

En otra sartén se fríe la cebolla picada

muy fina y se añade el tomate, si es fresco sin piel y sin pepitas y se deja cocer.

Si la carne está guisada, se pica menuda, o fuera de pollo, que también puede emplearse para este plato, aprovechando que haya quedado del día anterior, se corta en pedazos y se coloca en una fuente de horno, se agrega el tomate, puede pasarse por el pasador, y un poco menos de la mitad de las patatas, se mezcla bien y se pone un poco en el horno para que se conserve caliente sin hervir; cuando vaya a servirse se vierte en una fuente y se colocan encima las patatas restantes espolvoreándose por encima con perejil picado.



# **Filetes de carne picada reellenos**

**1/2 kilo de carne picada**

**2 huevos cocidos y dos crudos**

**Un poco de vino blanco**

**150 grs. de jamón**

**Una lata de pimientos**

**Pan molido**

**Un poco de harina / Sal**

**Aceite / Ajo / Perejil**

Se pica el jamón muy menudo y se mezcla con la carne, se sazona de ajo y perejil y un poco de vino blanco,

dejándolo reposar un rato, con la ayuda de harina se forman unas bolas, que se aplastan, en el centro de éstas se coloca una tira de pimiento y otra de huevo cocido; se envuelven formando un filete alargado, se rebozan en harina, huevo y pan, y se fríen hasta que estén dorados. Se pueden servir solos o con una *salsa de tomate* o *salsa rubia* (véase fórmula).

## **Filetes de ternera reellenos**

**6 filetes, no muy grandes, iguales**  
**150 grs. de jamón**  
**3 huevos duros**  
**1/2 kilo de patatas**  
**Una lata de pimientos**  
**Una cebolla**  
**Perejil**  
**Una cucharada de mantequilla**  
**1/2 vaso de vino blanco**  
**2 dientes de ajo**  
**Un pocillo de leche**  
**Un poco de jerez seco o coñac**  
**Sal**

Se escogen los filetes, todos del mismo tamaño; se aplastan para dejarlos finos; se sazonan con ajo y un poco de jerez seco o coñac y se dejan reposar un cuarto de hora.

Se prepara un picadillo con los huevos, el jamón y unos pimientos, todo ello muy fino, agregando perejil picado muy menudo. Con este preparado se rellenan los filetes sazonados de sal; se envuelven apretados, atándolos con un bramante, dándoles varias vueltas para que no salga el relleno. Ya dorados se colocan en una tartera con la cebolla en trozos, se vierte sobre ellos el aceite de freírlos colado y el vino blanco; se rectifican de sal y se dejan cocer despacio hasta que estén tiernos, agregándoles un poco de agua fría de vez en cuando. Ya en su punto se les quita el bramante (cuando ha enfriado), se cortan en dos cada uno.

Con las patatas se prepara un puré al que se le agrega la mantequilla y la leche procurando que quede espeso. Se colocan los filetes ya cortados en una fuente, sobre ellos se vierte la salsa hirviendo al tiempo de servirlos (ésta pasada por el pasador). Alrededor se pone el puré de patata y tiras de pimientos.



**Rollitos de ternera con**

# guisantes

**6 filetes de ternera**

**200 grs. de carne de cerdo picada**

**Una cebolla**

**2 cucharadas de miga de pan remojada  
en leche**

**Un huevo**

**1/2 kilo de guisantes desgranados o  
una lata en conserva**

**Un vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**Una lata pequeña de pimientos**

**Aceite / Sal**

Se sazona la carne picada con ajo y se deja reposar unos minutos; seguidamente se mezcla con el pan remojado en leche y exprimido, el huevo batido, perejil,

vino blanco y sal. Se aplastan los filetes para dejarlos finos (procurando que sean todos iguales), se sazonan con ajo y se dejan reposar. A continuación se sazonan de sal, se coloca en cada filete una cucharada de picadillo, se enrolla y se ata con un bramante. Se adorna en una sartén con aceite caliente; ya dorados se añade la cebolla picada y el vino blanco, dejándolos cocer diez minutos. Pasados éstos se añaden los guisantes y se deja cocer todo muy despacio, hasta que esté en su punto. Cocidos los rollitos se separan de la salsa y se dejan enfriar para quitarles el hilo. A continuación se colocan en una fuente. Se sirven con la salsa y los guisantes,



adornados con tiras de pimientos.

# **Rollos de ternera con arroz**

**6 filetes iguales, medianos**

**Un huevo duro**

**100 grs. de tocino o jamón**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Una zanahoria**

**Una lata pequeña de tomate**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceitunas**

**Aceite**

## Sal

Se aplastan los filetes para dejarlos muy delgados, procurando que queden todos del mismo tamaño; se hacen liras con el jamón o tocino y se mezclan con las aceitunas picadas y el huevo cocido, también picado. Los filetes se sazonan con sal, ajo y perejil. Se coloca en cada uno un poco de picadillo y se envuelven, forman unos rollos que se atan con un hilo o bramante, sujetándolo con varias vueltas para que no salga el relleno. Se envuelven en un poco de harina y se fríen en aceite caliente. En el aceite de freírlos se echa la cebolla picada, cuando está frita se añaden la zanahoria

en rodajas, y el vino; se le da un hervor y se vierte sobre los rollos que estarán colocados en una tartera; se añade un poco de agua dejándolos cocer hasta que estén tiernos. Ya en su punto se sacan los rollos, se les quita el hilo. A la salsa se le añade un poco más de agua y media cucharada de harina, se deja hervir y se vierte sobre los rollos colocados en una fuente. Se sirven con arroz blanco moldeado en flaneras. (Véase fórmula en Arroz).

## **Rollo de ternera a la**

# **moderna**

- 1/2 kilo de ternera picada**
- 2 huevos duros**
- 2 huevos crudos**
- 2 cucharadas de pan rallado**
- 1/2 lata de pimientos**
- 150 grs. de jamón magro**
- 1/2 vaso de vino blanco**
- Ajo**
- Perejil**
- Un poco de harina**
- Una cebolla**
- Sal**

Se pasa la carne dos veces por la máquina para que quede bien picada y fina, se sazona de ajo, perejil, un poco de vino blanco; se deja reposar un rato y

se sazona de sal. A continuación se añade un huevo batido y dos cucharadas de pan rallado. Se aplasta y se coloca sobre ello unas tiras de jamón, otras de huevo cocido y tiras de pimientos. Se envuelve, se reboza en harina y huevo batido y se fríe (se pueden hacer dos rollos), ya frito y bien dorado se coloca en una cazuela. Se prepara una salsa en el aceite de freírlo, con cebolla muy picada, ajo, perejil y un chorro de vino blanco; se añade un poco de caldo o agua y se vierte sobre los rollos, se deja cocer hasta que esté tierno. Cuando haya enfriado bien se corta en rodajas y se sirve con *patatas paja* (ver fórmula en Patatas) y tiras de pimientos.

# **Carne de falda rellena**

**1/2 kilo de carne de falda**

**8 aceitunas**

**3 huevos duros**

**Una yema**

**1/2 lata de tomate**

**Un pimiento de lata**

**2 cucharadas de miga de pan**

**3 cucharadas de leche**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se prepara la carne de falda, se quitan los trozos que sobran para igualarla y se pican éstos con la máquina (o una macheta de no disponer de máquina), a este picadillo se agrega el pan remojado en leche, las aceitunas picadas, los huevos picados no muy finos, el pimiento en tiras, se sazona de ajo, perejil, sal y vino blanco; se mezcla todo bien agregándole la yema y se coloca sobre la carne y se envuelve el rollo; se cose y se ata dándole buena forma. Se sazona de ajo machacado y se deja reposar unos minutos; a continuación se pone la sal.

Se coloca en una tartera con aceite bien

caliente, rehogándolo hasta que esté bien dorado. Se le agrega la cebolla en trozos y el tomate. Se machaca en el mortero ajo y perejil, se deslíe con el vino blanco y se agrega a la carne, dejándola cocer despacio hasta que esté tierna, se saca entonces de la salsa y se deja enfriar, para cortarlo en rodajas; se pasa la salsa por el pasador y se deja cocer despacio con ésta un cuarto de hora. Se sirve adornado con puré de patatas.

## **Carne rellena con**



# salchichas

**1/2 kilo de carne de tapa**

**6 salchichas encarnadas**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Una lata pequeña de pimientos**

**1/2 vaso de vino blanco**

**3 huevos**

**1/2 kilo de zanahorias**

**Una lata pequeña de tomate**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Preparada la carne para hacer rollo, se sazona con ajo y se deja reposar media hora; seguidamente se le pone la sal por donde se va a rellenar. Se prepara con

los tres huevos y un poco de perejil picado una tortilla francesa en una sartén grande, para que quede del mismo tamaño que la carne. Ésta se coloca sobre la carne, encima se colocan las salchichas, después de haberlas pasado por la sartén y unas tiras de pimientos, se envuelve el rollo, se cose y se ata dándole buena forma, en una tartera se pone aceite abundante, cuando está bien caliente se dora bien; ya dorado se añade la cebolla picada, las zanahorias en trozos finos, los guisantes, los pimientos picados, el tomate, ajo y perejil machacado y un buen chorro de vino blanco y sal, se deja cocer despacio hasta que la carne esté muy

tierna, en su punto se retira del fuego y se deja enfriar, antes de quitarles los hilos, cortándola seguidamente en rodajas finas.

En un larguero se coloca un poco de salsa caliente; sobre ésta se pone la carne, ya en rodajas, alrededor la salsa con todas las verduras. Se adorna la fuente con puré de patata.

## **Rollo de ternera a la vasca**

**3/4 kilo de carne de tapa o falda**

**100 grs. de jamón**

**3 huevos**

**Una lata pequeña de pimientos**

**Una cebolla grande**

**Un vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

Preparada la carne para hacer el rollo, se sazona con ajo y se deja reposar; seguidamente se pone sal en la parte de dentro.

Se prepara una tortilla francesa con los huevos. Cuando está cuajada se cubre con el jamón en lonchas y sobre éstas unas tiras de pimientos. Se envuelve y se deja enfriar. Ya fría se corta con unas tijeras en tiras a lo largo y se colocan

sobre la carne, se envuelve, se cose y se ata. En una tartera se pone suficiente aceite; cuando está bien caliente se dora el rollo. Ya dorado, se agrega la cebolla picada, el perejil y ajo machacado y el vino blanco; se rectifica de sal y se deja cocer despacio hasta que esté tierno, agregándole agua fría de vez en cuando, en pequeñas cantidades.

En su punto se separa del fuego y se deja enfriar, antes de quitarle los hilos. Cuando está bien frío se corta en rodajas, colocándolas en un larguero, sobre ellas se vierte la salsa pasada por el pasador. Se sirve acompañado de patatas fritas (véase fórmula).

# **Rollo de carne con tortilla**

**3/4 kilo de tapa o falda**

**3 huevos**

**Una lata de guisantes**

**2 patatas**

**Vino blanco**

**Una cebolla**

**1/2 lata de tomate pequeña**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se prepara la carne; se sazona de ajo,

dejándola reposar media hora, seguidamente se sazona de sal en la parte de dentro.

Con los huevos y las patatas se prepara una tortilla tierna, añadiéndole un poco de perejil, ésta se coloca sobre la carne; se deja enfriar un poco y se envuelve, cosiendo el rollo y atándolo, dándole buena forma.

En una tartera con aceite caliente se dora el rollo; ya bien dorado se agrega la cebolla picada, el ajo y perejil machacado, un vaso de vino blanco, el tomate y sal; se deja cocer despacio, removiéndolo de vez en cuando y agregándole chorros de agua fría hasta que esté tierno. Ya cocido se separa del

fuego y se deja enfriar.

La salsa se pasa por el pasador. Los guisantes escurridos se rehogan en un poco de aceite y se reservan al calor. Cuando la carne está fría se le quita los hilos y se corta en rodajas. Se colocan éstas en un larguero, sobre ellas se vierte la salsa, se adorna la fuente con tiras de pimientos y los guisantes alrededor.

## **Solomillo de ternera relleno**



**3/4 kilo de solomillo**  
**2 huevos cocidos**  
**100 grs. de jamón magro**  
**1/2 litro de leche**  
**Una cucharada de mantequilla**  
**2 cucharadas de harina**  
**Una lata pequeña de pimientos**  
**2 dientes de ajo**  
**Aceite**  
**Un limón**  
**Sal**

Se le quita la grasa al solomillo, se sazona de ajo y se deja reposar media hora. Pasada ésta se le pone sal, se abre de arriba a abajo y se rellena con tiras de jamón y de huevo, se ata bien y se coloca en una besuguera untada de mantequilla. En la sartén se pone aceite

y se fríe un ajo, cuando éste está dorado se vierte el aceite hirviendo sobre el solomillo y se riega con zumo de limón. Se mete a horno fuerte hasta que esté tierno y dorado, regándolo de vez en cuando con el jugo que suelta.

Ya en su punto se deja enfriar y se corta en filetes, colocando éstos en una fuente; se vierte sobre ellos el jugo bien caliente.

Con una cucharada de mantequilla, la leche y harina se hace la *bechamel* (véase fórmula en salsas), se deja enfriar bien y se corta en cuadros alargados, con ellos se adorna la fuente alternando con tiras de pimientos.

# Medallones de ternera a la francesa

Un kilo de solomillo

Una lata de espárragos grande

3 cucharadas de mantequilla o  
margarina

1/2 vaso de jerez seco

6 alcachofas

1/2 limón

Aceite

Una trufa grande

Un vaso de vino blanco

Medallones

son

filetes

del

solomillo  
cortados  
de  
la  
parte  
más  
estrecha.

Se  
saltean  
con  
aceite;  
también  
se  
pueden  
saltear  
con  
manteca  
de  
cerdo  
o  
con

mantequilla  
mezclada  
en  
aceite  
para  
que  
no  
se  
quemem.

Se limpian y cuecen las alcachofas (véase manera de limpiarlas y cocerlas), y se ahuecan como para rellenarlas, dejándolas cocer hasta que puedan atravesarse con una aguja. Se escurren bien y se ponen en una tartera con un poco de mantequilla y una bolita de cada una, se mete a horno moderado durante quince minutos.

Si los espárragos fueran frescos se cuecen (véase manera de cocer espárragos), tanto si son frescos o de lata se escogen doce de los mejores y el resto se cortan en trozos pequeños, se saltean con un poco de mantequilla, se sazonan de sal y se reservan.

Se limpia el solomillo de pellejo y gordos; se ata en seis partes iguales y se cortan seis medallones

En una sartén se pone una cucharada de mantequilla y dos cucharadas de aceite, cuando está bien caliente se fríen los medallones cinco minutos por cada lado al fuego vivo, sazonándolos de sal cuando están ya en la sartén, primero por un lado y a continuación se les da

vuelta por el otro, seguidamente se tapan y se dejan a un lado para que se pasen tres minutos más lentamente. Pasados éstos se sacan en un plato y se dejan al calor. A la grasa de la sartén se le añade vino blanco, el jerez, el jugo que soltaron los medallones, el caldo de las trufas, se acerca al fuego y se deja hervir tres minutos; pasados éstos se retiran del fuego y se añade una cucharada de mantequilla y el jugo de medio limón, se remueve bien con una espátula o cuchara de madera para ligarlo y se conserva al calor sin que hierva. En una fuente calentada se colocan a lo largo los seis medallones, uno al lado de otro; sobre cada uno se

coloca una alcachofa con los pedazos de espárragos dentro y encima una rodaja de trufa. Se cortan iguales los espárragos reservados y se colocan entre los medallones con las puntas hacia afuera.

Se mete un momento al horno para que se caliente y se vierte la salsa caliente por encima.

## **Solomillo asado al horno con patatas delfina**



**Un kilo de solomillo**  
**Un vaso de vino blanco bueno**  
**Una cucharada de mantequilla**  
**Aceite**  
**Ajo**  
**Sal**

Se limpia el trozo de solomillo, se ata con varias vueltas de hilo, se sazona de ajo bien machacado y se deja en reposo durante un cuarto de hora.

Pasado ese tiempo se unta con mantequilla, se sazona de sal y se coloca en una besuguera o fuente refractaria, poniendo en el fondo tres o cuatro cucharadas de vino blanco de buena calidad.

Se vierte sobre él el aceite hirviendo en

el que se habrá frito un diente de ajo (éste se separa). A continuación se mete a horno muy fuerte para que se haga enseguida la corteza y no se escape el jugo, regándolo de vez en cuando con su jugo. Se deja en el horno durante media hora. Pasado ese tiempo se retira y se pone en una tartera, dejándolo reposar durante diez minutos. Seguidamente se coloca sobre una tabla, se le quita el hilo y se trincha en rodajas delgadas con un cuchillo de sierra bien afilado. Ya cortado se coge entero con las dos manos, apretándolo por los extremos y se coloca en una fuente calentada de antemano, para que quede de igual forma que antes de trincharlo, echando en la

frente el jugo que haya soltado al cortarlo. Se adorna la fuente con patatas Delfina. (Véase fórmula en Patatas).

## **Solomillo mechado con patatas duquesa**

**Un kilo de solomillo**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Una cucharada de mantequilla**

**100 grs. de tocino (en una loncha)**

**2 pimientos de lata**

**100 grs. de tocino ahumado (para  
mechar)**

**2 cucharadas de coñac**

**Una cucharada de harina**

**Aceite**

**Sal**

Se limpia el solomillo de grasa y nervios. Con aguja de mechar se pasan una tiras de tocino ahumado, de un lado a otro del solomillo y tiras de pimiento. Se ata con varias vueltas de hilo. En una tartera proporcionada se coloca la loncha de tocino, sobre ella el solomillo ya preparado; se vierte por encima el aceite hirviendo, las dos cucharadas de coñac y se acerca al fuego dejándolo freír un cuarto de hora destapado a fuego fuerte. Seguidamente se añade el vino blanco y la sal, se tapa herméticamente la cacerola y se introduce en el horno

bien caliente, dejándolo cocer cincuenta minutos. De vez en cuando se rocía la carne con su propio jugo. Ya cocido se destapa la cacerola y se deja un rato en el horno para que tome la carne brillo. Transcurridos diez minutos se saca a otra cazuela y se tapa. En una cazuela muy pequeña se pone al fuego la mantequilla y la harina, se deja cocer sin parar de removerlo hasta que se dore. Se le quita la grasa al jugo del solomillo y se agrega a la salsa, dejando cocer esta salsa cinco minutos, poniéndole un poco de agua si resultara demasiado espesa; se rectifica de sal y se reserva. Se trincha el solomillo igual que el anterior y se coloca en una fuente

calentada, echando en el fondo unas cucharadas de salsa. El resto se sirve en salsera. Se adorna la fuente con patatas duquesa (véase fórmula en Patatas).

## **Turnedos**

Son unos filetes pequeños, que se sacan de la parte estrecha del solomillo; siempre se sirven sobre un costrón y con guarniciones variadas. Se limpia el trozo de solomillo, de donde se van a preparar, de nervios y gordo y se ata tantas veces como turnedos se vayan a

preparar; se corta en el centro de las ataduras.

# Turnedos duquesa

**Un kilo de solomillo**

**6 rodajas de pan de molde (tamaño del filete)**

**Una lata de champiñones pequeña**

**6 alcachofas**

**1/2 kilo de patatas**

**50 grs. de mantequilla**

**Un huevo**

**Aceite**

**Un limón**

**Sal**

Si  
las  
alcachofas  
son  
de  
conserva,  
se  
les  
quita  
el  
caldo  
y  
se  
rehogan  
con  
un  
poco  
de  
aceite.

Ya limpio el solomillo se ata en seis



partes para cortar los seis filetes de tres centímetros de grueso. No debe quitarse el hilo del turnedo hasta que se haya salteado. Se preparan las alcachofas (véase manera de limpiarlas y prepararlas para rellenar). Una vez preparadas se cuecen, cuando están tiernas (para comprobarlo se pinchan con un alfiler) se sacan y se reservan al calor. Se prepara un *puré Duquesa* (véase fórmula).

En la sartén se pone el aceite, cuando está caliente se fríen los seis costrones de pan hasta que estén dorados; deben ser del tamaño de filete; se quita de la sartén la grasa y se deja como cuatro cucharadas, y cuando estén muy

calientes se saltean los turnedos dejándolos no muy hechos. Se sazonan de sal, ya puestos en la sartén.

En el aceite que quede de freírlos se agregan las dos cucharadas rasas de harina, se deja dorar un poco y se añade el puré de tomate, el jerez, diez cucharadas de agua y los champiñones picados, conservando seis cabezas; se sazona de sal y se deja cocer despacio diez minutos. En una fuente calentada se colocan los discos de pan en círculo, sobre ellos los filetes, quitando el hilo, encima de cada uno una cabeza de champiñones. Entre ellos se colocan las alcachofas, rellenándolas con el puré de patata, puesto en una manga con boquilla

ancha, haciendo unas espirales. En el centro de la fuente se echa la salsa bien caliente.

# **Solomillo de cerdo al jerez**

**Un kilo de solomillo**

**4 cucharadas de manteca de cerdo**

**12 cebollas pequeñas**

**50 grs. de jamón magro**

**Una copa de jerez seco**

**Sal**

Se limpia el solomillo recortando todos

los desperdicios. Con la aguja de mechar se introducen en el solomillo unas tiras de jamón, se ata con unas vueltas de hilo, se unta bien con la manteca de cerdo y se sazona de sal. Los desperdicios recortados se colocan en una besuguera o fuente refractaria y sobre ellos se pone el solomillo, se rocía con el jerez y tres cucharadas de agua y se pone a asar en el horno fuerte una hora. Se limpian las cebollas quitándoles la primera capa. A media cocción del solomillo se colocan a los lados de éste, rociándolas de vez en cuando con grasa del asado. Tanto el asado como las cebollas deben quedar dorados. Cuando está tierno se quita el

hilo, se corta en rodajas y se coloca en una fuente, adornándolo con las cebollas y unas patatas rizadas.

# **Escalope de ternera con salsa de almendras**

**6 filetes tiernos**

**12 almendras tostadas**

**Un vaso de vino blanco**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Para  
que  
no  
encojan  
al  
freirlas,  
se  
le  
dan  
unos  
pequeños  
cortes  
alrededor.

Se sazonan los filetes con ajo muy machacado y se dejan reposar un cuarto de hora; a continuación se sazonan de sal y se fríen en aceite caliente hasta que estén muy dorados por ambos lados; se colocan en una fuente y se reservan al

calor. En el mismo aceite se fríe la cebolla muy picada. Por separado se fríe la tostada de pan, cuando está bien dorada (sin que se queme) se machaca en el mortero, junto con un diente de ajo, una rama de perejil y las almendras, hasta formar una pasta fina; se deslíe con el vino blanco y un poco de agua y se agrega el majado a la cebolla cuando está frita. Se deja cocer todo unos minutos (no debe quedar demasiado espesa, si lo necesita se le pone un poco más de agua), se sazona de sal y se pasa por el pasador. Con una cuchara se coloca sobre los escalopes, caliente, al tiempo de servirlos.

# Chuletas de ternera rellenas

**6 chuletas**

**200 grs. de queso manchego muy  
curado**

**Ajo**

**50 grs. de jamón**

**1/2 cebolla**

**Un chorro de vino blanco**

**Aceite**

**Sal**

Se preparan las chuletas de dos en dos (o sea dos juntas); se abren sin separarlas del hueso y se rellenan con



una rodaja fina de queso, se cosen alrededor y se sazonan de ajo dejándolas reposar un cuarto de hora; seguidamente se sazonan de sal y se rehogan en aceite bien caliente hasta que estén doradas, a continuación se les prepara una *Salsa rubia* (véase fórmula) y se dejan cocer hasta que estén tiernas, entonces se separan de la salsa; se dejan en reposo cinco minutos y se les quitan los hilos de coserlas. Se colocan en una fuente calentada haciendo círculo y pone en el centro la salsa.

# **Chuletas de ternera medio glasa**

**6 chuletas que sean gruesas**

**3 cucharadas de aceite**

**1/2 pocillo de caldo o media pastilla**

**2 cucharadas de mantequilla o  
margarina**

**Un vaso de vino blanco**

**2 limones**

**Perejil**

**Sal**

**Pueden**

**freírse**

**las**

chuletas,  
si  
se  
prefiere,  
con  
aceite  
solo,  
sin  
emplear  
mantequilla.

Se pone en la sartén la mitad de la mantequilla y las tres cucharadas de aceite, cuando está bien caliente se ponen tres chuletas sazonadas de sal, se dejan freír sin tocarlas durante siete minutos; pasados éstos se les da vuelta con la paleta o espumadera para no pincharlas, se dejan freír otros siete

minutos, se escurren y se colocan en una fuente previamente calentada. Se repite la misma operación con las otras. (Deben quedar muy doradas).

Se escurre la grasa de la sartén y sin lavarla se echa el vino blanco, éste se pone a hervir hasta que se reduce a la mitad. Se añade entonces el caldo y una cucharada de jugo de la carne, cuando empieza a hervir se retira del fuego y se añade la mantequilla, el perejil picado y el jugo de limón (que será medio vasito), se remueve bien y se vierte sobre las chuletas.

# **Chuletas de cordero a la moderna**

**6 chuletas de cordero**

**50 grs. de queso rallado**

**50 grs. de mantequilla**

**1/2 kilo de patatas**

**2 cebollas**

**2 huevos**

**Un limón**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se eligen unas chuletas de lomo para que sean de buen tamaño, se cortan a razón de dos costillas cada una; se aplanan con el mazo para que queden

bien recortadas. En una sartén se pone aceite y cuando está caliente se espolvorean de sal fina las chuletas y se fríen. Bien fritas se les escurre el aceite y se reservan.

Se ponen a cocer las patatas mondadas y las cebollas, cortadas a pedazos. Cuando están tiernas se escurren del agua, se secan unos minutos en la entrada del horno y se pasan por el pasador antes que se enfríen.

El puré obtenido se mezcla con la mitad de la mantequilla, una yema y sal. Se colocan en una besuguera las chuletas. Se reparte el puré en las seis chuletas, poniendo un montoncito sobre cada una: con un cuchillo humedecido (para que

no se pegue) se extiende sobre la chuleta y se alisa, dándole la misma forma. Se pintan con huevo batido, se espolvorean con el queso, se rocían con el resto de la mantequilla derretida y se meten en el horno muy fuerte hasta que estén doradas, entonces se sacan y se colocan en una fuente. Se adornan con rodajas de limón y ramas de perejil.

## **Chuletas de cordero empanadas con salsa verde**

**12 chuletas buen tamaño**

**Un huevo duro**

**Una cucharada de cebolla picada**

**Una rama de perejil**

**2 huevos crudos**

**150 grs. de pan molido**

**50 grs. de harina**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Aceite / Ajo**

Se preparan las chuletas, limpiando el hueso y dejando al descubierto unos tres centímetros; se aplastan un poco y se igualan. Se sazonan de ajo y sal y se pasan por harina, a continuación por huevo batido y, por último, por pan rallado, dejándolas bien empanadas. Se fríen en una sartén con el aceite caliente,



hasta que queden doradas.

Ya fritas se cuele el aceite de freirías y se dora la cebolla picada; se echa media cucharada de harina, un diente de ajo machacado con bastante perejil y la yema del huevo cocido, desleído con el vino blanco; se sazona de sal y se deja unos minutos. Se colocan las chuletas en la fuente haciendo círculo. En el centro se pone la salsa salpicada con la clara del huevo picada; se puede poner otro huevo cocido picado si se quiere. Sobre cada chuleta se pone una rodaja de limón con una ramita de perejil.

# Chuletas de cerdo con bechamel

**6 chuletas**

**3 cucharadas de harina**

**3/4 litro de leche**

**Una cucharada de mantequilla**

**Pan molido (abundante)**

**Aceite**

**Ajo**

Se sazonan las chuletas con ajo machacado y se dejan reposar media hora; mientras tanto, con la mantequilla, la leche y la harina se prepara una bechamel, se cuece hasta que quede bastante espesa. (Véase fórmula).

Se sazonan de sal las chuletas y se fríen

reservándolas al calor. Cuando la bechamel está espesa, se separa del fuego y se rebozan las chuletas, procurando que queden bien envueltas, inmediatamente se pasan por abundante pan molido cubriéndolas bien, renovando el pan cada vez que éste se humedezca, se va colocando en un plato y se dejan enfriar completamente. Se fríen hasta dejarlas doradas y se sirven.

## **Pierna de cordero al horno**

**Una pierna de kilo y medio**

**Un vaso de vino blanco**

**Un limón**

**Ajos**

**Aceite**

**Sal**

Se

puede

preparar

de

la

misma

manera

el

brazo

de

cerdo.

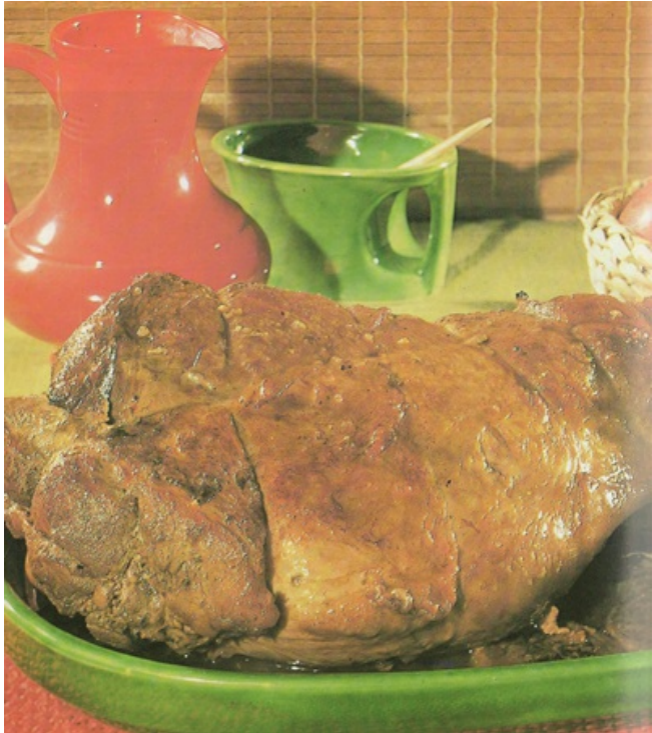
La pierna de cerdo, para que resulte buena, no debe ser de un animal recién

muerto; por tanto, para mayor seguridad, se adquirirá dos días antes y se conservará en sitio fresco (no en nevera). Para que resulte tierna y jugosa debe estar bien cubierta de sebo. Ha de ser corta y gruesa. Las largas son más duras. Antes de asarla se golpea con un machete puesto de plano para romperle las fibras y ponerla más tierna. Para asarla se dejará perfectamente limpia de sebo y se le recortará el hueso saliente. El peso aproximado será de kilo y medio.

Una vez limpia la pierna del sebo que pudiera tener se golpea y se le hacen unos agujeros con la punta del cuchillo por diversas partes, introduciendo en

cada uno de ellos un trozo de ajo. A continuación se frota toda ella con ajo muy machacado y se deja en reposo durante una hora. Pasado ese tiempo se limpia con un paño y se sazona de sal, se rocía con limón y se coloca en un larguero refractario o besuguera, se vierte por encima de ella aceite hirviendo, se pone alrededor un vaso de agua y se mete a horno suave al principio, aumentando el calor cuando empieza a ponerse tierna, procurando que quede bien dorada, se le va dando vuelta para que dore por todos los lados. A media cocción se rocía con vino blanco. De vez en cuando se riega con el jugo que suelta y se le pone un

chorro de limón. El tiempo de cocción depende de la calidad de la pierna. Se notará que está cocida cuando al pincharla no ofrece resistencia y cuando se desprende la carne del hueso.





# **Cordero al chilindrón**

**1 1/2 kilo de cordero**

**1/2 lata de tomate o el equivalente del tiempo**

**1/4 kilo de zanahorias**

**Un vaso de vino blanco**

**100 grs. de jamón**

**1/2 lata de pimientos o uno del tiempo**

**Una lata de guisantes**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Puede

ponerse,

si

se

quiere,  
un  
poco  
de  
guindilla.

Se escoge el cordero de la parte delantera, se parte en trozos regulares, se sazona de ajo y se deja en reposo durante media hora. Pasado ese tiempo se pone aceite en una sartén, cuando está caliente se rehoga el jamón cortado en trozos grandes y se colocan en una cazuela de barro (pueden ponerse en una tartera de no disponer de cazuela). En el mismo aceite se rehogan los trozos de cordero hasta dejarlos dorados sazonados de sal y se van colocando con

el jamón. Cuando están todos rehogados se añaden las zanahorias cortadas en rodajas, el tomate bien deshecho, los pimientos cortados en trozos y el aceite de freírlo hirviendo y colado. Se agrega un diente de ajo con perejil machacado en el mortero y desleído con el vino blanco, se sazona de sal, se tapa y se deja cocer fuertemente, sacudiendo con frecuencia la cazuela para que no se agarre al fondo. De vez en cuando se destapa para removerlo, cuidando de que las gotas de vapor acumuladas en la tapadera caigan sobre la carne. A media cocción se añaden los guisantes escurridos. Se sirve en un larguero, colocando en el centro la carne y

alrededor los demás ingredientes con la salsa. Si ésta tuviera mucha grasa se le quita ésta con una cuchara.

## **Pierna de cordero rellena**

**Una pierna de cordero de un kilo**  
**150 grs. de carne de ternera picada**  
**200 grs. de carne de cerdo picada**  
**50 grs. de jamón**  
**Un huevo**  
**10 cebollitas**  
**1/4 kilo de zanahorias**  
**Una cucharada de miga de pan**  
**Un vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**2 cucharadas de leche**

**Aceite**

**Una cucharadita de maicena**

Se escoge una pierna como se ha explicado para *Pierna asada al horno*. Se limpia de sebo, se abre y se deshuesa, dejándole únicamente el hueso de mango. Ya deshuesada y abierta se sazona de ajo machacado y se deja reposar una hora. Se mezcla la carne picada, se sazona con ajo machacado y se le añade el jamón cortado en cuadros; el pan se pone a remojar con la leche y se junta bien exprimido con todo el relleno. Por último se agrega el huevo

batido.

Transcurrido el tiempo de reposo de la pierna se espolvorea la parte abierta de sal y se rellena con la mezcla preparada, se enrolla y se cose, atándola bien para darle la forma primitiva.

A continuación se sazona de ajo y se deja así por espacio de una hora. Pasado ese tiempo se le pone la sal y se rehoga en una tartera con aceite bien caliente. Cuando está dorada se rocía con el vino blanco y se le añaden las zanahorias cortadas en rodajas, se tapa y se deja cocer lentamente.

A las cebollitas se les quita la primera capa, todas preparadas se escaldan en agua hirviendo, se escurren y se rehogan

también hasta que estén doradas.

A media cocción de la pierna se añaden éstas, se agrega un poco de agua y se rectifica de sal, se vuelve a tapar y se deja cocer todo junto hasta el final.

Ya tierna la carne, se saca en una fuente y se deja enfriar. Se separan de la salsa las cebollas y las zanahorias, se desgrasa la salsa y se liga con una cucharadita de maicena y se reserva.

Se trincha la carne en lonchas de un centímetro de grueso, se vuelve a colocar en su forma primitiva y se pone en una fuente, alrededor se colocan las cebollas y zanahorias, se echan unas cucharadas de salsa en la fuente y el resto se sirve en una salsera, bien

caliente.

# **Pierna de cordero mechada**

**Una pierna de cordero de 1 1/2 kilo**

**1/2 lata de pimientos**

**Un vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**50 grs. de tocino ahumado**

**50 grs. de jamón**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Sal**



Se escoge una pierna como para «asar en el horno». Se limpia de sebo y se le quita el hueso, como la anterior, se ata para darle la forma primitiva. Con la aguja de mechar se introducen tiras de tocino, jamón y pimientos, alternando. Se sazona bien de ajo machacado y se deja en reposo durante una hora. Pasado ese tiempo se le pone la sal suficiente y se dora en aceite bien caliente por todos los lados. Cuando está dorada se le añade la cebolla en trozos, ajo, perejil y el vino blanco, dejándola cocer lentamente hasta que esté tierna. Ya en su punto, se deja enfriar y se trincha en lonchas de un centímetro, colocándolas

en una fuente con su forma. Se pasa la salsa por el pasador y se vierte sobre la carne bien caliente, se sirve adornada con lechuga y pimientos.

## **Lechazo al horno**

**1/2 lechazo**

**Un limón**

**Ajos**

**Aceite**

**Un vaso de vino blanco**

**Sal**

Se le dan unos cortes al lechazo. Con la punta del cuchillo se le hace unos cortes

en diversas partes, introduciendo en cada uno de ellos un trozo de ajo. A continuación se frota bien con ajo muy machacado, dejándolo en reposo durante una hora. Pasado ese tiempo se limpia con un paño para quitarle todo el ajo sobrante, se sazona de sal, se riega con jugo de limón y se coloca en un larguero refractario o besuguera, se rocía de aceite, se le añade un vaso de agua alrededor y se pone a horno moderado, al principio, aumentando la temperatura a medida que vaya estando tierno. Se riega de vez en cuando con el jugo que suelta. Cuando empieza a ponerse dorado, se rocía con el vino. Si, al terminar la cocción, no estuviera bien

dorado, se pone el horno más fuerte para que quede bien tostado. Para servirlo se corta en trozos, se calienta un larguero y se pone en él un poco de jugo, sobre éste se colocan los trozos de lechazo y alrededor lechuga.

## **Lomo de cerdo asado**

Se  
puede  
preparar  
sobre  
la  
chapa  
en

una  
tartera  
agregando  
unos  
trozos  
de  
cebolla.

Se escoge un trozo de lomo que no tenga demasiado gordo. Antes de ponerlo a asar se sazona de ajo machacado y se deja reposar durante una hora. Pasado ese tiempo se limpia con un paño, se unta con manteca de cerdo, se sazona de sal y se coloca en una fuente refractaria, se pone en el horno añadiendo un chorro de agua alrededor para que no se queme la grasa. Se dora por completo. Para eso

se le da vuelta y se riega de vez en cuando con su grasa; necesita una hora de cocción por kilo de lomo. Una vez asado se deja reposar fuera del horno diez minutos; se sirve trinchado en lonchas delgadas y adornado con lechuga o patatas fritas.

## **Lomo de cerdo con patatitas nuevas**

**Un kilo de lomo de cerdo**

**50 grs. de manteca de cerdo**

**Un poco de vino blanco**

**Un kilo de patatas**

## **2 dientes de ajo / Perejil**

Se dan unos cortes al lomo y se introduce en cada corte unos trozos de ajo, se sazona de sal y se pone a asar al horno, untado con la manteca, en una besuguera, dejándolo dorar por todos los lados, dándole para ello la vuelta de vez en cuando. Cuando está bien dorado se retira del horno y se aparta en un plato. A la grasa de asarlo se agregan las patatas peladas, se remueve para que queden bien envueltas de grasa. Se vuelve a poner el lomo en la besuguera con las patatas y se introduce nuevamente en el horno hasta que se termina de asar. Tarda aproximadamente

una hora. Cuando empiezan las patatas a dorarse se mueven para que cuezan por igual, ya en su punto se trincha el lomo y se coloca en una fuente con las patatas alrededor. Se desengrasa un poco la salsa y se le agrega medio vaso de vino blanco, se deja hervir unos minutos y se vierte sobre el lomo. Se espolvorean las patatas con perejil muy picado alrededor del lomo; en la besuguera se pone, al tiempo de meterlo en el horno, un vaso de agua.

## **Lomo de cerdo con**



# leche

**Un kilo de lomo**

**Un litro de leche**

**Sal**

Se limpia el lomo perfectamente de gordo y se pone éste a derretir. La grasa obtenida se pone en una cacerola con el lomo y éste se rehoga con esta grasa hasta dejarlo bien dorado. Se vierte entonces sobre él leche, se sazona de sal y se cuece muy lentamente para que esté tierno, dándole de vez en cuando vuelta para que no se agarre. Si la salsa, cuando ya está a punto para retirarla del fuego, no está bastante reducida se pasa el lomo a un plato y se cuece más la

leche, removiéndola mucho para que no se agarre. Se sirve trinchado en lonchas finas y con la salsa (pasada o no) alrededor.

## **Ragut de cordero**

**Un kilo de carne de cordero**

**50 grs. de tocino**

**Un vaso de vino blanco**

**1/2 hoja de laurel**

**1 1/2 kilo de patatas pequeñas**

**Una cebolla**

**Una cucharada de harina**

**1/4 kilo de zanahorias**

**Aceite**

**Ajo**  
**Perejil**  
**Sal**

Se corta en trozos regulares el cordero, se sazona con ajo y se deja reposar media hora. En aceite caliente se saltea el tocino cortado en cuadros, y cuando hayan tomado color se retiran con la espumadera y se reservan en un plato. Se rehogan en la grasa los trozos de cordero hasta dejarlos dorados y se van echando en una cacerola en la que habrá puesto la zanahoria en rodajas. En la grasa sobrante de freír el cordero se rehoga la cebolla y se incorpora al cordero, se agrega un diente de ajo machacado en el mortero con un poco de

perejil y el vino blanco. Se tapa y se deja cocer moderadamente.

Se sazonan las patatas de ajo, y cuando el cordero vaya estando tierno se agregan éstas rehogadas en la sartén y un poco de laurel. En la misma sartén se rehoga la harina y una vez dorada se le añade un poco de agua, se deja hervir un poco y se añade a la cazuela, se sazona de sal y se cubre de agua, dejándolo hervir hasta que esté todo tierno.

## **Ragut (otra fórmula)**

**3/4 kilo de ternera**

**Un kilo de patatas pequeñas**

**Una lata de tomate**

**Ajo / Perejil / 1/2 cebolla**

**Un octavo de lata de pimientos**

**1/4 kilo de guisantes desgranados o  
una lata**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/2 vaso de vino blanco**

**1/2 hoja de laurel**

**Aceite / Sal**

Se corta en trozos la carne, se sazona de ajo y se deja reposar un cuarto de hora. Seguidamente se dora en aceite caliente, una vez dorado se le agrega la cebolla picada, un diente de ajo, una rama de perejil, el tomate, el laurel, el vino blanco y las zanahorias partidas en cuadros. Se deja cocer despacio. A

media cocción se le agrega un pimiento picado. Cuando la carne está tierna se agregan las patatas sazonadas con ajo y rehogadas en la sartén y los guisantes ya cocidos; si son del tiempo, con el caldo de cocerlos, y escurridos, si son de lata. Se cubre todo con agua suficiente, se sazona de sal y se deja cocer despacio hasta que todo esté tierno. Se sirve adornado con pimientos.

## **Rosbif asado**

Rosbif es un trozo de lomo alto de

ternera. Se prepara deshuesando un trozo de chuletas. El rosbif se ata para asarlo como el solomillo, y si ha de conservarse uno o dos días se untará todo con aceite fino para que no se seque. Debe quedar muy dorado, pero no muy pasado por dentro, pues debe brotar la sangre al pincharlo, aunque esto va en gustos; si se quiere muy pasado se asa más tiempo dándole el punto de cocción que se desee. Se tiene un rosbif tierno. Para que resulte jugoso no debe pesar menos de dos kilos. Se ata y se sazona de ajo machacado y se deja en reposo durante un cuarto de hora, pasada ésta se limpia con un paño y se unta con un poco de mantequilla

colocándolo en un larguero refractario (también puede untarse si gusta más con manteca de cerdo), a continuación se pone aceite en la sartén y se fríen unos ajos, cuando están dorados se separa y se vierte el aceite hirviendo sobre el rosbif. Se sazona de sal, se mete a horno fuerte. Se ponen en el larguero unas cuatro cucharadas de agua. El horno debe conservarse mientras se esté asando muy fuerte para que se forme corteza en seguida y ésta impida que salga el jugo. Una vez asado se le quita el hilo, se deja reposar unos minutos, se corta en rodajas delgadas y se coloca en una fuente calentada. El jugo se desengrasa bien y se vierte un poco en la



fuelle, el resto se echa en la salsaera calentada. Alrededor se puede poner ensalada de escarola o bien montoncitos de puré. El puré se prepara como en el *Puré Duquesa* (véase fórmula).

## Lacón cocido

**Un lacón salado**

**Un kilo de patatas medianas**

**3 ajos puerros**

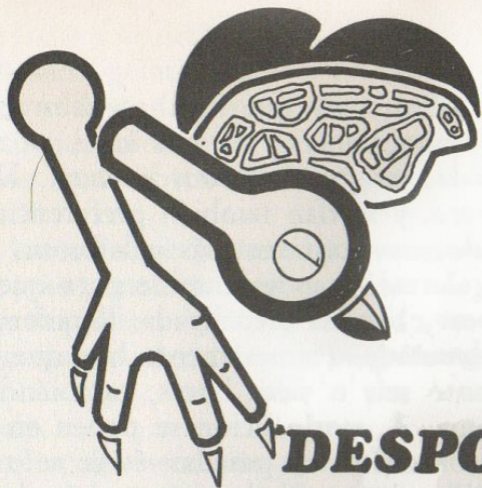
**Unas hojas de verdura**

Se le quitan los pelos, chamuscándolos con un hierro puesto al rojo, se pone en

remojo, toda la noche, en abundante agua fría. A la mañana siguiente se saca del agua y se pone a cocer en agua hirviendo con los puerros, sin quitarles la rama, las hojas de verdura enteras y las patatas con la piel, una vez lavadas. Cuando las patatas están cocidas se retiran y se sigue cociendo el lacón hasta que esté tierno (unas tres horas), entonces se saca, se cortan en rodajas grandes sirviéndolas con el lacón. Antes de servir las se calientan en el caldo de la cocción del lacón.

# **Salchichas cocidas**

Se ponen las salchichas en una fuente refractaria, se pinchan, se les agrega un vaso de vino blanco y se meten a horno hasta que empiecen a dorarse. Se sirven.



**DESPOJOS**

# Callos

Los callos, para que resulten sabrosos, no deben prepararse nunca menos de dos kilos (si se ponen en menos cantidad no resultan tan buenos). Los mejores son los de vaca, y se dan también preferencia a las manos o patas de vaca, por ser más gelatinosas que las de ternera. La gelatina es indispensable para que los callos resulten suaves y la salsa bien ligada. Requieren éstos una limpieza esmerada. Primeramente hay

que tenerlos en remojo durante seis o siete horas, cambiándoles con frecuencia el agua. A continuación se ponen en agua y vinagre durante dos horas; pasadas éstas se raspan bien con un cuchillo poco afilado, hasta quitarles toda la baba; se vuelven a lavar, frotándolos con un cepillo de cocina, hasta que no quede nada de suciedad en ellos. Conseguido esto se vuelven a lavar y aclarar en muchas aguas, hasta que queden perfectamente limpios. Generalmente, se adquieren ya limpios; conviene, no obstante, limpiarlos, hasta dejarlos dispuestos para cocerlos. En este caso se ponen a remojo en agua con unas tajadas de limón durante tres o

cuatro horas; a continuación, se les quita toda la suciedad verdosa que pudiera haberles quedado y se aclaran en varias aguas.

Ya limpios los callos se cortan en trozos regulares y se ponen en una cacerola proporcionada a la cantidad, cubiertos de agua fría. Se acercan al fuego y cuando rompe el hervor se cuecen a fuerte ebullición durante cinco minutos. Pasados éstos se retiran con una espumadera del agua y bien escurridos se vuelven a poner en la cacerola con agua fría, añadiéndoles un diente grande de ajo, una cebolla cortada en trozos grandes, un puñado de perejil y sal; se acercan al fuego y se cuecen hasta que

estén tiernos. Necesitan por lo menos cuatro o cinco horas. Conviene, por tanto, cocerlos la víspera.

## **Callos a la asturiana**

**2 kilos de callos**

**Una pata de vaca o dos de ternera**

**Un morro de ternera**

**2 manos de cerdo**

**Un vaso de vino blanco**

**Una cebolla**

**200 grs. de jamón**

**2 nueces del tiempo (pueden suprimirse)**

**Una rodaja de pan**

**2 dientes de ajo**



**Una cucharada de pimentón**

**Un trozo de laurel**

**Perejil**

**Guindilla (a gusto)**

**Aceite**

**Sal**

Se

puede

cocer,

si

se

desea,

un

poco

de

chorizo,

aunque

resultan

más

finos

sin

él.  
El  
morro  
se  
puede  
suprimir.

Se limpian y cuecen los callos como se ha explicado.

Se limpia la pata de vaca, el morro y las manos de cerdo como se ha explicado. (Véase manera de hacerlo en sus correspondientes fórmulas).

Limpios estos ingredientes se cuecen en poca agua para que el caldo resulte más gelatinoso. Una vez cocidos se separan del caldo y se dejan enfriar. (El caldo de cocerlos se reserva). Éste es

imprescindible para que los callos resulten suaves y la salsa gelatinosa.

Una vez cocidos los callos se separan con una espumadera del caldo, escurriéndolos bien y se dejan enfriar. (El caldo de cocerlos no se aprovecha; tampoco se aprovecha el del morro).

Cuando están fríos los callos se pican muy menudos (mejor con una tijera) y se ponen en una cacerola.

Se pican igualmente las patas, manos y morro y se agregan a los callos, agregando algún hueso pequeño de las manos de cerdo.

Todo junto se mezcla.

En una sartén con el aceite necesario se fríe la rebanada de pan y los ajos,

cuando todo está dorado se retira y se reserva. A continuación se fríe en el aceite la cebolla muy fina (lentamente), la guindilla y el laurel. Cuando la cebolla empieza a ponerse tierna se agrega el jamón en cuadros pequeños, se deja freír muy despacio, seguidamente se añade una cucharada bien colmada de pimentón, de buena clase (los callos deben estar muy colorados), se remueve cuidando que no se queme.

En el mortero se machacan los ajos fritos, el pan con las dos nueces, y una rama de perejil, se deslíe con el vino blanco, se agrega a la salsa y se deja hervir. Ésta se vierte sobre los callos, se remueven para mezclarlos y se agrega la

gelatina de patas y manos de cerdo (si fuera mucha cantidad no se pone toda, lo que queda se reserva para ir agregándolo si fuera necesario), se sazona de sal, se acercan al fuego y se cuecen lentamente hasta que todo está muy unido. (Cuando más tiempo, mejor). Necesitan por lo menos unas tres horas. A menudo se remueven para que no se agarren (esto ocurre con facilidad). No deben quedar muy secos. Si queda gelatina se va agregando cuando lo necesiten, de no disponer de ella se les agrega un poco de agua. Antes de retirarlos del fuego se comprueban de sal.

# **Callos a la madrileña**

**2 kilos de callos**

**Una pata de vaca o ternera**

**Una mano de cerdo**

**Un morro de ternera**

**200 grs. de chorizo de buena calidad**

**150 grs. de jamón**

**Una rebanada de pan molido**

**Una pastilla de caldo concentrado**

**250 grs. de lomo de cerdo (fresco)**

**Una cucharada de pimentón**

**2 cebollas**

**3 dientes de ajo**

**Un trozo de laurel**

**Unas ramas de perejil**

**Un vaso de vino blanco**

**Sal**

Se limpian y cuecen los callos como se ha explicado.

Se limpian y cuecen patas, morro y manos de cerdo (véase manera de hacerlo en sus respectivas fórmulas), listos ingredientes se cuecen en poca agua para que el caldo resulte más gelatinoso.

Cuando los callos están cocidos se separan del caldo, se escurren y se dejan enfriar. (El caldo de cocerlos no se aprovecha).

Las patas, manos y morro, cuando están cocidos, se separan del caldo y se dejan enfriar. (El caldo se reserva). En una sartén con el aceite necesario se fríe la

rebanada de pan con dos ajos, cuando está todo dorado se retira y se reserva, a continuación se fríe en el aceite el lomo de cerdo cortado en trozos muy menudos, ya frito se agrega la cebolla picada muy menuda, la guindilla y el laurel, se deja freír todo lentamente, pasados unos minutos se añade el jamón cortado en cuadros y el chorizo picado (sin piel), se rehoga y se pone una cucharada colmada de pimentón, removiéndolo con cuidado para que no se quemé.

En el mortero se machaca la rebanada de pan frito, los ajos, una rama de perejil y la pastilla de caldo (ésta puede suprimirse), se deslíe con el vino blanco



y se agrega a la salsa, se hierve y se vierte sobre los callos. (Lo demás, léase en *Callos a la asturiana*, y hágase igual).

## Hígado

La  
sal  
mucho  
tiempo  
en  
el  
hígado  
lo  
endurece,

no  
se  
le  
pone,  
por  
tanto,  
hasta  
última  
hora.

Debe darse preferencia siempre al hígado de ternera, por resultar más fino que el de vaca. No debe usarse retrasado. Ha de elegirse, por tanto, lo más fresco posible. Para limpiarlo basta con quitarle una telilla muy fina que lo envuelve.

Para que el hígado resulte tierno debe freírse muy de prisa y con poca grasa. Si

se pone en una salsa no debe hervir con ella, pues en este caso se endurecería.

## **Hígado encebollado**

**3/4 kilo de hígado**

**2 cebollas grandes**

**Una rama de perejil**

**2 dientes de ajo**

**1/2 hoja de laurel, pequeña**

**Un poco de pimentón**

**Aceite**

Se le quita la telilla al hígado y se corta en trozos pequeños. Se sazona con ajo.

En una sartén se pone el aceite

necesario; se fríe la cebolla picada muy menuda, cuidando que no se queme, se le añaden los ajos picados muy menudos, el perejil muy menudo, una pizca de laurel y un poco de pimentón, se sazona de sal y se deja freír lentamente hasta que la cebolla esté muy tierna. Cuando esté en su punto se reserva al calor tapado. Se le pone la sal al hígado y se saltea en un poco de aceite a fuego vivo durante cinco minutos, pasados éstos, se separa del fuego y se le añade la cebolla. Se remueve bien y se sirve en seguida.

# Hígado salteado a la francesa

**750 grs. de hígado**

**75 grs. de mantequilla**

**Una cucharada de harina**

**Unas ramas de perejil**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Un poco de caldo**

**2 dientes de ajo**

**Un limón**

Se corta el hígado en trozos un poco alargados y se sazonan de sal y ajo.

En una sartén se pone la mitad de la mantequilla, cuando está deshecha se añade el hígado y se saltea a fuego vivo durante cinco minutos, pasados éstos se

escurre y se reserva al calor en un plato tapado.

En la misma grasa se pone la cucharada de harina, se deslíe con el vino y un poco de caldo, se le añade una cucharada llena de perejil picado y se cuece durante cuatro minutos, removiéndolo con una cuchara de madera. Pasados éstos se retira, se añade el jugo que haya soltado el hígado, la mantequilla restante y unas gotas de limón, se rectifica de sal, se vierte por encima del hígado y se sirve en seguida.

# Hígado guisado a la española

**750 grs. de hígado**

**1/2 kilo de patatitas pequeñas (a ser posible nuevas)**

**3 cucharadas de vino blanco**

**2 dientes de ajo**

**Una cucharada de harina**

**Un poco de pimentón**

**Aceite**

**Perejil**

**Sal**

En una cazuela al fuego se pone aceite, cuando está bien caliente se ponen las patatas peladas, se rehogan durante unos minutos y se les agrega el pimentón y la

sal, se remueven, se les añade un poco de caldo o agua y se dejan cocer, muy tapadas. En el mortero se machacan los ajos con una rama de perejil, se deslíe con el vino blanco y se agrega a las patatas; deben tener poco caldo. Cuando estén cocidas se deslíe una cucharadita de harina o maicena en un poco de agua y se añade. Cuando vaya a servirse se le pone la sal al hígado cortado en trozos regulares y se fríe a fuego muy vivo durante cinco minutos. Pasados éstos se escurre y se pone en la salsa después de sacar las patatas. Se coloca en una fuente con la salsa y alrededor las patatas.



# Hígado empanado

**750 grs. de hígado**

**2 huevos**

**Pan molido**

**Un diente de ajo**

**Aceite**

Se corta el hígado en filetes alargados y delgados, se sazonan de ajo machacado y sal, se pasan por huevo batido y pan molido y se fríen en aceite caliente, lentamente, hasta que queden bien dorados.

Se sirven calientes adornados con lechuga o rodajas de tomate.

# Lengua de vaca o de ternera

## MANERA DE LIMPIARLA Y DE COCERLA

Se lava perfectamente después de quitarle la parte de arriba, huesos, nervios y gordos; todo esto se reserva para añadirlo al caldo. Se prepara una cazuela con abundante agua (unos tres litros para una lengua de kilo y medio de peso). Cuando el agua está hirviendo se

sumerge la lengua y se cuece durante tres o cuatro minutos contados desde que rompe el hervor nuevamente, pasados éstos se saca del agua, se coloca sobre una tabla y con un cuchillo afilado se le quita la corteza, que es durísima. Ya desprovista por completo de ella se lava nuevamente y se coloca en una cazuela proporcionada con los despojos, una cebolla cortada en rodajas, una rama de perejil, un diente de ajo, un poco de laurel, algún hueso de vaca si se tiene (éstos se tuestan un poco en el horno, de esta manera dan muy buen sabor a la lengua); se cubre de agua, se le añade un vaso de vino blanco, se le pone la sal suficiente y se acerca al fuego sin

taparla hasta que empieza a hervir. Roto el hervor se tapa la cazuela y se deja cocer lentamente durante dos horas y media; según el tamaño se prolongará o disminuirá el tiempo de cocción. Se conoce perfectamente que está cocida cuando se puede atravesar fácilmente con una aguja. No conviene prolongar mucho tiempo la cocción, pues se ablandaría demasiado y pierde sabor. Una vez cocida se adereza según receta.

## REBOZADA

Se deja enfriar después de cocerla como se ha explicado, se corta en rodajas delgadas, pasándolas por huevo batido, envolviéndolas a continuación en pan

rallado. Se fríen en aceite bien caliente. Se van colocando en una fuente y se coloca alrededor lechuga y rodajas de tomate.

## ESTOFADA

**Una lengua de ternera**

**Una cebolla grande**

**3 zanahorias**

**3 dientes de ajo**

**1/2 lata de tomate**

**Una rama de perejil**

**1/2 hoja de laurel**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Aceite**

**Una pizca de pimentón**

Las

zanahorias

y

el  
tomate,  
si  
no  
gustan,  
pueden  
suprimirse.

Se lava y limpia la lengua de la parte de atrás y piltrafas y se pone en agua hirviendo, dejándola cocer durante tres o cuatro minutos, contados desde que rompe el hervor, al cabo de los cuales se saca del agua, se coloca sobre una tabla y se le quita la piel dura con un cuchillo afilado.

Cuando está perfectamente limpia se coloca en una cazuela de tamaño

proporcionado (no ha de ser mayor de lo necesario, pues requiere mayor cantidad de líquido y se alteran las proporciones). Alrededor de ésta se coloca la cebolla picada, los ajos picados, la rama de perejil, el laurel, el tomate aplastado (si fuera del tiempo se pone el equivalente de la lata, se pelan y se cortan en cuadros), las zanahorias cortadas en rodajas gruesas, el aceite necesario (éste de buena calidad), un chorro de vino blanco y una pizca de pimentón, se sazona de sal, se tapa herméticamente y se deja cocer a fuego lento durante tres horas. De vez en cuando se destapa y se le da vuelta, dejando escurrir sobre ella el vapor

acumulado en la tapadera. Cuando está tierna (se comprobará cuando se pueda atravesar fácilmente con el tenedor o cuchillo) se separa del fuego y se deja enfriar fuera de la salsa. Ya fría, se corta en rodajas, se pasa la salsa por el pasador y se vuelve a poner en la tartera; sobre ella se coloca la lengua y se cuece media hora. Se sirve con las zanahorias, éstas se cortan en rodajas más finas y se colocan alrededor.

## RELLENA

**Una lengua de ternera**

**2 huevos duros**

**Una lata pequeña de pimientos**

**100 grs. de jamón**

**Una cebolla**



**2 dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**1/2 vaso de vino blanco**

**1/2 hoja de laurel**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Aceite**

Se lava y se limpia la lengua como se ha explicado anteriormente, una vez limpia se abre por la parte de atrás y se rellena con tiras de huevo cocido, unas tiras de pimientos y tiras de jamón. Se cierran y se cose con un bramante. Seguidamente se sazona con ajo machacado y se deja reposar un rato. Pasados unos minutos (diez aproximadamente) se reboza ligeramente en harina y se dora por ambos lados en aceite bien caliente,

cuidando de que no se quemé. Ya dorada se pasa a una tartera proporcionada a su tamaño. En el aceite de dorarla se fríe la cebolla picada, cuando está frita se le añade un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, desleído todo ello con un chorro de vino blanco, un poco de harina (media cucharada), un poco de agua o caldo y el laurel, se le da un hervor y se vierte sobre la lengua, se sazona de sal, se tapa herméticamente dejándola cocer lentamente durante tres horas. De vez en cuando se destapa para darle vuelta, dejando escurrir sobre ella el vapor que se haya acumulado en la tapadera. Cuando esté tierna se separa de la salsa

y se deja enfriar. Una vez fría se le quita el hilo de coserla y se corta en rodajas finas, éstas se colocan en una fuente calentada. La salsa se pasa por el pasador y se vierte bien caliente sobre ella. Alrededor se colocan los guisantes, que se habían cocido unos minutos con un poco de salsa. Se adorna la fuente con tiras de pimientos.

## **Lengua a la casera**

**Una lengua de ternera**  
**50 grs de jamón magro**  
**1/2 kilo de patatas**

**Una lata pequeña de pimientos**

**Una lata pequeña de tomate**

**Un poco de pimentón**

**Un chorro de vino blanco**

**Aceite**

**Sal**

**Ajo**

**Perejil**

**Un poco de laurel**

Se limpia y cuece la lengua (véase modo en *Lengua de vaca o de ternera*).

Una vez cocida se deja enfriar y se corta en rodajas. Éstas se pasan ligeramente por harina y se fríen en aceite bien caliente. Se van colocando en una tartera. Una vez fritas se añaden los pimientos, el tomate, el ajo picado, el perejil y el laurel (no se le pone

cebolla). Se pica el jamón en trocitos pequeños y se colocan por encima. En el aceite de freírla se deshace el pimentón y un poco de vino blanco, se vierte sobre la lengua y bien tapada se deja cocer suavemente durante una hora, procurando que esté bien tierna. Al tiempo de servirla se pasan las tajadas a un larguero, se les vierte la salsa por encima y se adorna la fuente con patatas redondas fritas. Antes de retirarla del fuego se rectifica de sal.

## **Lengua con**

# macarrones a la italiana

**Una lengua**

**1/4 kilo de macarrones**

**75 grs. de mantequilla**

**100 grs. de queso rallado**

**1/2 kilo de tomates o una lata grande**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Se cuece la lengua como se ha explicado en *Lengua de vaca o de ternera*.

Con el tomate se prepara una salsa cociéndola hasta que quede muy espesa, dándole vueltas a medida que está

espesando para que no se agarre. Se sazona de sal.

Se cortan en trozos de tres o cuatro centímetros los macarrones y se echan en una cazuela con agua hirviendo sal y una cucharada de aceite, cuando rompe el hervor se tapan y se dejan cocer lentamente durante media hora. Debe procurarse que se conserven enteros; ya cocidos se escurren y se vuelve a poner la cazuela al fuego para que se sequen un poco. Seguidamente se les agrega la salsa de tomate y el queso, sacudiendo la cazuela para ligarlos. Por último se les pone la mantequilla en trocitos. Se rectifican de sal y se conservan al calor sin cocerlos más.

Cuando la lengua está cocida se deja enfriar fuera del caldo y se corta en rodajas. Éstas se colocan en una fuente calentada y se conservan al calor.

Se cuele el caldo y se deja hervir nuevamente hasta dejarlo reducido a la cantidad de cuarto litro. Conseguido esto se deslíe una cucharadita de maicena en un poco de caldo frío y se añade al resto del caldo, dejándolo hervir durante unos minutos.

Se colocan los macarrones alrededor de la lengua y se rocía ésta con unas cucharadas de caldo. El resto se pone en una salsera y se sirve aparte.



# Lengua a la romana

**Una lengua de ternera**

**2 huevos**

**Un poco de harina**

**2 cebollas**

**Una lata de guisantes**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Una cucharadita de harina**

**50 grs. de jamón**

**Una hoja de laurel**

**Un hueso de vaca o de ternera**

**Una lata de guisantes**

**Aceite**

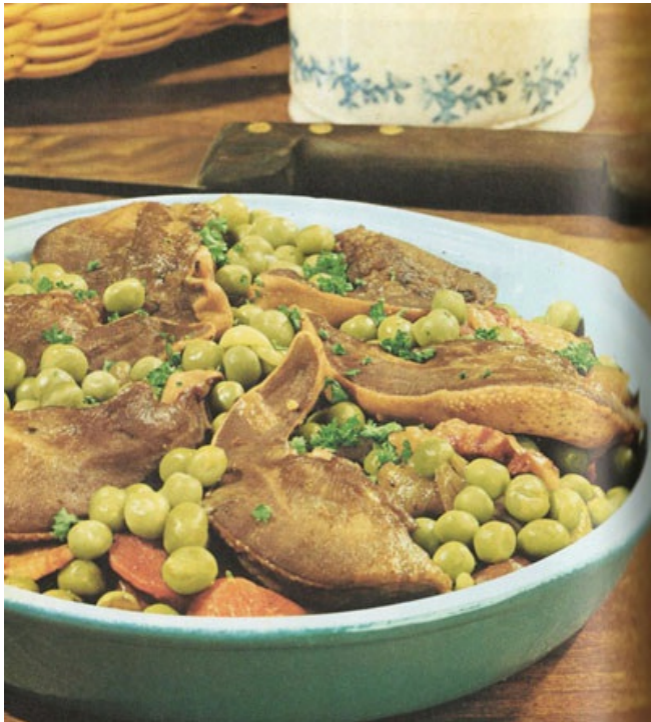
**Azafrán**

**Sal**

Se limpia y cuece la lengua como se ha explicado (ver *Lengua de vaca o de*

*ternera*). Una vez cocida y fría se corta en rodajas finas, se envuelven ligeramente en harina, sacudiéndolas para evitar que lleven exceso de ésta, y se rebozan en huevo, friéndolas en aceite caliente. A medida que se van friendo se colocan en una tartera. En el aceite de freírla, después de colarlo, se fríe una cebolla picada, cuando está tierna se le añade una cucharadita de harina y se rehoga un poco. Se machaca en el mortero un diente de ajo con una rama de perejil. Se deslíe con el vino blanco y se añade a la cebolla, agregando también el pocillo de caldo de cocerla, que estará preparado con un poco de azafrán. Se le da un hervor, se

le pone la sal y se vierte sobre la lengua, dejándola cocer muy lentamente durante tres cuartos de hora. Pasado ese tiempo se separa, con mucho cuidado de no estropear la lengua, de la salsa, reservándola al calor. Se pasa la salsa por el pasador y en un poco de ésta se rehogan los guisantes. En una fuente se pone un poco de salsa bien caliente, sobre ésta se coloca la lengua. Alrededor de ella se pone el resto de la salsa y los guisantes. Antes de retirarlo del fuego se rectifica de sal.



# Lengua de carnero o cordero

**6 lenguas**

**Una cebolla**

**Una zanahoria**

**Un vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Perejil**

**Laurel**

**Aceite**

**Sal**

Las lenguas de carnero necesitan una cocción previa, siempre la misma, luego se guisan según se desee.

Se ponen las lenguas en remojo, en agua

fresca durante una hora. Pasado ese tiempo se ponen en una cazuela al fuego, con abundante agua fría, cuando rompe el hervor se espuman y se dejan cocer durante diez minutos. A continuación se pasan por agua fría y se despellejan. En una cazuela se pone aceite, cuando está caliente se añade la cebolla picada y la zanahoria, encima se colocan las lenguas, se sazonan de sal y se les añade tres cuartos de litro de agua, un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil y desleído con vino blanco, se dejan cocer lentamente durante dos horas. Pasado ese tiempo se retiran de la salsa y se reservan al calor, se sigue cociendo la salsa hasta que se

reduzca bastante, cuando está reducida a más de la mitad se pasa por el pasador. Se trinchan las lenguas por el medio, se colocan en una fuente calentada y se les vierte por encima la salsa.

## **Lenguas de cordero o carnero empanadas**

Una vez cocidas y limpias como se ha explicado anteriormente se cortan a lo largo, se pasan por huevo batido, se embadurnan de pan rallado, en el que se

habrá picado un poco de perejil, y se fríen en aceite.

Se pueden servir adornadas con lechuga y rodajas de tomate.

## **Manos o patas de vaca y ternera**

Se lavan muy bien quitándoles todos los pelos (no debe quedar ninguno), se ponen a remojar en agua fresca durante dos horas. Seguidamente se parten a lo largo con un cuchillo afilado. Se atan



con unas vueltas de bramante para que no se deshagan al cocer. De esta manera preparadas se ponen en una cazuela al fuego con abundante agua fría y se dejan cocer durante cinco minutos. Pasado ese tiempo se escurren y se pasan por agua fría para dejarlas perfectamente limpias. Para cocerlas se ponen en una cazuela limpia, se les echa agua fría hasta cubrirlas bien, se sazonan con sal suficiente y se acercan al fuego. Cuando rompe el hervor se espuman, se tapan y se dejan cocer lentamente hasta que estén tiernas y puedan deshuesarse fácilmente. Aproximadamente tardan tres horas en cocerse. Ya cocidas se les quitan los hilos, se deshuesan y se

guisan según lo indique la receta.

# **Mano o patas de ternera rebozadas**

**3 manos de ternera**

**8 cucharadas colmadas de harina**

**Un quinto de cerveza**

**2 huevos**

**Un limón**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Una vez cocidas las manos o patas, según se ha explicado, se dejan enfriar y

se les quita los hilos deshuesándolas a continuación. Se cortan en trozos regulares y se colocan en un plato rociándolas con unas gotas de limón y espolvoreándolas con perejil picado. Se dejan así durante un cuarto de hora.

En un recipiente se pone la harina, las yemas y la cerveza, se sazona de sal y se mezcla bien hasta conseguir una pasta un poco espesa; a ésta se le añaden las claras batidas a punto de nieve. En esta masa se van rebozando los trozos y se fríen en aceite abundante y bien caliente. Se puede poner más harina, si la masa lo necesita.

# **Manos o patas de ternera a la vizcaína**

**2 manos o patas**

**125 grs. de jamón**

**125 grs. de chorizo**

**Una cebolla**

**3 tomates del tiempo o de lata**

**Un pimiento**

**Una cucharada de harina**

**Perejil / Aceite / Sal**

Se cuecen las manos o patas como se ha explicado; ya cocidas se dejan enfriar fuera del agua, se deshuesan después de haber quitado los hilos y se cortan en trozos regulares, colocándolos en una

cazuela de barro. En una sartén con aceite caliente se fríe la cebolla muy menuda, cuando está frita se le añade el jamón cortado en trozos pequeños, el chorizo cortado en rodajas, los tomates y el pimiento también en trozos pequeños, se deja hacer todo junto. En un poco de caldo de cocerlas se deslíe una cucharada de harina y se agrega a la salsa, se rehoga todo y se vierte por encima de las patas sazonándolas de sal, puede ponerse si gusta un poco de guindilla, se deja cocer tapado durante una hora. Al tiempo de servir las se espolvorea la fuente con perejil picado.

# **Manos o patas de ternera estofadas**

**3 manos o patas de ternera**

**Una cebolla**

**Un diente de ajo**

**Un chorro de vino blanco**

**Una rama de perejil**

**1/2 hoja de laurel**

**1/2 cucharada de harina**

**Un poco de pimentón**

**Aceite**

**Sal**

Se limpian y cuecen las manos o patas como se ha explicado. Una vez frías se les quita los hilos y los huesos y se

cortan en trozos regulares, que se van colocando en una cazuela (ésta puede ser de barro). A continuación se les añade la cebolla picada, el ajo, perejil, laurel, un poco de pimentón y un chorro de vino blanco. En un poco de caldo de cocerlas se deslíe media cucharada de harina y se agrega todo al conjunto. Se riegan por encima con un poco de aceite crudo, se rectifican de sal y se cuecen lentamente, procurando que estén bien tapadas, durante una hora. Pueden ponérseles si se desea un poco de guindilla. Se sirven muy calientes.

# Manos o patitas de cordero

Generalmente éstas se adquieren ya limpias; sin embargo, suele quedarles algo de piel pegada entre las pezuñas. Es necesario entonces pasarlas por una llama de alcohol para quitárselo. No deben nunca chamuscarse con un papel encendido porque se ahúman. Aunque parezca que están muy limpias conviene escaldarlas. Para esto se colocan en una cazuela y se cubren de agua fría, se acercan al fuego y se hierven durante cinco minutos, contados a partir desde que rompe el hervor; pasado el tiempo



se escurren y se pasan por agua fría, se dejan escurrir de nuevo y se guisan según se desee.

# **Manos de cordero rebozadas**

**12 manos de cordero**

**3 huevos / Sal**

**Un poco de harina**

**Aceite**

Una vez limpias como se ha explicado se ponen en una cazuela con agua fría, agregándoles trozos de cebolla, un

diente de ajo, una rama de perejil y la sal necesaria. Cuando rompe el hervor se introducen las manos de cordero y, al volver a romper el hervor, se tapan dejando una abertura para que se escape el vapor. Se cuecen lentamente hasta que estén tiernas; tardan aproximadamente tres horas.

Ya cocidas se escurren y se dejan enfriar, seguidamente se les quitan cuantos huesos se pueda sin estropearlas, se envuelven en harina y seguidamente en huevo batido y se fríen en abundante aceite, se sirven adornadas con perejil y rodajas de limón.

# **Manos de cordero rebozadas y con salsa de tomate**

Se cuecen y rebozan como las anteriores. Se tiene preparada una buena salsa de tomate y se introduce en ella, dejándolas cocer dentro de la salsa durante media hora.

## **Manos de cordero**

# **empanadas**

Después de cocidas y bien escurridas, como se ha explicado, se les quita cuantos huesos se pueda sin que se estropeen, se pasan por huevo batido, se recubren en pan rallado y se fríen.

# **Manos de cordero estofadas**

Se limpian como se ha explicado y se preparan igual que las *Manos o patas de*

*ternera estofadas* (véase fórmula).

## **Manos o patas de cerdo**

Se eligen las manos de adelante, que son las más carnosas. Generalmente se adquieren limpias, pero es necesario rasparlas, ahumarlas y lavarlas en varias aguas. Tardan mucho tiempo en cocerse, por lo menos necesitan unas tres horas. Para cocerlas se cortan por la mitad en todo su largo y se atan con un bramante

para que conserven su forma durante la cocción. Se colocan en una cazuela con abundante agua fría, añadiéndoles un trozo de cebolla, un diente de ajo, un poco de laurel y un chorro de vino blanco, se sazonan de sal, se acercan al fuego y se dejan cocer lentamente durante tres horas, bien tapadas para que no se consuma el caldo; ya cocidas se separan del caldo y se deshuesan cuanto sea posible, aderezándolas a continuación según lo indique la receta.

## **Manos de cerdo**

# **rebozadas**

Después de cocidas como se ha explicado se escurren, se les quita el bramante y cuantos huesos se pueda, se cortan en trozos grandes y se pasan por huevo batido, pan rallado y se fríen. Antes de rebozarlas deben estar muy bien cocidas. Si fuera poco tres horas se cuecen más.

# **Manos de cerdo estofadas**

**6 manos de cerdo**

**2 cebollas**

**2 dientes de ajo**

**Un poco de pimentón**

**Un poco de guindilla**

**Un vaso de vino blanco**

**Una hoja de laurel**

**Aceite**

**Sal**

Se limpian y cuecen como se ha explicado anteriormente. Una vez cocidas se sacan del agua, se les quita el bramante y los huesos largos sin estropearlas (como han de conservarse enteras no importa que quede hueso). Se colocan en una cazuela añadiéndoles una cebolla picada muy menuda, media hoja de laurel, un poco de pimentón, el aceite



suficiente, un poco de caldo de cocerlas. En el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíe con un medio vaso de vino blanco y se vierte sobre el conjunto. Se sacude la cazuela para que se introduzca todo bien, se tapan y se dejan cocer lentamente durante hora y media, o más si lo necesitan. Si se quiere se les pone un poco de guindilla. De vez en cuando se destapan para darles la vuelta y se les agrega, si fuera necesario, caldo de cocerlas. Se sirven muy calientes.

# **Manos de cerdo a la romana**

**4 manos de cerdo**

**3 huevos**

**Una lata de guisantes**

**Una cebolla**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**Aceite**

**Un poco de harina**

**Sal**

Se limpian y cuecen como se ha explicado. Una vez cocidas se sacan del

caldo y se dejan enfriar; ya fritas, se les quitan los huesos y se cortan en trozos regulares. Se pasan por harina y huevo batido y se fríen en aceite bien caliente, con cuidado de que no se queme el huevo; se colocan en una tartera. En el aceite de freirías (colado) se fríe medida cebolla. Cuando está frita se le añade media cucharilla de harina, un diente de ajo machacado en el mortero, con una rama de perejil desleído con medio vaso de vino blanco, un poco de caldo de cocerlas y los guisantes. Se deja hervir un momento y se agrega a la tartera. Se cuece tapado, lentamente, durante media hora, sacudiendo de vez en cuando la tartera para que no se

peguen al fondo y agregando caldo de la cocción.

Se sirve colocando las rodajas en el centro de la fuente y alrededor la salsa con los guisantes.

## **Mollejas de ternera**

Se ponen en remojo en agua fría, cambiándoles el agua cuantas veces sea necesario hasta conseguir que queden perfectamente limpias de sangre. Para que queden blancas es conveniente escaldarlas. Para esto se ponen al fuego

en una cazuela con abundante agua fría; cuando rompe el hervor se espuman y se dejan hervir durante tres minutos, pasados éstos se escurren, se pasan por agua fría y ya se les quitan los pellejos, sebo y nervios que tengan. Seguidamente se colocan sobre una servilleta y se tapan con otra, se pone encima una tabla o plato con peso durante una hora para que tengan buena forma.

## **Mollejas de ternera empanadas**

Se limpian y se prensan como se ha explicado. Poco tiempo antes de servir las se cortan en trozos regulares, se sazonan de sal, se pasan por huevo batido y se envuelven en pan rallado, fríendolas a continuación en aceite bien caliente.

## **Mollejas de ternera a la francesa**

**1/2 kilo de mollejas**

**Una cucharada de mantequilla**

**2 cucharadas de harina**

**Una cebolla**

**1/4 litro de caldo**

**2 yemas**

**Una lata de champiñones**

**Perejil**

**Laurel**

**Aceite**

**Sal**

Se lavan y escaldan las mollejas, como se ha explicado, seguidamente, se escurren y se cortan por la mitad, en sentido horizontal (éstas no necesitan ser prensadas). Se pone en un cazo al fuego la mantequilla, cuando está derretida se agrega la harina y se deja cocer dos minutos, sin que se dore. Se agrega a esto el caldo que estará preparado de antemano, al que se le habrá echado la

sal, se deslíe todo bien y se introducen las mollejas, media cebolla entera y una rama de perejil, dejándolo cocer todo a fuego lento durante tres cuartos de hora. Pasado ese tiempo se retira de la salsa la cebolla y el perejil y se agregan los champiñones (esto debe ser en el momento de servirlos), las dos yemas de huevo, removiéndolo todo bien para ligarlo. Se sirven enseguida.

## **Mollejas de ternera al jerez**



**6 mollejas de ternera de leche**  
**Una cebolla**  
**Una zanahoria**  
**Una copa de buen vino de jerez, seco**  
**Una lata de champiñones**  
**Una cucharada de mantequilla**  
**Una cucharada de harina**  
**6 discos de pan**  
**Aceite**  
**Sal**

Pónganse las mollejas a remojo, en agua fría, durante dos horas, cambiándoles el agua tres veces; pasado ese tiempo se escurren y se ponen a cocer en dos litros de agua fría durante diez minutos, contados a partir desde que rompe el hervor; a continuación, se pasan por agua fría y se les quitan bien nervios y

grasa (no necesitan ser prensadas). En una cazuela con aceite se fríe la cebolla y zanahoria bien picada, colocando encima las mollejas cortadas en trozos regulares, se sazona de sal y se cuecen destapadas en el horno o hasta que estén doradas, sin que turren. Conseguido esto se añade la harina; seguidamente se agrega el jerez y medio pocillo de agua o caldo, se tapan y se cuecen a fuego lento durante hora y media. Las zanahorias se cuecen previamente.

De un trozo de pan desprovisto de corteza se cortan seis discos, se fríen y se colocan en una fuente. Sobre éstos se ponen las mollejas bien escurridas.

Se pasa la salsa por un colador fino y se

le agregan los champiñones cortados en tiras delgadas, se rectifica de sal, se hierven unos cinco minutos y se vierte por encima de las mollejas. Se sirven bien calientes.

## **Mollejas de ternera a la casera**

**750 grs. de mollejas**

**Una cebolla**

**Un poco de pimentón**

**Una rama de perejil**

**Un diente de ajo**

**Un poco de vino blanco**

## Sal

Se lavan y se escaldan las mollejas como se ha explicado. Seguidamente, se escurren y se cortan en trozos regulares (no necesitan ser prensadas).

En una sartén se fríe media cebolla picada muy menuda; cuando está frita se le añade un poco de pimentón; en el mortero se machaca un diente de ajo con una rama de perejil y se deslíe con un poco de vino blanco, esto se agrega a la cebolla, se le da un hervor y se vierte sobre las mollejas, que estarán en una tartera, se les agrega un cucharón de caldo o agua, se sazonan de sal y se cuecen lentamente durante cuarenta

minutos.

## **Morros**

*Manera de limpiarlos y cocerlos para que queden blancos.*

Para limpiarlos se pone en una cazuela abundante agua, cuando esté hirviendo se sumergen los morros y se dejan hervir tres minutos, contados desde que rompe nuevamente el hervor, pasados éstos se sacan y se raspan con un cuchillo hasta dejarlos bien limpios. Se sumergen en el agua hirviendo cuantas veces sea

necesario.

Una vez limpios se ponen en una cazuela bien cubiertos de agua fría, acercándolos al fuego. Cuando rompe el hervor se dejan tres minutos hirviendo fuertemente, pasados éstos se retiran, se escurren y se pasan por agua fría. Seguidamente, se ponen al fuego en una cacerola con abundante agua, a la que se le añaden seis cucharadas de vinagre, dos cucharadas de aceite, medio limón, una rama de perejil, media hoja de laurel y una cebolla picada en trozos; también se puede poner una zanahoria, se sazona de sal, y cuando empieza a hervir se le añaden tres cucharadas de

harina, desleída en un poco de agua fría, se remueven para que no se apeltone y cuando empieza a hervir de nuevo se echan los morros partidos en trozos y frotados con limón, se dejan cocer lentamente hasta que estén tiernos (aproximadamente una hora y media). A continuación se guisan según lo indique la receta. Para cocerlos no se tapan, pues como el agua de cocerlos contiene harina se desbordaría.

## **Morros de ternera**

# estofados

**Un morro**

**Una cebolla / Laurel**

**Un poco de pimentón**

**1/2 vaso de vino blanco**

**1 cucharada de pan molido**

**Aceite / Perejil**

**1 ajo / Guindilla / Sal**

Una vez limpio se cuece como se ha explicado anteriormente. Ya cocido se corta en trozos regulares y se coloca en una cazuela, añadiéndole la cebolla picada, un poco de pimentón, dos cucharadas rasas de pan molido, el laurel, guindilla, un diente de ajo y una rama de perejil, se deslíe con el vino



blanco y se vierte por encima, dejándolo cocer muy lentamente durante dos horas.

# **Morros de ternera en salsa de tomate**

**Un morro**

**1/2 kilo de tomates**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Ajo**

**Una rama de perejil**

**3 huevos**

**Un poco de harina**

**Aceite**

**Sal**

Se limpia y cuece el morro como se ha explicado en la primera receta. Una vez cocido se escurre, y ya frío se corta en trozos regulares, se pasa por harina y huevo batido y se fríe en aceite bien caliente. Se prepara una buena salsa de tomate, a la que se le añade un diente de ajo muy machacado en el mortero, junto con una rama de perejil, se deslíe con el vino blanco y se añade a la salsa, así como dos cucharadas de aceite frito, se deja cocer lentamente hasta que esté espesa y bien hecha. Unos minutos antes de servir se introduce el morro en la salsa caliente y se sirve.

# **Morros a la casera**

**Un morro**

**Una pata de vaca o ternera**

**Una mano de cerdo fresca**

**100 grs. de jamón**

**Un vaso de vino blanco**

**Una rodaja de pan frito**

**Una rama de perejil**

**2 cebollas**

**Una cucharada de pimentón**

**3 dientes de ajo**

**Una nuez fresca**

**1/2 hoja de laurel**

**Guindilla**

**Aceite**

**Sal**

Se limpia y cuece el morro como se ha explicado. La pata de vaca o de ternera y la mano de cerdo se limpian como se ha explicado. Ya limpias se cuecen hasta que estén tiernas y se desprenden fácilmente del hueso. Cuando estén cocidas se separan del caldo (reservando éste) y se dejan enfriar. Una vez cocido el morro se escurre, y cuando está frío se corta en trozos pequeños, colocándolos en una cazuela. Se corta la pata de ternera y la mano de cerdo en trozos pequeños y se añade al morro, así como el caldo de cocer éstas. En el aceite necesario se fríe la cebolla picada muy menuda, a medio freír se le

añade el jamón, cortado en trocitos, la guindilla y media hoja de laurel, se le da unas vueltas y se añade el pimentón con cuidado de que no se quemé.

Se machaca en el mortero un diente de ajo con una rama de perejil, la tostada de pan frito y la nuez, todo bien machacado se deslíe con el vino blanco y se añade el refrito, dejándolo dar un hervor. Se vierte sobre el morro removiéndolo para que quede bien introducido, se sazona de sal y se cuece lentamente durante dos horas, cuidando de que no se agarre al fondo.

# Morro de ternera en salsa roja

Para  
cocerlos  
se  
indica  
en  
MORROS

**2 cebollas blancas**

**8 pimientos choriceros muy carnosos**

**Un poco de harina**

**2 dientes de ajo**

**Una rama de perejil**

**Sal**

Se limpia y cuece el morro como se explica en la primera receta. Mientras se

cuece el morro se prepara la salsa de la siguiente manera: En una cazuela se pone el aceite necesario, cuando está caliente se añaden las cebollas muy picadas, los ajos y el perejil; se deja freír todo muy despacio para que se ponga tierno (sin que se queme), para ello debe removerse a menudo. Cuando esté frito se hace un hueco en la esquina de la cazuela, separando bien la cebolla, y se dora una cucharada de harina; una vez tostada se junta con la cebolla, dándole más vueltas y añadiendo un poco de caldo de cocer el morro, se sazona de sal y se deja cocer lentamente, cuidando de que no se agarre. Se lavan los pimientos, se les quita la simiente y

se ponen en remojo en un recipiente con agua caliente para que ablanden. Ya blandos se sacan del agua y se raspan con una cuchara, procurando aprovechar bien toda la pulpa, que se agrega a la salsa. Se le da un hervor y se pasa por el pasador, apretándolo bien para que pase la cebolla, pues debe quedar la salsa espesa, y, si gusta que pique un poco, se puede añadir un poco de guindilla. Resérvese al calor. Cocido el morro se escurre y se deja enfriar, cortándolo seguidamente en trozos regulares, éstos se colocan en una cazuela de barro, se les vierte la salsa por encima, se rectifica de sal y se sacude la cazuela para que la salsa se mezcle bien,



dejándolo cocer suavemente durante dos horas.

## Riñones

Los riñones deben ser muy frescos. Los mejores son los de ternera y cordero, ya que los de vaca suelen tener un sabor muy fuerte. Para evitar eso deben limpiarse del siguiente modo:

Una vez desprovistos de pellejos, se abren dándoles un corte en sentido horizontal para quitarles bien todo el sebo, se cortan en rodajas muy finas, se

rocían de limón y se dejan en reposo media hora; a continuación, se pone una tartera con agua al fuego, se van colocando en pequeñas cantidades en un colador de agujeros grandes. Éste se sumerge en la cazuela con agua hirviendo, se dejan hervir unos segundos y se vierten sobre una servilleta. Se repite la operación hasta que están escaldados todos los riñones. Se verá cómo toda la suciedad va quedando en el agua, se sacan bien con la servilleta y se guisan. Si el agua se ensucia demasiado se puede cambiar.

# Cazuelitas de riñones

**1/2 kilo de riñones de ternera o cordero**

**Un kilo de patatas**

**3 cucharadas de puré de tomate**

**Una lata de guisantes**

**Una rama de perejil**

**2 huevos**

**50 grs. de mantequilla**

**Una copa de jerez seco**

**Un diente de ajo**

**Aceite**

**1/2 kilo de pan duro**

**Sal**

Una vez quitada la piel a las patatas se cortan en trozos iguales y se cuecen en agua y sal. Ya cocidas se escurren y se

ponen a secar unos minutos en el horno. Seguidamente se pasan por el pasador y se les añade la mantequilla y dos yemas de huevo, removiéndolo bien al lado del fuego, luego se rectifica de sal. Los guisantes se cuecen un poco y se pasan por el pasador (se reservan). El puré conseguido con las patatas se divide en tres partes, a una de ellas se le añaden dos cucharadas de puré de tomate, a la otra parte se le incorporan los guisantes pasados en puré, consiguiendo de esta manera el puré de tres gustos y colores. El pan se corta en forma de discos de unos dos centímetros de grueso. Se preparan seis discos, se le quita la corteza. Estos discos de pan frito se van

colocando en una cazuela de barro. El puré de patata solo se introduce en una manga con boquilla ancha, rizada, formando un cordón alrededor de cada disco de pan, dejando un hueco en el centro. Encima del puré de patata se pone otro cordón de puré con guisantes y sobre éste otro de puré de tomate. Esta operación se repite en los seis discos de pan.

En una sartén se pone un poco de aceite y cuando está bien caliente se saltean a fuego muy vivo los riñones limpios, como se ha explicado, y cortados en trozos pequeños, sazonados de sal y ajo muy picado. Cuando empiezan a tomar color (aproximadamente a los cinco

minutos) se les añade el jerez, seguidamente una cucharada de puré de tomate y se deja cocer rápidamente otros cinco minutos, se rectifica de sal. Si se desea, puede añadirse después del tomate una lata de champiñones cortados en lonchas delgadas, reservando seis cabezas enteras. Estos (los enteros, así como los que están cortados) se cuecen con los riñones, los últimos cinco minutos. Pasados éstos se rellenan las cazuelitas, separando antes las seis cabezas de champiñones enteras que se colocarán una encima de cada cazuelita. Si se prescinde de éstos, se pone en lugar de cada cabeza, para terminar el adorno, una roseta de puré. Se meten

unos instantes al horno.

# **Riñones de ternera salteados con champiñones**

**2 riñones de ternera**

**2 dientes de ajo**

**Una lata de champiñones**

**Una copa de jerez seco**

**Aceite**

**Sal**

Una vez limpios como se explica al principio, se cortan en trozos pequeños

y se sazonan con sal y ajo muy picado. En una sartén se pone un poco de aceite, cuando esté bien caliente se saltean a fuego vivo los riñones, durante cinco minutos. Pasados éstos se les añade una copa de jerez seco y los champiñones cortados en lonchas finas, se saltean otros cinco minutos. Se rectifican de sal y se sirven inmediatamente.

# **Riñones salteados a la española**

**1/2 kilo de riñones**



**1/2 vaso de buen vino blanco**

**Una yema de huevo cocido**

**5 cucharadas de salsa de tomate**

**1/2 cucharadita de pimentón**

**Perejil**

**Aceite**

**Ajo**

**Laurel**

**Sal**

Con tomates frescos o con puré de tomate se hace una salsa espesa, condimentándola con un poco de aceite frito. En el mortero se machaca un diente de ajo, una rama de perejil y la yema de un huevo cocido, todo bien machacado se deslíe con el vino, se añade el pimentón y todo bien desleído se vierte sobre el tomate. Se deja cocer esta salsa

hasta ponerla en buen punto. Conseguido esto se pasa por el pasador, apretando mucho para que quede espesa y fina.

Escójanse los riñones de ternera de leche, mejor aún si son de cordero y después de quitarles grasa y telillas se limpian como se ha explicado al principio. Ya limpios se cortan en trozos pequeños y delgados.

En una sartén se pone un poco de aceite. Cuando está bien caliente se saltean los riñones, ya preparados y sazonados con sal y ajo, se ponen a fuego vivo durante cinco minutos. Pasados éstos se introducen los riñones en la salsa ya preparada, en una cazuela de barro, y se calientan sin que rompan a hervir. Se

sirven espolvoreados de perejil picado.

# **Riñones de ternera al jerez**

**3 riñones de ternera**

**Una cebolla**

**2 dientes de ajo**

**Un vaso de jerez seco**

**Perejil**

**Aceite**

**Una cucharadita de harina**

**Sal**

Se escogen los riñones muy tiernos, se cortan en trozos pequeños y se limpian

como se ha explicado.

Una vez limpios se sazonan de ajo machacado y medio vaso de jerez seco; se reservan tapados durante una hora.

En una sartén con aceite caliente se fríe la cebolla picada con media cucharada de perejil muy fino; se deja freír despacio hasta que la cebolla esté bien tierna. Pasada la media hora se sazonan de sal los riñones y se agregan a la cebolla en su punto, friéndolos muy de prisa durante cinco minutos, al cabo de los cuales se les añade el resto del jerez y una cucharadita de harina, se dejan hervir con todo otros cinco minutos y se sirven enseguida.

# Sesos

Los sesos requieren siempre una limpieza y una cocción previa, cualquiera que sea su guiso.

Primeramente, hay que desangrarlos, para ello se ponen a remojar en agua fresca durante media hora, cambiándoles con frecuencia el agua, según vayan soltando la sangre. A continuación se ponen en agua templada diez minutos y se les quita la telilla que los envuelve, poniéndolos nuevamente a remojar en agua fresca hasta que vayan a cocerse.

Para cocerlos se ponen en una cazuela con agua fría, una cáscara de cebolla, una rama de perejil, un diente de ajo, una cucharada de vino blanco o unas gotas de vinagre. Se acercan al fuego y cuando rompe el hervor se retiran y se dejan cocer muy despacio durante veinte o veinticinco minutos (según sea su tamaño), se escurren y se tapan con un paño hasta el momento de guisarlos para que se conserven blancos. Al cocerlos se sazonan de sal.

## **Sesos huecos**

**Una sedada / Sal**  
**Aceite / Un huevo**  
**4 cucharadas de harina**

Se limpia y cuece la sesada como se ha explicado, una vez cocida y fría se corta en cuadritos, se cubre con un paño y se reserva.

En un recipiente hondo se pone la harina, se agregan dos cucharadas de aceite, sal y ocho cucharadas de agua, se mezcla todo y se agrega la clara a punto de nieve, se remueve.

En la sartén se pone aceite abundante, cuando está caliente, se van echando los trozos de sesada en la pasta, y con una cuchara se pasan a la sartén (debe

comprobarse antes que el aceite está bien caliente). Bien dorados se sacan y se sirven inmediatamente adornados con lechuga.

## **Sesos de ternera con tomate**

**Una sesada**

**Una lata de tomate**

**Perejil / Aceite / Sal**

Se limpia y cuece la sesada como se ha explicado. Se prepara una salsa de tomate fina. Cuando está cocida la

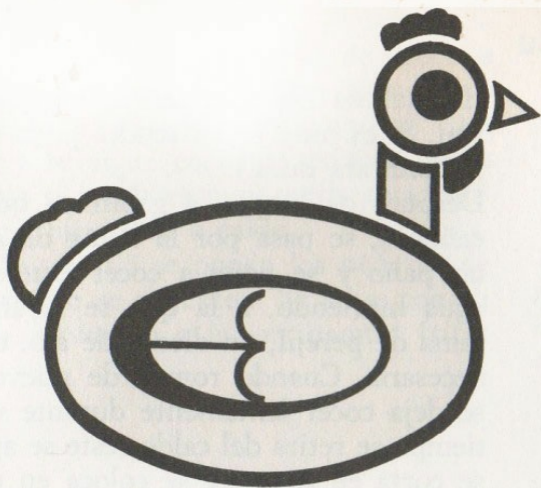


sesada se escurre y se corta en rodajas, se coloca en una fuente y se vierte por encima la salsa de tomate caliente. Se espolvorean con perejil picado.

## **Sesos de ternera empanado**

Se limpian y cuecen los sesos como se ha explicado. Una vez cocidos, se dejan enfriar, se cortan en rodajas finas, se pasan por huevo batido; a continuación, por pan rallado, se fríen hasta que estén

dorados. Se sirven inmediatamente adornados con ensalada de lechuga y rodajas de tomate.



**AVES**

# Gallina en salsa

**Una gallina**

**2 zanahorias**

**2 cebollas**

**2 dientes de ajo**

**Aceite**

**10 almendras tostadas o una  
cucharada molida**

**Un poco de azafrán**

**1/2 hoja de laurel**

**Un vaso de vino blanco**

**Sal**

(La gallina no debe ser ni muy vieja ni demasiado joven. Si es muy joven tendrá

poco sabor y si es muy vieja resultará dura).

Después de limpiar la gallina y quitados bien todos los cañones, se pasa por la llama de alcohol, se limpia con un paño y se pone a cocer entera en una cazuela con agua hirviendo, a la que se le añade una cebolla, una rama de perejil, un diente de ajo, dos zanahorias y la sal necesaria. Cuando rompa de nuevo el hervor se tapa y se deja cocer lentamente durante una hora. Pasado este tiempo se retira del caldo (éste se aprovechará para sopa), se corta en trozos y se coloca en una tartera. En aceite caliente se fríe una cebolla picada muy fina, media hoja de laurel. En el

mortero se machaca un diente de ajo, una rama de perejil, las almendras, unas hebras de azafrán; se deslíe todo con el vino blanco y añade a la salsa, agregando también un poco de caldo de cocerla. Se le da a todo junto un hervor y se vierte sobre la gallina, dejándola cocer lentamente durante una hora aproximadamente. El tiempo exacto no puede precisarse, depende de la calidad de la gallina. Cuando está tierna se colocan las tajadas en una fuente y vertiendo sobre ella la salsa (pasada por el pasador). Se adorna con unas patatas fritas muy gruesas.

# Gallina en pepitoria

Una gallina

2 huevos duros

12 almendras crudas (sin tostar) o  
cucharada molida

Una cebolla regular

Azafrán

3 dientes de ajo

Un vaso de vino blanco

Perejil

Laurel

Aceite

Sal

Al

freír

la

cebolla

para

cocerla,  
se  
debe  
poner  
poca  
cantidad  
de  
aceite,  
ya  
que  
ésta  
aporta  
mucho  
grasa.

Después de limpiar la gallina se corta en trozos y se sazona con un ajo machacado, dejándola reposar media hora. Seguidamente se pasan éstos por harina y se fríen en aceite bien caliente,



hasta dejarlos dorados sin quemarlos, colocándolos en una tartera. En el mismo aceite (si no se ha quemado, de ocurrir esto hay que poner otro limpio), se fríe la cebolla muy picada, cuando esté frita se vierte sobre la gallina, añadiéndole el vino blanco y agua o caldo hasta que quede bien cubierta. Se sazona de sal y se deja cocer muy tapada hasta que esté tierna, removiéndola de vez en cuando para que no se agarre (cosa muy fácil teniendo harina).

Cuando la gallina ya está tierna (no puede precisarse el tiempo de cocción, depende de la calidad de ésta), se machaca en el mortero un diente de ajo, que estará frito y sin quemarlo. Las

almendras peladas (para pelarlas hay que escaldarlas primero, y sueltan fácilmente el pellejo), las yemas de huevo cocidas (las claras no se aprovechan), unas hebras de azafrán y un poco de perejil, se sigue machacando todo y se deslíe con caldo caliente de cocer la gallina y se agrega al guiso dejándolo cocer todo junto durante un cuarto de hora. Pasado ese tiempo se pasa la gallina a un plato y se sigue cociendo la salsa hasta ponerla en buen punto; si resultara muy gorda se adelgaza con un poco de agua hirviendo o caldo.

Unos minutos antes de servirla se ponen los pedazos de gallina en la salsa para

que se calienten. Se sirve con su salsa en fuente honda, sirviendo a la vez patatas fritas en otra fuente.

## **Pato asado**

El pato conviene que sea joven y que esté bien cebado, ya que siendo viejo su carne resulta dura e insípida; debe estar bien descansado, se prepara igual que todas las aves; se despluma caliente y se pasa por la llama de alcohol, se le quitan bien todos los cañones y se vacía bien de todo su interior, procurando

hacer para esto una abertura pequeña.

El punto de cocción, un término medio, ni crudo, ni recocado, la carne ligeramente rosada.

En una tartera se ponen tres cucharadas de caldo o agua y dos cucharas de madera colocadas paralelamente; sobre éstas se coloca el pato untado con mantequilla o manteca de cerdo y sazonado de sal, se introduce en el horno, donde se le deja hasta que esté bien dorado, cuidando de darle vueltas y de rociarlo de vez en cuando con su jugo. Una vez asado (a los tres cuartos de hora) se desengrasa la salsa, se le añade un poco de caldo, y cuando haya hervido un minuto se retira. Se trincha el

pavo, separándole las patas enteras. La pechuga se trincha en filetes largos y delgados, colocándolos en su primitiva forma sobre una fuente calentada, así como las patas.

Se sirve como cualquier asado con patatas, lechuga, etc.

## **Pato a la naranja**

**Un pato joven y bien cebado**

**100 grs. de manteca de cerdo**

**Una cucharada de mantequilla**

**Una cucharada de harina**

**3 naranjas**

**Una copa de coñac**

## Sal

Se vacía el pato, se pasa por una llama de alcohol y se reserva el higadillo.

Con los despojos de éste (excepto el higadillo) se prepara un caldo bien concentrado; hirviéndolo hasta que quede reducido a un pocillo. Se reserva.

Se pela una naranja, quitándole la piel blanca, se corta en pedazos y se introduce dentro del pato. Se sazona éste de sal y se unta bien con manteca de cerdo, colocándolo en una cazuela sobre dos cucharas de madera, poniendo en el fondo de la cazuela tres cucharadas de caldo o agua. Se introduce en el horno, dejándolo hasta que se ase (unos tres

cuartos de hora). Rociándolo de vez en cuando con el jugo que suelta.

Se descortezan dos naranjas con un cuchillo, cuidando de no quitarles más que la parte amarilla, se introducen en agua hirviendo, se sacan rápidamente, se escurren y se machacan en el mortero, junto con el higadillo crudo y la copa de coñac hasta dejarlo como una papilla.

Al caldo que se preparó con los despojos se le añade la mantequilla amasada con la cucharada de harina, la naranja machacada, el jugo de asarlo desengrasado. Se acerca al fuego y cuando rompa a hervir se retira y se pasa por un pasador fino.

Se descortezan dos naranjas con un

cuchillo, cuidando asarlo. Se trincha como el anterior y se coloca en una fuente calentada. Se adorna con rodajas finas de naranja. La salsa se sirve bien caliente en salsaera.

## **Pavo**

El buen pavo debe ser joven y no muy grande, tendrá que estar bien provisto de grasa. Al adquirir un pavo deben mirarse las patas; si son rojizas es que ya no es joven. Para matarlo conviene emborracharlo con una copa de coñac;



de esta manera se puede matar con más facilidad y la carne resulta más sabrosa. Una vez muerto se despluma igual que un pollo y se deja durante toda la noche colgado al sereno.

Al día siguiente se destripa, vaciándolo y se pasa por la llama de alcohol, quitándole bien todos los cañones.

## **Pavipollo asado**

El pavipollo es un pavo o pava muy joven, sin hacerse aún. La mejor manera de prepararlo es asarlo en su jugo. Se

prepara exactamente igual que el *Pollo asado en su jugo* (véase fórmula).

## **Pavo trufado**

**Un pavo de kilo**

**1/4 kilo de carne de cerdo picada muy fina**

**1/4 kilo de carne de ternera picada**

**100 grs. de manteca de cerdo**

**Una cucharada de miga de pan**

**Ajo**

**Perejil / Sal**

**Nuez moscada (ésta puede suprimirse)**

**2 huevos**

**Una lata pequeña de trufas**

**Una copa de jerez seco**

**Una copa de coñac**  
**3 cucharadas de leche**  
**Sal**

Se elige un pavo joven que sea tierno y se prepara como se ha explicado en *Pato*.

Se mezcla la carne de cerdo y la de ternera (ambas deben estar picadas muy finas), con la miga de pan remojada en leche, se sazona con un poco de ajo, perejil y la ralladura de nuez moscada, se añaden los dos huevos batidos, el jerez y el jugo de las trufas; por último, las trufas cortadas en cuadritos, se sazona de sal. Con toda esta mezcla bien unida se rellena el pavo por la parte que se ha abierto para vaciarlo; se cose la

abertura y se ata, dándole buena forma; seguidamente, se unta bien con la manteca de cerdo, se espolvorea de sal y se pone en una tartera al horno, destapado alrededor de ésta se pone un vaso de agua, dándole vueltas para que se vaya asando y tomando color por todos los lados. A media cocción se riega con el coñac. Debe cocer aproximadamente una hora. Mientras permanece en el horno conviene tener dentro de éste un recipiente con agua hirviendo, que se colocará debajo del pavo, para que se conserve jugoso. Cuando al pincharlo con un tenedor en el muslo no ofrece resistencia, se saca del horno, se tapa herméticamente y se deja

cocer lentamente media hora, para que el relleno quede bien cocido.

Pasado ese tiempo se separa de la salsa, pasándolo a otra cazuela, se tapa y se deja sudar durante media hora en una cacerola tapado.

Mientras transcurre este tiempo se desengrasa el jugo de asar el pavo y se reserva al calor. Cuando ya ha reposado el pavo, se trincha, desprendiéndolo primero los muslos, seguidamente las alas; la pechuga se corta en filetes. Se saca el relleno y se corta en rodajas. Se corta la parte de atrás del caparazón y sobre éste se colocan las piezas trinchadas; alrededor las lonchas del relleno. En el fondo de la fuente se pone

un poco de salsa, sirviendo el resto en salsaera.

## **Pavo asado**

**Un pavo de 2 kilos**

**100 grs. de manteca de cerdo**

**Una copa de jerez seco**

**Ajo**

**Sal**

Se elige un pavo joven, que sea tierno, y se prepara como se ha explicado anteriormente. Una vez limpio se le introduce, por la parte que se ha abierto para vaciarlo, un poco de sal y un poco

de manteca de cerdo; seguidamente, se ata para darle buena forma (como si fuera un pollo), se unta bien con la manteca de cerdo, se espolvorea de sal y se pone en una cazuela al horno, dándole vueltas de vez en cuando para que se ase por todos los lados y tome color, regándolo con frecuencia con su jugo. Alrededor de éste, antes de introducirlo en el horno, se le pone un pocillo de agua. A media cocción se le pone por encima la copa de coñac. Ha de asarse aproximadamente una hora. Se conoce que está en su punto cuando al pincharlo con un tenedor en un muslo no ofrece resistencia, entonces se saca del horno, se separa de la salsa y se deja

sudar tapado durante media hora. Se desengrasa el jugo de asarlo y se reserva al calor. Al tiempo de servirlo se trincha, desprendiendo primero los muslos, seguidamente, las alas. La pechuga se corta en filetes. Se corta la parte de atrás del caparazón y sobre ésta se colocan las partes trinchadas. En el fondo de la fuente se coloca un poco de salsa, sirviendo el resto en salsaera.

## **Pichones**

Se despluman con mucho cuidado de no



arrancarles la piel y se les quitan bien todos los cañones, a continuación se destripan y se pasan por la llama de alcohol, se les corta la cabeza y las patas se limpian con un paño y se les vuelve a introducir dentro el higadillo. Se arman echando las alas hacia atrás, sujetándolas con un hilo de bramante o cosiéndolas.

## **Pichones asados**

Los pichones se asan exactamente igual que los pollos, se trinchan por la mitad,

a lo largo, de forma que cada mitad tenga muslo y pechuga.

## **Pichones con guisantes**

**3 pichones**

**500 grs. de guisantes desgranados**

**125 grs. de tocino magro**

**Ajo**

**Perejil**

**Una cucharada de harina**

**10 cebollitas pequeñas o una grande**

**Aceite**

**Un chorro de vino blanco**

Limpios los pichones se pasan por la

llama de alcohol, se les corta el pescuezo, se les vuelve a meter el higadillo y se arman como para asarlos, se sazonan de ajo y se dejan reposar un cuarto de hora. En una tartera se pone un poco de aceite y se le añade el tocino cortado en cuadritos; cuando éste haya tomado color se retira del aceite y se reserva en un plato. Se rehogan en esta grasa los pichones, cuando estén bien dorados se añaden las cebollitas, de no disponer de éstas se pica una en trocitos, seguidamente la harina, y cuando ésta haya tomado color dorado se agrega un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil, desleído con un poco de vino blanco, se le deja dar un

hervor con los pichones y se añaden los guisantes y los trocitos de tocino que se han reservado. Se cubren con un poco de agua, se sazona de sal y se deja cocer todo lentamente durante una hora.

Antes de retirarlo del fuego se observará si todo está cocido, entonces se ponen en un larguero hondo los guisantes y las cebollitas; encima se colocan los pichones cortados a lo largo de dos partes.

# **Pichones rellenos**

**RELLENO**

**3 pichones**

**125 grs. de carne de ternera picada**

**125 grs. de carne de cerdo picada**

**2 cucharadas de pan remojado en  
leche**

**Un huevo**

**Un diente de ajo**

**Una rama de perejil**

**SALSA**

**100 grs. de tocino entrevenado**

**12 cebollitas del tamaño de una nuez**

**1/2 vaso de jerez seco o vino blanco de  
buena clase**

**Un pocillo de caldo**

**Perejil**

**Aceite**

**Ajo**

**Sal**

La carne de cerdo y ternera debe estar

picada muy fina, se pican bien los higadillos y un poco de cebolla (sería conveniente pasarlo por la máquina). Se mezcla todo bien, se sazona con un poco de ajo y perejil, se le añade por último el huevo batido. Se remueve todo bien para que resulte muy fino y se rellenan los pichones por el buche. Se vuelven a armar como para asarlos, echándoles las alas hacia atrás, atándolos y cosiéndolos con bramante.

En una cacerola se pone al fuego aceite, se le añade el tocino cortado en cuadritos, cuando éste esté dorado se saca en un plato y se reserva, se ponen entonces las cebollitas, se doran y bien escurridas de grasa se colocan en el

plato de los trozos de tocino. En esta grasa se rehogan los pichones, sazonados de sal, y cuando están bien dorados por todos los lados se sacan y se dejan en un plato. En la misma grasa se echa la harina, cuando está dorada se agrega el jerez o vino y el caldo. Cuando rompe el hervor se vuelven a poner los pichones, los tocinos y las cebollas, añadiendo ajo, perejil y sal. Se pone a cocer a fuego vivo, entonces se tapa herméticamente y se cuece ya lentamente durante una hora, procurando cada vez que se quite la tapa para darle vuelta que el vapor caiga sobre la salsa, se les quitan los hilos a los pichones. Se trinchan y se sirven adornados con las

cebollitas.

## **Pollo**

Para guisarlo se escoge un pollo regular; después de desplumado se le quita los cañones, se vacía y se pasa por la llama de alcohol. Se limpia bien con un paño y en estas condiciones se procede a trincharlo con un cuchillo bien afilado. El pollo crudo se trincha con más facilidad, ya que puede sujetarse con la mano. Éste se trincha como el pavo asado, con la diferencia de que no se



quitan los filetes del pecho, sino que se saca éste entero cortando las costillas. Se sacan las dos pechugas, el lado, los dos muslos partidos en dos porciones y el caparazón, igualmente partido en dos.

Cuando está debidamente cortado, se sazona según lo indica la receta. Se pone una sartén al fuego con el aceite necesario; cuando está muy caliente se colocan los pedazos del pollo; éstos no deben amontonarse, pues no se dorarían bien. Deben freírse holgadamente, y si no caben en el fondo de la sartén se fríen en dos tandas. Se saltean al fuego vivo sacudiendo la sartén por el mango, y cuando se han dorado por un lado se les

da la vuelta para que se doren por el otro.

Cuando está bien dorado todo se retiran los pedazos, teniendo en cuenta que los muslos deben ser los últimos que se retiran por ser gruesos y necesitar más tiempo para cocerse. Ya salteado, se condimenta según lo indique la receta.

## **Pollo asado en su jugo**

**Un pollo gordito**

**50 grs. de mantequilla o margarina**

**3 dientes de ajo**

**Una copa de coñac**

**Aceite**

**Sal**

Limpio el pollo se pasa por la llama de alcohol, se ata con bramante para darle buena forma y se sazona con ajo machacado, dejándolo reposar durante media hora. Pasado este tiempo se limpia con un paño para quitarle el ajo pegado, se embadurna con la mantequilla o margarina, se sazona de sal y se coloca en una besuguera o cazuela de barro. Alrededor de éste se pone un vaso de agua.

Se pone en la sartén aceite; cuando está caliente se fríe un ajo; ya frito se aparta éste y cuando el aceite está hirviendo se

vierte sobre el pollo colocado en la besuguera; se mete al horno con calor fuerte. A los cinco minutos se abre el horno y se le da vuelta por el otro lado para que se dore igualmente. Ya dorado por ambos lados se rocía con la copa de coñac, se deja asar un rato, se riega con su jugo y se le va dando vueltas hasta que está en su punto. Debe quedar muy dorado.

Se comprobará que está tierno cuando al pinchar un muslo con el tenedor o la punta del cuchillo no ofrece resistencia. Cuando está bien dorado se saca del horno, se desengrasa el jugo y se le agrega un poco de agua con tres cucharadas de vino blanco, se deja

cocer diez minutos y se cuele, poniendo un poco en la fuente con el pollo y el resto en salsera aparte.

Se sirve adornado con lechuga.

## **Pollo asado (otra fórmula)**

**Un pollo gordo**

**100 grs. de tocino (una loncha fina)**

**3 dientes de ajo**

**Una copa de coñac**

**Aceite**

**Sal**

Se sazona el pollo con ajo machacado; una vez limpio, se deja reposar un cuarto de hora.

Se coloca la loncha de tocino de manera que cubra toda la pechuga del pollo y se ata, dándole buena forma. Se sazona de sal y se pone en una besuguera. En el fondo de la besuguera se ponen cuatro cucharadas de agua, se fríe un poco de aceite con un ajo; cuando está frito, se separa éste y se vierte hirviendo sobre el pollo, se mete al horno con calor moderado. De cuando en cuando se le dan vueltas para que dore por igual por todos los lados y se riega con la copa de coñac. Ya dorado se pone derecho,

dejándolo en esta posición un cuarto de hora; con frecuencia se riega con su jugo y se le va dando vueltas hasta que esté en su punto. Entonces se le quita la loncha de tocino y se coloca con la pechuga hacia arriba para que ésta se ponga dorada. Bien dorado, se saca del horno, se desengrasa el jugo y se le agrega un poco de agua con tres cucharadas de vino blanco, se deja cocer diez minutos y se cuela, poniendo un poco en la fuente con el pollo y el resto en salsera aparte. Se sirve.

# **Pollo al chilindrón**

**Un pollo**

**100 grs. de jamón**

**Una cebolla mediana**

**1/4 kilo de zanahorias**

**Un poco de guindilla**

**Una lata de guisantes**

**Una lata pequeña de pimientos**

**3 tomates del tiempo o de lata**

**Una copa de coñac**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**



Limpio el pollo, se pasa por la llama de alcohol y se corta en trozos regulares, se sazona con ajo machacado y se deja reposar media hora. Mientras tanto se rehoga en aceite el jamón cortado en dos lonchas grandes y se pasan a una tartera. En el mismo aceite se rehogan los trozos de pollo, sazonados de sal; deben freírse hasta que estén bien dorados, y se colocan en la tartera encima del jamón. Sobre éstos se ponen tres cucharadas de cebolla muy picada, las zanahorias cortadas en rodajas, los guisantes, el tomate pelado y cortado en cuadros, un pimiento de lata picado, un poco de guindilla (ésta se puede suprimir), un

diente de ajo y una rama de perejil picado, menudísimo. Se cuele el aceite de freír el pollo (si estuviera quemado no se aprovecha; en este caso se pone otro limpio) y se vierte sobre el conjunto hirviendo, se rectifica de sal y se le agrega un poco de coñac. Se deja cocer lentamente muy tapado aproximadamente una hora, colocando sobre la tapadera peso para que no se escape el vapor. Al destaparlo hay que procurar que las gotas de vapor acumuladas en la tapadera caigan sobre el guiso. Debe sacudirse la cazuela con frecuencia para que no se agarre al fondo. Si se secura puede añadirse de vez en cuando agua en pequeñas

cantidades. Cuando está todo tierno se le quita la grasa sobrante, se separan las rodajas de zanahorias, se sirve con todas las verduras que se guisó adornado con las zanahorias.



# **Pollo relleno**

**Un pollo de 1 kg aproximadamente**  
**150 grs. de carne de cerdo picada fina**  
**150 grs. de ternera picada fina**  
**2 pimientos de lata**  
**2 huevos cocidos**  
**1/2 vaso de vino blanco**  
**2 cucharadas de miga de pan**  
**4 cucharadas de leche**  
**Una lata grande de guisantes**  
**50 grs. de jamón**  
**Un huevo crudo**  
**2 copas de coñac**  
**Una cebolla**  
**Ajo**  
**Perejil**  
**Aceite**  
**Sal**

Se limpia el pollo, se le cortan las puntas del alón y la mitad del cuello y se pasa por la llama de alcohol. Se coloca el pollo encima de una mesa, poniéndole la pechuga hacia arriba, dándole un corte en todo su largo. Con mucho cuidado se va separando la piel y la carne del caparazón, cuidando no perforar la piel. Cuando ya está todo el caparazón suelto se descoyuntan los juegos de los muslos quitándoles el primer hueso, dejándole solamente el último juego, para poder darle, una vez relleno, la forma primitiva. Las alas se separan del caparazón por el juego y se les deja los huesos. Se sigue despegando

la piel con cuidado por la parte de la espalda, como si se estuviera desollando un animal. Al llegar ya al ano del pollo se corta con un cuchillo y ya sale el caparazón unido al cuello, quedando el pollo limpio de huesos. Antes de empezar a rellenarlo se comprueba si se le ha rasgado la piel por alguna parte; en este caso hay que coserle todos los rotos que tenga, así como el corte de arriba, de la parte del cuello.

## PREPARACIÓN DEL RELLENO

En una fuente (amplia para poder unirlo todo bien) se pone la carne de cerdo y la de ternera finamente picadas, que

estarán sazonadas de antemano con ajo y perejil machacado; se le añaden los huevos cocidos cortados en tiras, el jamón cortado en cuadros, dos cucharadas de guisantes, dos cucharadas de miga de pan, remojada en leche y bien escurrida; los pimientos cortados en trozos pequeños, dos cucharadas de vino blanco; se sazona de sal, teniendo en cuenta que el jamón está salado y, por último, se añade el huevo batido. Se mezcla bien (para que resulte perfecta la mezcla debe hacerse con la mano).

Se extiende sobre la mesa el pollo deshuesado, se le echa el relleno repartiéndolo bien, procurando que llegue hasta el cuello y se cose dejando



al principio y final del cosido el hilo largo para poder tirar de él una vez asado. Cuando está cosido se arma para asarlo, dándole buena forma y atándole con unas vueltas de bramante, sujetando al mismo tiempo los muslos y las alas. Se espolvorea de sal. Se dora en aceite caliente, colocándolo primero de espalda y dándole vuelta con la ayuda de dos cucharas de madera para no pincharlo y para que se dore bien por todos los lados. Cuando está bien dorado, se añade la cebolla cortada en trozos grandes, se rocía con una copa de coñac y se deja cocer lentamente, dándole la vuelta de vez en vez y colocándolo con frecuencia boca abajo

para que no cueza bien el relleno. Si se secara la salsa se le pone una pequeña cantidad de agua fría. Se notará que está cocido al pinchar con una aguja larga el relleno; si éste suelta una gota de jugo rosado tiene que seguir cociendo un poco más. Ya en su punto se separa de la salsa, dejándolo enfriar perfectamente antes de soltarle los hilos. La salsa se pasa por el pasador y se reserva. En unas cucharadas de salsa se rehogan unos guisantes, reservándolos. Una vez frío el pollo se le quitan bien todos los hilos y se trincha, separándole los muslos y las alas. La parte del relleno se hace rodajas y se coloca en una fuente, una al lado de otra, para darle la forma

primitiva. Los muslos y las alas se colocan en su sitio; se calienta al baño de María; al tiempo de servirle se le vierte por encima la salsa hirviendo y alrededor los guisantes o aceitunas sin hueso.

## **Pollo relleno (otra fórmula)**

**Un pollo tierno**

**150 grs. de carne de cerdo**

**150 grs. de carne de ternera picada**

**2 cucharadas de leche**

**2 pimientos de lata**

**Perejil**

**Ajo 50 grs. de jamón**

**Una zanahoria**

**2 cucharadas de miga de pan**

**Un huevo cocido**

**Un huevo crudo**

**Una lata de guisantes**

**2 copas de coñac**

**Aceite**

**Sal**

Limpio el pollo, se pasa por la llama de alcohol, se vacía, se le cortan las alas, las puntas del alón y la cabeza, ésta al ras del cuello. Con una tijera se corta la piel del cuello hasta la terminación de éste, conservando la piel intacta y cortando el cuello completamente. Se une la carne de cerdo con la de ternera,

se sazona con ajo y perejil machacado, se le agrega la miga de pan (deshecha con la mano), remojada en las dos cucharadas de leche y exprimida; el jamón picado, el huevo picado, los pimientos picados, dos cucharadas de guisantes, dos cucharadas de vino blanco y un huevo batido, se sazona de sal (teniendo en cuenta que lleva jamón) y se rellena el pollo por la parte de abajo, procurando llenarlo bien. Como tenemos toda la piel del cuello, se cose ésta a la espalda y haciéndolo también por la parte de abajo. Se ata, sujetándole los muslos y alas, y se sazona con sal. En una tartera se pone aceite; cuando está bien caliente se dora el pollo por

todos los lados; ya bien dorado, se le agrega la cebolla cortada en trozos y la zanahoria en rodajas (ésta ha de ser grande), se machaca un diente de ajo con una rama de perejil y se agrega desleído con dos cucharadas de agua; finalmente se pone una copa de coñac, echándolo todo sobre el pollo. Se tapa y se deja cocer lentamente (boca abajo, con el fin de que quede cocido el relleno) durante media hora.

Durante la cocción se le irá dando vueltas. Pasada la media hora se pasa a una besuguera sobre dos cucharas de madera, agregándole parte del jugo que soltó en la tartera y un poco de agua en el fondo de la besuguera para que

vaporee. Hay que cuidar al echar el agua que ésta no toque el pollo. Se mete al horno fuerte durante veinte minutos o media hora, cuidando de darle vueltas. La salsa se deja cocer hasta que quede reducida. Cuando se observe que está tierno el pollo, se saca del horno y se pasa a una tartera, tapándolo y dejándolo reposar durante diez minutos. Pasados éstos se destapa y se deja enfriar un poco y se trincha, separándole alas y muslos; se abre por la pechuga y se le saca el relleno, se trincha el resto del pollo, colocando todos los trozos en el centro de la fuente y alrededor, en rodajas. Se adorna la fuente con lechuga.

# **Pollo en su jugo**

**Un pollo**

**2 cebollas**

**3 dientes de ajo**

**Unas hebras de azafrán**

**Una lata de pimientos pequeña**

**Una copa de coñac**

**Una rama de perejil**

**Ajo**

**Aceite**

**Sal**

Limpio el pollo se pasa por la llama de alcohol, se limpia con un paño y se trincha como se explicó al principio, se sazona con ajo y se deja reposar media



hora. Pasado ese tiempo se sazona de sal y se fríe en aceite caliente, procurando que quede muy dorado. Se coloca en una tartera y se le añade la cebolla cortada en trozos. Se machaca en el mortero un diente de ajo con una rama de perejil y unas hebras de azafrán, se deslíe con el coñac y se agrega al pollo dejándolo cocer lentamente hasta que esté tierno (aproximadamente una hora). Debe cocerse muy tapado. Cada vez que se le quite la tapadera, las gotas de vapor acumuladas en ella han de caer sobre el pollo. De cuando en cuando se rocía con su jugo y se rectifica de sal. Ya tierno, se coloca en un larguero y se vierte por encima la salsa pasada por el

pasador. Se sirve adornado con tiras de pimientos y unas patatas fritas muy gruesas.

## **Pollo al ajillo**

**Un pollo muy tierno**

**6 ajos**

**2 cucharadas de vino blanco**

**Unas ramas de perejil**

**Aceite**

**Sal**

Limpio el pollo se pasa por la llama de alcohol, se limpia con un paño y se corta en trozos pequeños, se sazonan de ajo y

se dejan reposar durante una hora. Pasado ese tiempo se limpian un poco con un paño para quitarles todo el ajo que tuvieran pegado, seguidamente se sazonan de sal y se fríen las tajadas en una sartén, en abundante aceite muy caliente; deben freírse lentamente hasta que están muy doradas. Éstas se van colocando en una cazuela de barro. Cuando está todo frito en el mismo aceite (si fuera mucha cantidad se separa una parte; es suficiente con que quede bien cubierto el fondo de la sartén) se fríen tres ajos grandes, cortados en filetitos; cuando éstos están dorados se vierte aceite y ajos sobre el pollo (debe estar el aceite hirviendo), se

rocía con dos cucharadas de vino blanco y se mete al horno, caliente pero sin arrebato, durante diez minutos. Al tiempo de servirlo se espolvorea con perejil picado.

## **Pollo a la vasca**

**2 pimientos del tiempo**

**1/2 kilo de tomates maduros o una lata natural**

**3 dientes de ajo**

**Un limón**

**Un vaso de vino blanco**

**Aceite**

**Perejil**

## Sal

Limpio el pollo se pasa por la llama de alcohol, se corta en trozos, se sazona de ajo, se deja reposar media hora y se fríe en aceite bien caliente hasta dejarlo dorado, sin quemarlo. Ya frito, se coloca en una cazuela, junto con el aceite de freírlo; se le añaden los pimientos en tiras (si fueran grandes se fríen enteros y se pelan antes de hacerlos tiras); a los tomates se les quita la piel y la semilla, se parten en trozos y se añaden al pollo. Se machaca en el mortero un diente de ajo, se le agrega el vino blanco y se vierte sobre el conjunto, se sazona de sal y un pellizco de azúcar (si se quiere

corregir la acidez del tomate), dejándolo cocer despacio durante media hora aproximadamente; transcurrido ese tiempo se rocía con el limón y se cuece muy despacio diez minutos más; se rectifica de sal. Ya bien tierno, se separa del fuego y se le quita la grasa sobrante con una cuchara.

Para servirlo se coloca el pollo en un larguero hondo y le cubre con toda la salsa y los pimientos, espolvoreándolo con perejil picado.

## **Pollos entomatados**

**2 pollos pequeños y tiernos**

**Un kilo de tomates maduros o el  
equivalente en conserva**

**12 cebollitas del tamaño de una nuez**

**3 dientes de ajo**

**Una cebolla**

**Un vaso de vino blanco**

**Aceite**

**Sal**

Los pollos deben ser pequeños y gorditos. Después de limpios se pasan por la llama de alcohol, se les pone un poco de sal dentro y se arman atándoles para darles buena forma; seguidamente se sazonan de ajo machacado y se dejan reposar media hora. Pasado este tiempo se sazonan de sal y se doran uno de cada vez en aceite caliente, procurando que

no se queman. Ya dorados, se pasan a una tartera. En el aceite de dorarlos se fríe la cebolla muy picada y el tomate picado, sin piel ni semillas; cuando está todo frito se vierte sobre los pollos (si se prefiere puede pasarse por el pasador) y se agrega un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil desleído con el vino blanco, se sazona de sal, se tapa y se deja cocer lentamente durante una hora (debe tenerse en cuenta que estos pollos tardan más en cocerse por estar enteros). A media cocción, o sea al cuarto de hora, se les agregan las cebollitas peladas y rehogadas en un poco de aceite. Después de agregar las cebollitas se tapa la



cacerola herméticamente; si la tapadera no ajustara bien, se forra ésta con un papel blanco y fuerte, colocando peso sobre ella. Si se observa que las cebollitas están cocidas antes que el pollo, se retiran y se reservan en un plato, pues han de conservarse enteras. Cuando los pollos están tiernos se retiran de la salsa y se trinchan, después de haberlos dejado enfriar un poco, a lo largo en dos mitades y se colocan en una fuente calentada, adornándose con las cebollitas. La salsa se pasa por el pasador, apretándolo mucho, pues debe quedar bastante espesa; se rectifica de sal y se le añade un pellizco de azúcar si se quiere corregir la acidez de los

tomates. Ésta se calienta y cuando está hirviendo se vierte sobre los pollos al tiempo de servirlos.

## **Pollo con guisantes**

**Un pollo**

**150 grs. de jamón**

**Una cebolla**

**Una copa de coñac**

**750 grs. de guisantes desgranados o  
dos latas grandes**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Limpio el pollo, se pasa por la llama de alcohol y se trincha como para saltearlo o guisarlo; se sazona de ajo machacado y se deja reposar media hora; a continuación se doran los trozos en aceite bien caliente (deben quedar muy dorados) y se van colocando en una tartera. Todo rehogado, se vierte sobre él el aceite de freído y se agregan tres cucharadas de cebolla muy picadas, el jamón cortado en cuadritos como dados; un diente de ajo y una rama de perejil machacado en el mortero y desleído con un poco de agua, la copa de coñac y los guisantes. Si los guisantes fueran de lata se agregan a media cocción del pollo

(una vez escurridos), para evitar que se deshagan, se sazona de sal y se deja cocer muy lentamente, agregándole un poco de agua de vez en vez para evitar que se seque demasiado.

Ya en su punto, se colocan las tajadas del pollo en una fuente calentada y los guisantes con la salsa alrededor, adornándolo con tiras de pimientos.

## **Pollo en blanqueta**

**Un pollo**

**Una cebolla**

**3 zanahorias grandes**

**1/2 limón**

**Una cucharada de mantequilla**

**2 yemas**

**3 cucharadas de harina**

**Ajo**

**Perejil**

**Sal**

Se limpia el pollo y se pasa por la llama de alcohol, se corta en trozos y se sazona de ajo machacado, dejándolo reposar media hora. Pasado este tiempo se coloca en una cacerola proporcionada a las cantidades y se cubre de agua hirviendo (no conviene poner demasiada agua, ya que ésta se necesita para el preparado del pollo), se añade una cebolla cortada en trozos

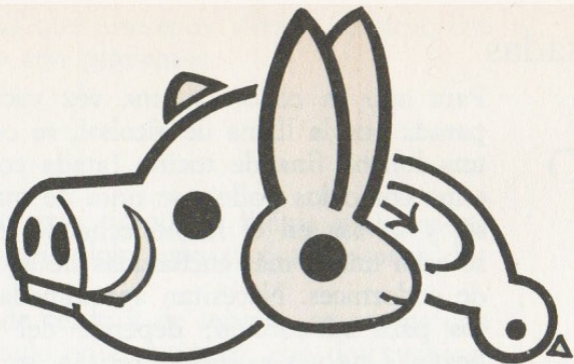
grandes, un diente de ajo, una rama de perejil, las zanahorias peladas y el jugo de medio limón; cuando rompa a hervir se espuma perfectamente y se agrega la sal, dejándolo cocer lentamente hasta que esté tierno (no debe cocerse demasiado). Una vez cocido se escurre y se reserva el caldo colado (serán tres cuartos de litro, aproximadamente).

En un cazo se pone la cucharada de mantequilla; cuando está caliente se añaden las tres cucharadas de harina, se cuecen un poco sin que se doren y se deslíen con el caldo de cocer el pollo, removiéndolo con las varillas para que no se apelotone; se deja cocer lentamente durante un cuarto de hora;

debe quedar como una bechamel; una vez cocida se separa del fuego.

En un tazón se deslíen las dos yemas con unas gotas de limón y un poco de caldo; una vez desleídas se agregan a la bechamel (ésta no tiene que hervir para evitar que se corte). Vuelve a acercarse al fuego sin dejar de removerla y cuando rompa el hervor se separa y se reserva al calor sin que hierva más.

Se colocan las tajadas de pollo en una fuente, se cubren éstas con la bechamel, se espolvorean con perejil picado y se sirve adornado con las zanahorias cortadas en rodajas.



**CAZA**



# Codornices asadas

Para asar la codorniz, una vez vaciada, desplumada y pasada por la llama de alcohol, se cubre la pechuga con una loncha fina de tocino (atada con un bramante), se arma como los pollos, se unta de manteca, se sazona de sal y se asa en el horno echando en la tartera, donde se asan, una o más cucharadas de agua, según el número de codornices. Necesitan aproximadamente veinte minutos para su cocción; depende del

calor que tenga el horno. Una vez asadas se retiran, se les quita el bramante que sujeta el tocino y se colocan dentro de un nido de patatas (véase *Nidos de patata*), con las pechugas hacia arriba. El punto exacto será cuando al pincharlas brota una gota de jugo rosado.

## **Codorniz estofada**

Se despluman, se vacían y se pasan por la llama de alcohol. Se abren a lo largo por la espalda, se aplanan y se colocan

en una tartera, se les agrega una cebolla picada muy fina, un ajo muy picado, un trozo de laurel, una rama de perejil picado y aceite de buena calidad, en crudo, y un poco de coñac; se sazona de sal, se tapan y se dejan cocer lentamente durante veinte minutos aproximadamente. Una vez cocidas, se pasa la salsa por el pasador y se sirven.

## **Conejo en su jugo**

**Un conejo tierno**

**Una cebolla grande**

**1/2 copa de coñac**

**3 dientes de ajo**

**Unas ramas de perejil**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Aceite**

**Sal**

El conejo no debe prepararse recién muerto. Necesita estar un día entero al aire, colgado por las patas traseras. Pasadas las veinticuatro horas, se procede a cortarlo por los juegos en trozos (según se desee); no conviene que sean demasiado pequeños y se sazona con ajo machacado, dejándolo reposar durante una hora en sitio fresco. Pasada ésta se sazona de sal y se rehogan las tajadas con aceite bien caliente, hasta que estén muy doradas, cuidando que no

se quemen. Se van colocando en una tartera, se le agrega la cebolla picada menuda y el aceite de freír (éste colado). Se machaca un diente de ajo con una rama de perejil en el mortero, se deslíe con el vino blanco y se vierte sobre el conejo, añadiéndole el coñac; se rectifica de sal. Se tapa y se deja cocer lentamente, dándole vueltas de cuando en cuando y agregándole pequeñas cantidades de agua fría si fuera necesario. Se cuece hasta que esté muy tierno. Se sirve con su jugo y adornado con pimientos.

# Conejo relleno

**Un conejo muy tierno**

**100 grs. de carne de ternera picada**

**100 grs. de carne de cerdo picada**

**2 huevos duros**

**Un huevo crudo**

**Una lata pequeña de guisantes**

**Una lata de un octavo de pimientos**

**Unas aceitunas sin hueso (pueden suprimirse)**

**2 cucharadas de miga de pan**

**3 cucharadas de leche**

**Cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Una copa de coñac**

**3 cucharadas de vino blanco**

**Sal**

Se escoge un conejo muy tierno, se limpia y se sazona con ajo machacado, dejándolo reposar durante unas dos horas.

Se mezcla la carne de cerdo y de ternera, se sazona con ajo y perejil machacado en el mortero, con dos cucharadas de vino blanco, y se deja reposar un cuarto de hora.

Se pone a remojo la miga de pan con la leche.

Pasado el cuarto de hora de reposo de la carne, se le añaden los huevos cocidos (picados), los pimientos picados, la miga de pan exprimida, los guisantes escurridos, las aceitunas picadas (éstas

pueden suprimirse), se sazona de sal y se mezcla por último el huevo batido. Con esta mezcla se rellena el conejo, se cose de arriba a abajo, se sazona de sal y se rehoga en aceite caliente en una tartera proporcionada a su tamaño; cuando está muy dorado se le agrega una cebolla grande cortada en trozos, un diente de ajo machacado en el mortero con una rama de perejil; esto se deslíe para agregarlo con un poco de agua; se vierte sobre el conejo la copa de coñac, se tapa la tartera y se cuece suavemente hasta que esté tierno. (Conviene ponerlo de cuando en cuando con la parte del relleno para abajo para que se cueza bien). Con frecuencia se sacude la



tartera para que no se pegue y se le agregará, si se seca la salsa, agua fría en pequeñas cantidades; un vez tierno, se separa de la salsa (ésta se pasa por el pasador), se deja enfriar un poco, se le quita el hilo de coserlo y se corta en pedazos; el relleno se corta en rodajas y se coloca alrededor del conejo. Se vierte encima la salsa hirviendo. Se adorna con tiras de pimientos.

## **Conejo al ajillo**

Es imprescindible para preparar el

conejo al ajillo que éste sea muy tierno. La preparación es igual que la del *Pollo al ajillo*.

## Conejo estofado

**Un conejo**

**Una cebolla**

**Una cucharadita de pimentón Un vaso de vino blanco**

**Una rama de perejil**

**3 dientes de ajo**

**1/2 hoja de laurel**

**Sal**

Se tiene el conejo muerto del día

anterior (debe estar colgado al aire veinticuatro horas), se corta en trozos y se sazona con ajo, dejándolo en reposo durante una hora. Pasada ésta se colocan las tajadas en una cazuela, se les añade una cebolla picada menuda, perejil picado, el laurel, el pimentón, el vino blanco, medio pocillo de agua y aceite de buena calidad en crudo, sazonándolo de sal. Se tapa bien y se deja cocer lentamente hasta que esté tierno, dándole vueltas de cuando en cuando y añadiéndole pequeñas cantidades de agua si fuera necesario.

Se sirve con *Patatas Delfina* (véase fórmula) o patatas fritas.

# **Conejo al chilindrón**

**Un conejo tierno**

**1/4 kilo de zanahorias**

**50 grs. de jamón**

**Una lata de guisantes**

**1/2 lata de tomate**

**Ajo / Perejil / Guindilla**

**2 pimientos de lata**

**Una copa de coñac**

**Cebolla / Aceite / Harina**

La preparación es exactamente igual que la del *Pollo al chilindrón*.

# Faisán

El faisán, para que resulte tierno y de sabor agradable, ha de ser muerto de varios días. No pueden precisarse exactamente los días necesarios, ya que dependerá del tiempo más o menos frío. Nunca necesitará menos de cuatro días. Se colgará al aire atado por las patas, resguardado de la lluvia. Transcurrido el tiempo se despluma y se destripa, pasándolo por la llama de alcohol y limpiándolo seguidamente con un paño. En el interior se le introduce una cucharada de manteca de cerdo y se arma como un pollo. Se unta bien con

manteca de cerdo, se sazonan de sal y se coloca en un asador, metiéndolo en el horno. Se deja asar calculando cincuenta minutos por kilo de peso. Al sacarlo del horno se pincha para comprobar si está bien hecho; si no estuviera habrá que dejarlo un poco más. Se trincha como un pollo.

## Liebre

La liebre, para que resulte buena, debe ser joven; por tanto no debe pesar más de dos kilos y medio.

Se tiene al sereno un día antes de deshollarla y destriparla, conservándola colgada de las patas de atrás y al aire otros tres días más, resguardada de la lluvia. Son necesarios, para que resulte tierna y agradable, cuatro días de reposo después de muerta.

Cuando se adquiere una liebre, conviene fijarse dónde recibió el tiro, si en la cabeza o en el costado; si lo recibió en el costado, se desangra; la sangre es casi imprescindible para ciertos guisos.

## **Liebre asada**

Se desholla y se destripa como se ha explicado anteriormente y se corta en dos trozos, en sentido horizontal. Se sazona con ajo y vino blanco y se deja en reposo durante tres horas. Pasado este tiempo, se sazona de sal, se coloca en una cazuela con tiras de tocino, colocando alrededor trozos de cebolla; se le vierte por encima aceite hirviendo y se mete en el horno hasta que esté tierna y dorada. De vez en cuando, se riega con el jugo que suelta.



# Perdiz

La perdiz debe ser joven, y se recomienda sea hembra para todos los guisos. Se conoce que es macho en que tiene un botón en la pata. Este necesita mucho tiempo de cocción.

La perdiz joven se conoce en que tiene el pico blanco; cuando es vieja tiene la parte de abajo del pico muy dura y no puede doblarse. Las plumas del ala terminan en punta. Algunos vendedores las recortan para que parezcan más

jóvenes. Por lo tanto, no puede confiarse en eso. El signo que no engaña es el pico.

La perdiz no debe guisarse recién muerta, pero es suficiente con que lleve tres días. Al cabo de los cuales se despluma con mucho cuidado para no desgarrarle la piel, se le arranca el buche; se destripa, haciéndole una cortada en el ano, se pasa por la llama de alcohol, se limpia con un paño, se le cortan las patas y la cabeza, dejándole un buen pedazo de pellejo del pescuezo; para esto se hace una cortada circular en la parte alta del pescuezo, o sea, al ras de la cabeza, se echa hacia abajo la piel, quedando el pescuezo al descubierto;

éste se corta al ras de los hombros y se sujeta el pellejo en la espalda con la punta de las alas, llevándolas hacia atrás, los muslos se arman hacia dentro, atándolos con un bramante.

## **Perdiz asada (perdigón)**

Se le da el nombre de perdigón a la perdiz cuando es muy joven, por lo tanto para asar no puede ser otra más que ésta, que asada es como más sabrosa

resulta.

Para asarla se prepara como se ha explicado anteriormente y se le introduce dentro un poco de manteca de cerdo; se unta todo por fuera, también con manteca de cerdo, se sazona de sal y se mete al horno fuerte en un asador o besuguera hasta que esté tierna y dorada. El perdigón debe asar lo justo para que no se seque, aproximadamente veinte minutos, depende del temple del horno.

## **Perdiz estofada**

**Una perdiz**

**50 grs. de tocino gordo**

**Una rama de perejil**

**Un trocito de laurel**

**Una cebolla**

**2 zanahorias**

**2 dientes de ajo**

**Un vaso de buen vino blanco**

**Sal**

**Aceite**

Desplumada la perdiz se pasa por la llama de alcohol, se destripa y se limpia con un paño, por dentro y por fuera, En una cazuela se pone el aceite y el tocino; cuando éste se haya derretido se pone la perdiz y se dora por todas partes. Cuando esté dorada se añade la cebolla picada, la zanahoria en rodajas, el ajo machacado en el mortero con el perejil,

el vino blanco y la sal; se tapa bien, dejándolo cocer lentamente.

Para que la tapa ajuste bien y no deje escapar el vapor, se coloca entre ésta y la cazuela un papel fuerte y peso sobre la tapa.

Pasada una hora de cocción, si la perdiz fuera joven, se comprueba si está cocida, cuando los muslos se desprenden fácilmente. Si estuviera, se trincha por la mitad en sentido horizontal; se coloca en una fuente calentada y se vierte por encima la salsa pasada por el pasador, ésta debe estar espesa.

# **Perdiz con verdura**

**Una perdiz joven**

**Un repollo**

**salchichas blancas**

**2 cebollas**

**Un vaso de buen vino blanco**

**100 grs. de jamón**

**1/4 kilo de zanahorias**

**200 grs. de tocino**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

Debe escogerse un repollo rizado aprovechando lo más blanco que esté. Se pica menudo hasta conseguir medio

kilo. Se lava con abundante agua fría y se pone a cocer destapado en agua hirviendo con sal, durante veinte minutos. Al cabo de los cuales se escurre, apretándolo bien para sacarle todo el agua. Conseguido esto se vuelve a poner a cocer con agua hirviendo, añadiendo las salchichas (éstas se pinchan un poco para que no revienten al cocerse), se tapa y se deja cocer hasta que la verdura esté muy tierna, removiéndola de vez en cuando con una cuchara de madera. Una vez cocida se escurre bien y se reserva.

Mientras se cuece la verdura se pone en una tartera un poco de aceite, se le añade el tocino cortado en trozos;



cuando éstos empiezan a dorarse, se estrujan con un tenedor para apurarles bien toda la grasa y se separan. En esta grasa se dora bien la perdiz, que estará preparada y por todas partes se añade el jamón cortado en trozos regulares, la cebolla y zanahoria en trozos menudos. Se machacan en el mortero dos dientes de ajo con una rama grande de perejil; se deslíe con el vino blanco y se añade a la perdiz; se sazona de sal, se tapa dejándola cocer lentamente hasta que esté tierna. Si fuera muy joven necesitaría cincuenta minutos, prolongando la cocción si fuera más vieja. De vez en cuando se le añadirá agua o caldo en pequeñas cantidades. Si

se echara gran cantidad de agua, la perdiz no resultaría sabrosa (debe tenerse en cuenta). Una vez cocida la perdiz, cuando los muslos se desprenden fácilmente de la pechuga, se separa ésta de la salsa, reservándola al calor. Se sigue cociendo la salsa hasta que la cebolla y la zanahoria están cocidas, ya en su punto, se separa el jamón y se pasa la salsa por el pasador, apretándola bien, pues debe resultar esta salsa muy espesa. Todo preparado, se pone la verdura en una tartera, cuidando que esté bien escurrida para que no adelgace la salsa; encima se coloca la perdiz, cortada por la mitad, en sentido horizontal, y se vierte la mitad de la

salsa por encima, añadiendo salsa según vaya cocinando, la que admita la verdura; se rectifica de sal y se deja cocer muy lentamente media hora para que las verduras tomen el gusto de la salsa.

Para servirla, se coloca la perdiz en el centro de la fuente; alrededor de ésta se pone la verdura y se adorna con las salchichas y los pedazos de jamón.



## **SALSAS**

*Aunque las salsas son  
innumerables, prescindiré de*

*las salsas complicadas, ya  
que este recetario es casero y  
familiar.*

*Lo fundamental en la cocina  
es hacer bien las salsas. De  
la buena preparación de  
éestas depende, en gran parte,  
que los platos preparados  
resulten o no sabrosos.*

# Salsa bechamel

**25 grs. de mantequilla**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de harina**

**Sal**

Si

se

quiere

hacer

más

cantidad

se

aumentarán

proporcionalmente

todos

ingredientes.

Son

muy

necesarios

para

preparar

ésta

y

otras

salsas

las

varillas

de

alambre

(batidor),

para

que

no

se

formen

grumos

y  
resulte  
fina  
la  
salsa.  
También  
debe  
disponerse  
de  
un  
colador.

Se pone la leche al fuego (aunque ésta esté ya hervida); debe estar caliente cuando vaya a utilizarse.

En un cazo, que no tenga esmalte saltado, se pone la mantequilla, se deshace y se agrega la harina, se deja cocer durante tres o cuatro minutos (esto



es muy importante para que la bechamel no sepa a harina). Mientras se está cocinando debe removerse constantemente con cuchara de madera, cuidando de que no se dore. A continuación se separa del fuego, se vierte poco a poco la leche caliente, removiéndola rápidamente con el batidor hasta ponerla fina; cuando está bien mezclada y sin grumos se sazona de sal y se vuelve a poner al fuego, dejándola cocer durante quince minutos. Según el empleo que se vaya a dar a la bechamel, se hará más o menos delgada; en este caso se le añadirá más leche y si se quiere gorda, se dejará cocer más tiempo. Pasado el tiempo de cocción, se

separa del fuego y se conserva al calor sin que hierva más. Para que no se forme nata se esparcen por encima algunos trocitos de mantequilla; cuando se vaya a utilizar se le dará unas vueltas con las varillas para mezclarla.

## **Salsa de champiñón**

Se pone en el fuego una sartén con una cucharada de harina y un poco de aceite o mantequilla (lo justo para freír la harina), se dora ésta y se deslíe con un cucharón de caldo (de no disponer de

éste puede improvisarse con un caldo concentrado), removiéndolo de prisa para que no se formen grumos. Se agregan dos cucharadas de puré de tomate y sal dejándolo cocer a fuego moderado y destapado durante quince minutos.

Se escurren unos champiñones y se cortan en trozos pequeños; por separado se ponen en una sartén al fuego, con un poco de aceite o mantequilla, se saltean y se añaden dos ajos muy picados, rehogándolos con los champiñones durante unos segundos, se escurre la grasa y se añade medio vaso de vino blanco; se deja cocer al fuego vivo hasta que el vino quede reducido a la mitad.

Si se forma espuma, se le quita. Se rectifica de sal; se mezcla con el tomate y se deja cocer el conjunto hasta ponerlo en buen punto. Cuando vaya a servirse se liga con un poco de mantequilla y se agrega una rama de perejil muy picada.

## **Salsa blanca (para pescados cocidos y verduras)**

Se pone al fuego una sartén con un poco de mantequilla o aceite, se le añade una

cucharada de harina, se rehoga un poco y se deslíá con agua hirviendo, moviéndolo muy de prisa para que no se apeltone. En el mortero se machaca medio diente de ajo con una rama de perejil pequeña, se deslíe con tres o cuatro cucharadas de vino blanco y se vierte sobre la salsa. Se sazona de sal, dejándola hervir hasta que esté en su punto.

## **Salsa crema**

Se prepara una *Salsa bechamel* (véase

fórmula); una vez cocida se le añaden dos yemas batidas (debe batirse con las varillas muy de prisa), se deja cocer unos minutos y se utiliza.

## **Salsa española**

**1/4 kilo de carne de ternera (hebra)**

**Una zanahoria**

**Una cucharada de harina**

**1/4 kilo de carne de vaca (hebra)**

**Una cebolla**

**Perejil**

**Un pellizco de laurel**

**Sal**

La

carne  
para  
esta  
salsa  
debe  
estar  
desprovista  
de  
gordos.

La  
carne  
de  
vaca  
conviene  
que  
esté  
muy  
hecha.

Se pone al fuego una tartera, con un poco de aceite, se añade la cebolla, en

trozos finos, y la carne también en trozos; se añade pocillo y medio de agua y se deja cocer hasta que se haya consumido el caldo y sólo quede el jugo de la carne. En este punto se separa un poco del fuego y se deja cocer muy lentamente hasta que el jugo haya tomado color, moviéndolo con frecuencia para que no se queme (debe quedar el jugo dorado oscuro). Se le añade otro pocillo de agua, la zanahoria cortada en rodajas finas, una rama de perejil y un pellizco de laurel; se acerca al fuego y se deja cocer a fuego vivo unos minutos (si se forma espuma, se quita con cuidado), dejándolo ya cocer hasta que la carne esté muy tierna.



Entonces se pasa la salsa y carne por el pasador, apretándolo mucho para sacarle bien el jugo a la carne; en un cazo se tuesta la harina, hasta dejarla dorada sin que se queme, se añade a la salsa, se sazona de sal y se deja hervir un poco para que se ligue.

## **Salsa española de vigilia**

**1/4 kilo de pescadilla**

**Una cucharada de harina**

**Una zanahoria**

**1/2 vaso de vino blanco**

**200 grs. de congrio o cabezas de merluza**

**Una cebolla**

**Perejil**

**Aceite o mantequilla**

Se pone al fuego una cazuela con un poco de aceite o mantequilla, la cebolla cortada en trozos y la zanahoria en rodajas; se añade perejil y se coloca encima todo el pescado limpio, se vierte por encima el vaso de vino blanco y medio pocillo de agua hirviendo; se sazona de sal y se deja hervir hasta que el pescado esté cocido, entonces se aparta un poco y se sigue cociendo hasta que la zanahoria esté tierna; a continuación se pasa por el pasador y se

agrega una cucharada de harina tostada en un poco de aceite o mantequilla, removiéndolo bien para que no se formen grumos; se cuece unos minutos más y se utiliza.

## **Salsa mahonesa**

Es  
un  
error  
creer  
que  
la  
mahonesa  
debe

hacerse  
en  
sitio  
fresco,  
es  
todo  
lo  
contrario.

En  
invierno  
debe  
ponerse  
el  
aceite  
a  
buen  
temple  
(cerca  
de  
la  
chapa

de  
la  
cocina),  
antes  
de  
empezar  
a  
confeccionarla.

Cuando  
está  
preparada,  
no  
se  
meterá  
en  
la  
nevera,  
pues  
puede  
cortarse.

También

se  
puede  
cortar  
echando  
el  
aceite  
de  
prisa.

Si  
se  
advierte  
que  
las  
yemas  
van  
a  
cortarse,  
sin  
añadir  
más  
aceite,

se  
batirán  
fuertemente  
hasta  
dejarlas  
bien;  
si  
se  
corta,  
se  
pondrá  
una  
cucharadita  
o  
dos  
de  
agua  
hirviendo  
en  
un  
plato

hondo,  
y  
poco  
a  
poco  
se  
irá  
agregando  
lo  
cortado,  
echando  
primero  
una  
pequeña  
parte,  
no  
añadiendo  
la  
otra  
hasta  
que



la  
primera  
esté  
bien  
introducida,  
removiéndolo  
con  
brío  
hasta  
haber  
agregado  
todo  
lo  
cortado.  
No  
volverá  
a  
echarse  
más  
aceite  
hasta

dejarlo  
bien  
ligado.

Se separan con mucho cuidado las yemas de las claras, después de haber cascado los huevos; se les quitan las galladuras de las yemas y se echan éstas en un recipiente hondo y de fondo circular (muy adecuado un tazón de bola); después de removerlas un poco con las varillas o cuchara de madera se agregan unas gotas de vinagre o zumo de limón y un poco de sal, se vuelve a trabajar unos segundos y a continuación se añade el aceite, primero gota a gota y sin dejar de batir (trabajándolo despacio y siempre en la misma dirección);

cuando las yemas van engordando se puede ir echando el aceite a chorrito fino hasta que se haya agotado todo el aceite. Mientras se está trabajando conviene añadirle de vez en cuando unas gotas de limón o vinagre. Si resultara bastante acidulada se ponen en su lugar gotas de agua (las gotas de limón o vinagre, así como las gotas de agua sustituyendo a éstas impiden que se corten las yemas al acumularse el aceite cuando la salsa va engordando); se sazona de sal y se termina añadiendo dos cucharadas de agua hirviendo (esto impide que se corte si tiene que esperar).

Si se quiere adelgazar, basta con

agregarle un poco de leche y si se quiere que aumente se le añade una clara batida a punto de nieve.

No conviene ponerle más aceite de lo debido (dos pocillos de aceite por cada yema), la salsa entonces no resultaría tan buena.



# Salsa mahonesa gelatinosa

De  
no  
disponer,  
en  
el  
momento  
preciso,  
de  
cola  
de  
pescado,  
se

puede  
engordar  
la  
mahonesa  
para  
moldearla  
y  
que  
no  
se  
escurra  
al  
adornar  
el  
plato,  
con  
un  
poco  
de  
puré  
de

patata,  
colocándola  
igualmente  
en  
la  
boquilla  
rizada.

Se hace una salsa mahonesa como se ha explicado y se le añade por cada cuarto litro de mahonesa diez gramos de cola de pescado, que se tendrá remojada de antemano con agua fría. Ésta se disuelve, después de remojada, en medio decilitro (tres cucharadas y media) de agua hirviendo; se disuelve bien y se incorpora enseguida a la mahonesa; se mezcla mucho y se deja



enfriar, utilizándola antes que se cuaje completamente, ya que una vez dura es difícil volver a ablandarla y al calentarse está dispuesta a cortarse.

Para adornar platos se coloca en manga pastelera con boquilla rizada. *Para platos fríos y para moldear.*

## **Salsa mahonesa a la francesa**

Se confecciona una mahonesa como se ha explicado, a la que se agregan dos

cucharadas de puré de tomate muy espeso, dos cucharadas de mostaza y unas trufas picadas muy menudas. Se mezcla bien y se utiliza.

## **Salsa tártara**

Se prepara una mahonesa como se ha explicado, a la que se añaden uno o dos huevos cocidos, perejil y pepinillos (éstos se pueden suprimir), todo picado muy menudo; si resultara demasiado espesa, se adelgaza con unas gotas de agua hirviendo.

# Salsa mahonesa alioli

**4 dientes de ajo**

**Agua**

**1/2 litro de aceite**

**Sal**

Si

se

corta

se

arregla

como

una

mahonesa

corriente.

Se machacan los ajos hasta hacerlos papilla y se junta con las yemas, que estarán preparadas en un recipiente hondo y circular; se va incorporando el aceite gota a gota como se ha explicado para la mahonesa. Cuando se observa que engorda mucho, se adelgaza con unas gotas de agua y se vuelve a batir añadiendo aceite y agua hasta terminar. (La cantidad de agua para esta proporción es de dos cucharadas introducidas en varias veces).

# Salsa medio glasa

Esta  
salsa  
es  
muy  
buena  
para  
servir  
con  
aves  
y  
carnes  
asadas.

Se confecciona una salsa española como

se ha explicado, dejándola cocer más tiempo y se liga con una cucharada de harina tostada; cuando está en su punto, se complementa con una copa de buen vino de marca o jerez seco.

## **Salsa muselina**

**3 yemas de huevo cocido**

**18 cucharadas de aceite**

**6 cucharadas de vinagre**

**Sal**

Se bate el aceite y vinagre colocado en un tazón de bola hasta que esté cremoso;

se sazona de sal y se agregan, sin dejar de removerlo, las yemas de huevo aplastadas con un tenedor. Se mezcla bien, se comprueba de sal y se utiliza.

## **Salsa rubia**

Se fríe la cebolla, picada, en un poco de aceite o mantequilla (ésta debe estar picada menudísima); cuando está frita, se le añade un poco de jamón cortado en cuadros muy pequeños y un poco de harina (no debe estar muy espesa); se rehoga y se añade un diente de ajo,

pequeño, machacado en el mortero y desleído con un poco de vino blanco; se añade un poco de agua hirviendo, se sazona de sal y se cuece unos minutos. Se utiliza.

## **Salsa de tomate sencilla**

La salsa de tomate se prepara del mismo modo con tomate del tiempo que de conserva. Si se quiere preparar una salsa de tomate sencilla, bastará con



poner el tomate con un poco de aceite al fuego, dejándolo cocer hasta que esté reducido (o espeso), aplastándolo de vez en cuando con un tenedor y removiéndola con frecuencia para que no se queme. Cuando está espesa se pasa por el pasador y se vuelve a poner en la sartén, se le añade entonces otro poco de aceite hirviendo, se sazona de sal y un pellizco de azúcar si se quiere corregir la acidez del tomate, y se cuece nuevamente hasta reducirla.

## **Salsa de tomate (otra**

# fórmula)

El  
aceite,  
puesto  
en  
la  
salsa  
dos  
veces,  
o  
sea,  
una  
parte  
al  
empezar  
a  
confeccionarla  
y  
la  
otra

cuando  
ya  
está  
pasado  
por  
el  
pasador,  
hace  
que  
la  
salsa  
resulte  
más  
sabrosa.

En una sartén se calienta un poco de aceite; se añade bastante cebolla picada; se deja freír y cuando está en su punto (o sea, la cebolla tierna, sin que se dore), se agrega el tomate cortado en trozos, un

diente de ajo y un poco de perejil machacado en el mortero y desleído con una cucharada de vino blanco; se cuece hasta espesarla mucho; entonces se pasa por el pasador, apurándola bien y se vuelve a poner en la sartén, añadiéndole otro poco de aceite hirviendo, sal y un pellizco de azúcar si se quiere corregir la acidez del tomate; se sigue cocinando hasta dejarla del espesor que se desee (debe removerse con frecuencia, pues el tomate se quema con facilidad).

## **Salsa verde**

Se fríe la cebolla muy menuda en un poco de aceite; cuando está fría, sin que se dore, se añade media cucharada de harina y se rehoga. En el mortero se machaca un diente de ajo con un puñado de perejil picado muy menudo (debe machacarse mucho) y una yema cocida (ésta puede suprimirse), se deslíe con un poco de vino blanco y se añade a la salsa, se remueve bien, se sazona de sal y se le agrega un poco de agua hirviendo y se deja cocer unos minutos.

# Salsa vinagreta

**12 cucharadas de aceite**

**4 cucharadas de vinagre**

**2 huevos duros / Sal**

**2 cucharadas llenas de perejil picado**

**4 cucharadas de cebolla**

Los

ingredientes

se

aumentan,

proporcionalmente,

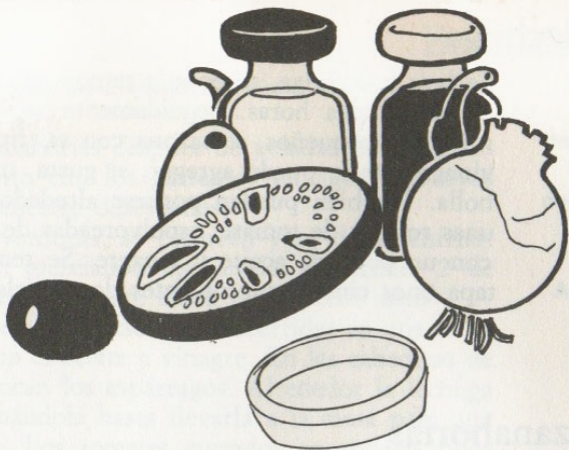
de

hacer

más

cantidad.

Se mezcla en un recipiente hondo (muy apropiado un tazón de bola) el aceite, vinagre y la sal; se bate hasta dejarlo como una crema. En un plato se pica la cebolla menudísima, el perejil picado muy fino (mejor a tijera) y la clara de huevo muy menuda. Todo esto se reserva. Se aplastan las yemas con un tenedor hasta dejarlas como un puré y se agregan al batido de aceite y vinagre, mezclándolo bien. Por último se añaden los demás ingredientes preparados, se mezclan, se comprueba de sal y vinagre y se utiliza.



## **ENSALADAS**

*Las ensaladas son el  
complemento indispensable  
en las comidas.*



*No debiera haber comida sin  
ensalada, ya que aportan  
gran cantidad de vitaminas y  
sales minerales.*

# Ensalada de lechuga

Se lava la lechuga, se pone a remojo en agua fría durante una o dos horas. Seguidamente se corta en trozos, más bien pequeños, se sazona con sal fina, aceite fino y vinagre; se le puede agregar, si gusta, unas tiras de cebolla. También pueden ponerse alrededor de la lechuga unas rodajas de tomate, espolvoreadas de sal y sazonadas con un poco de aceite y vinagre. Se remueve bien y se tapa unos cinco minutos antes

de servirla.

# **Ensalada de zanahorias**

**1/2 kilo de zanahorias**

**Aceitunas**

**Aceite**

**Vinagre**

**2 huevos cocidos**

**Sal**

Se pelan las zanahorias y se cuecen enteras, en agua hirviendo con sal. Una vez cocidas, se escurren y se cortan en

rodajas finas; se colocan en una fuente y se espolvorean con la clara de los huevos muy picada. Se aplastan las yemas hasta formar una masa; se mezclan con aceite y vinagre y se vierte por encima. Se salpica de aceitunas.

## **Ensalada de bonito y patatas**

**Un kilo de patatas**

**Una lechuga**

**Aceitunas de hueso o rellenas**

**Perejil**

**2 latas de bonito o 1/2 kilo fresco**

**3 tomates**

**Una cebolla**

**Aceite**

**Vinagre**

**Sal**

Se prepara una salsa vinagreta (véase *Salsa vinagreta*). Se escogen las patatas que no sean muy grandes; se ponen a cocer en agua fría con sal (si se echan en agua caliente se revienta la piel con facilidad). Una vez cocidas, se ponen unos minutos en agua fría para que encallen y no se deshagan al cortarlas (debe procurarse emplear patatas duras).

Ya frías, se les quita la piel y se cortan en rodajas planas, se rectifican de sal y

se colocan en una fuente como base. En el centro se coloca el bonito, en trocitos (si fuera del tiempo se sazona de sal y se fríe, dejándolo enfriar bien, antes de emplearlo). Se cubre todo con la salsa vinagreta, reservando unas cucharadas. En las cabeceras de la fuente se pone la lechuga picada menuda, cuidando de sazonarla en el momento de llevarla a la mesa (pues se estropearía haciéndolo antes). Alrededor de la fuente se colocan rodajas finas de tomate y, sobre cada una, una rodaja de huevo, regando cada rodaja con un poco de vinagreta reservada. Se colocan todas las aceitunas por encima de las patatas.

# **Ensalada de verduras**

**Un kilo de alcachofas**

**1/4 kilo de zanahorias**

**Una lata de espárragos**

**1/2 kilo de guisantes desgranados o  
una lata**

**3 tomates**

**Una lechuga**

**Aceitunas rellenas o de hueso**

**Un huevo cocido**

**Vinagre**

**Aceite**

**Sal**

Se limpian y cuecen las alcachofas (véase manera de limpiarlas y cocerlas).

Se cortan las zanahorias después de peladas en cuadritos y se cuecen junto con los guisantes en agua hirviendo con sal (deben cocerse destapados).

Ya cocidas las verduras, se escurren y se dejan enfriar. En un tazón se mezclan 6 cucharadas de aceite, 2 de vinagre y sal fina y se bate hasta introducirlo bien.

Frías las verduras, se colocan bien escurridas en una fuente y se riegan con el aceite y vinagre. En las cabeceras de la fuente se colocan los espárragos.

Alrededor la lechuga picada (no sazonándola hasta llevarla a la mesa para que no se estropee). Los tomates cortados en rodajas finas partidas por la mitad; éstas se colocan haciendo ondas



entre la lechuga y las verduras. El huevo cocido se pica muy menudo y se salpican las verduras, terminando de adornar la fuente con las aceitunas.

# **Ensalada de tomates y pimientos**

**2 pimientos colorados**

**Una cebolla pequeña**

**1/2 kilo de tomates, de tamaño mediano**

**Aceite Vinagre**

**Sal**

Se asan los pimientos, se les quita la piel y se cortan en tiras finas; se colocan esparcidas en un plato y se espolvorean de sal, dejándolos así durante quince minutos para que apuren.

Pasados éstos se colocan los pimientos en el centro de una fuente redonda; alrededor se colocan los tomates. Se corta la cebolla en rodajas finas formando aros y se ponen al borde de la fuente formando una cenefa. En un tazón se bate el aceite y vinagre con un poco de sal fina y se riegan todos los ingredientes.

# **Ensalada de pimientos colorados**

Se ponen unos pimientos muy carnosos a asar; cuando están en su punto se dejan enfriar y se les quita la semilla. Se cortan en tiras y se colocan alrededor anillos de cebolla, sazonándolos con sal, aceite y vinagre.

## **Ensalada de**

# remolacha

La remolacha se cuece, con la piel, en agua caliente y sal durante hora y media; seguidamente, se escurre y se mete en el horno hasta que esté tierna; puede seguir su cocción con agua, pero terminando de cocerse en el horno, conserva más sabor y resulta más dulce. Una vez tierna, se deja enfriar y se le quita la piel; se corta en rodajas finas o cuadritos y se sazonan con sal, aceite y vinagre. Puede espolvorearse si se quiere con huevo picado y perejil también picado.

# Ensalada primavera

**250 grs. de judías verdes (fréjoles)**

**250 grs. de coliflor**

**200 grs. de puntas de espárragos**

**Un pepino**

**Un cogollo de lechuga**

**2 huevos duros**

**3 tomates, tamaño regular**

**Cebolla**

**Perejil**

**Vinagre**

**Aceite**

Se cortan las judías verdes (fréjoles) en trozos cuadrados y se cuecen destapadas con agua hirviendo y sal; una vez cocidas, se escurren y se reservan.

Se separa la coliflor en cogollos

pequeños, se raspan los troncos, se cuecen destapados en agua hirviendo con sal; una vez cocida se escurre y, cuando esté fría, se divide en fragmentos y se reserva. Los espárragos se raspan, se cortan en trocitos, se cuecen destapados en agua hirviendo y sal; ya cocidos, se escurren y se reservan. Se pela el pepino, se corta en rodajas finas y se colocan en un plato extendidas; se espolvorean de sal fina, se dejan apurar durante media hora. Transcurrida ésta, se escurren, se secan con un paño y se reservan. Se corta el tomate en rodajas finas, se extienden en un plato, se espolvorea de sal y se deja un cuarto de hora para que apure bien. Se prepara

una salsa vinagreta (véase *Salsa vinagreta*). Se pica la lechuga fina y se reserva.

Poco antes de llevarlo a la mesa, se mezclan, en una ensaladera, los espárragos, la coliflor, las judías verdes, los pepinos y la salsa vinagreta. Bien mezclado todo, colóquese en forma de cúpula, alisándolo con una cuchara; se extiende por encima la lechuga; alrededor de la fuente, se colocan las rodajas de tomate, alternando con rodajas de huevo, formando cenefa.

# **Ensalada de boquerones**

**1 kilo de boquerones (muy frescos)**

**Vinagre**

**Aceite / Ajo / Perejil**

**Sal**

Se limpian los boquerones, quitándoles la cabeza y espinas; se cortan a lo largo en dos; se sazonan de sal y se colocan en una cazuela de barro; se cubren de vinagre; se espolvorean de perejil y ajo picado, y se rocían de aceite. Se



conservan varios días.

## **Ensalada moderna**

**1 kilo de judías verdes (fréjoles)**

**1/2 kilo de patatas**

**2 huevos duros**

**5 tomates de tamaño mediano**

**Una lata de anchoas (filetes)**

**Aceite / Perejil / Vinagre**

**Sal**

Se prepara una *Salsa vinagreta* (véase fórmula).

Se cuecen las patatas, con piel, en agua fría con sal. Una vez cocidas, se pasan

por agua fría y se dejan enfriar.

Se cortan las judías en cuadros y se cuecen en agua hirviendo con sal (deben cocerse destapadas para que conserven bonito color).

Las patatas, una vez frías, se cortan en rodajas finas; también se cortan del mismo modo los tomates.

En un plato hondo, se colocan los tomates y las patatas formando una cruz. En los huecos de ésta se colocan las judías verdes bien escurridas. Las anchoas se cortan en trocitos menudos y se colocan sobre los tomates y patatas. Se vierte sobre todo el conjunto la salsa vinagreta y se salpican las judías de huevo cocido muy picado.

# **Ensaladilla rusa**

**3/4 kilo de patatas de buena calidad**

**Una lata de guisantes**

**Salsa mahonesa abundante**

**Una lata pequeña de espárragos**

**Un chorro de vinagre**

**3/4 kilo de zanahorias**

**2 huevos duros**

**2 latas de bonito**

**Una lata de aceitunas (reellenas o de hueso)**

**Un chorro de aceite refinado**

**Sal**

No

recomiendo

poner  
pimientos  
en  
la  
ensaladilla,  
pues  
éstos  
se  
estropean  
en  
seguida  
y  
no  
resulta  
ésta  
tan  
fina;  
de  
ponerlos,  
sólo  
han

de  
ser  
para  
el  
adorno.

Se pelan las patatas y las zanahorias; se cortan en cuadros como dados (pequeñitos) y se ponen a cocer en agua fría con sal. Por separado, se cuecen zanahorias en agua hirviendo con sal (las patatas conviene no cocerlas más de lo necesario para que no se deshagan). Cocidas, se escurren y se extienden sobre un paño para que se sequen bien; igualmente se hace con las zanahorias ya cocidas; se colocan con las patatas, una vez escurridas.

Se confecciona una salsa mahonesa (véase *Salsa mahonesa*). Puede usarse la preparada; en ambos casos debe ser abundante.

Cuando las patatas y zanahorias están frías se pasan a una fuente y se les añade un chorro de aceite, otro de vinagre, se remueve bien y se le agrega el bonito picado menudo; las claras de los huevos cocidos, picadas muy menudas (las yemas se reservan), la mitad de las aceitunas picadas (reservando el resto) y los guisantes; se mezcla todo bien, se comprueba de sal y se pone, por último, la mahonesa, y se coloca en una fuente alargada, alisándolo. Se pasan las yemas reservadas por el pasador y se salpica

por encima, colocando unos montoncitos de guisantes. Los espárragos se colocan salteados sobre la ensaladilla, unos al lado de otros, con las puntas hacia adentro, y entre ellos se clavan las aceitunas.

## **Ensaladilla (corona)**

**Todos los ingredientes de la anterior.**

**Además:**

**Una lata de anchoas enrolladas**

**4 tomates pequeños**

**Un cogollo de lechuga**

**100 grs. de gambas (puede**

**prescindirse)**

No  
debe  
aliñarse  
la  
lechuga  
hasta  
el  
momento  
de  
llevarla  
a  
la  
mesa.

Para su presentación es imprescindible una fuente redonda grande.

Se prepara una ensaladilla exactamente igual que la anterior, excepto los huevos



cocidos, que se reservan; también deben reservarse dos cucharadas de guisantes y unas aceitunas. Se cortan los tomates en rodajas finas, separando cuatro de las más iguales; las otras se cortan por la mitad en forma de onda; todas se extienden en un plato espolvoreadas de sal. Ya preparada la ensaladilla, se embadurna un tazón de bola con aceite refinado y se coloca en el centro de la fuente redonda. Se va colocando alrededor de ésta la ensaladilla, procurando que quede igualada por todas partes. Cuando esté colocada en forma de corona (procurando que no ocupe todo el plato para poder decorarla perfectamente), se alisa bien

con la espátula de goma y se tira con cuidado del tazón hacia arriba, quedando formada una corona perfecta. Alrededor de ésta se coloca un festón con las rodajas de tomate, dejando una separación de un centímetro, aproximadamente, entre cada onda. Las anchoas se colocan sobre las rodajas de tomate; si no son suficientes para todas, se alternará una sí y otra no. En la separación de cada onda se coloca una aceituna un poco clavada en la ensaladilla, y al lado de ésta, entre las dos ondas, unos guisantes (procurando que éstos alcancen para toda la fuente). Desde el centro de cada dos o tres ondas de tomate, se coloca un espárrago, sobre

la ensaladilla, con las puntas hacia arriba, pegándolos sobre el borde de la corona. Se cortan los huevos en cuatro partes alargadas cada uno, separándolos con cuidado para que no se estropeen. Las cuatro rodajas de tomate redondas se colocan sobre la corona guardando la misma distancia una de otra. Los trozos de huevo (que son ocho), se colocan sobre la corona al lado de las rodajas de tomate, uno a cada lado, procurando que la parte de la yema quede del lado del tomate. Sobre cada rodaja de tomate, se coloca media aceituna.

La lechuga se pica menuda, se sazona y se coloca en el hueco del centro, en forma de pirámide; se clavan entre ella

unos espárragos de los más largos.

# **Rollo de ensaladilla**

**Un kilo de patatas**

**Un tarro de mahonesa (mediano) o los  
ingredientes para hacerla**

**Un tarro de aceitunas**

**4 tomates pequeños**

**2 zanahorias grandes**

**Una lata de bonito**

**1/2 cucharada de mantequilla**

**Un bote de guisantes pequeño**

**2 huevos duros**

**Una yema de huevo**

**Sal**

Se ponen a cocer las patatas, una vez peladas y cortadas en trozos, en agua hirviendo con sal; ya cocidas, se escurren y se ponen a secar en el horno durante unos minutos; seguidamente se pasan por el pasador, agregando, una vez pasadas, la mantequilla y la yema, removiéndolo al lado del fuego hasta que ésta quede introducida. Se deja enfriar.

Las zanahorias se pelan y se ponen a cocer enteras en agua hirviendo con sal; ya cocidas, se escurren y se dejan enfriar.

En una fuente, se mezcla la lata de bonito, los guisantes escurridos

(reservando dos cucharadas), unas aceitunas picadas y dos cucharadas de mahonesa. Las zanahorias se cortan en tiras largas.

El puré, una vez frío, se coloca sobre un paño húmedo; con la ayuda de éste se aplasta como si fuera una torta; conseguido esto se coloca en el centro el relleno, extendiéndolo a lo largo, y las tiras de zanahoria. Con la ayuda del paño se le da vuelta, envolviéndolo en forma de rollo; se coloca sobre una fuente y se saca con cuidado el paño; se adorna con aceitunas clavadas y puntos de mahonesa hechos con la manga. Se adorna la fuente con rodajas de tomate finas alternando con rodajas de huevo

cocido.



## **BUDINES**

*Los budines, para su  
preparación, llevan siempre  
un picadillo o puré, que*



*puede ser de pescado, carne,  
ave o verduras. Los integran  
huevos y se cuajan al baño  
María.*

*Se moldean en moldes lisos,  
altos y alargados o redondos,  
en forma de flaneros (según  
convenga).*

*Éste se untará con abundante  
mantequilla, colocando  
además un papel en el fondo,  
cortado a la medida.*

*El papel se untará  
igualmente con mantequilla.*

*No conviene cocer los  
budines más de lo necesario,  
pues pierden ligereza, pero*

*tampoco menos, pues se  
romperían.*

*No deben desmoldarse nada  
más cocerlos, debe dárselos  
un reposo de unos diez  
minutos para que asienten y  
no se rompan.*

# **Budín de coliflor**

**Un kilo de coliflor**

**3 cucharadas de harina**

**3 huevos**

**100 grs. de mantequilla**

**3/4 litros de leche**

**Una cebolla**

**Una rama de perejil**

**Sal**

Se cuece la coliflor en agua hirviendo y sal.

Con la mitad de la mantequilla y la harina se prepara una bechamel (véase

fórmula); se añade, al cocer la bechamel, un trozo grande de cebolla y la rama de perejil. Cuando la coliflor está cocida, se escurre y se coloca sobre un paño para que se seque. Bien seca, se pasa por el pasador, se agrega a lo pasado la mitad de la bechamel (se le separa la cebolla y el perejil); el resto se reserva, se coloca todo en una tartera y se cuece hasta engordarlo, removiéndolo sin parar con cuchara de madera, llegando al fondo para que no se agarre. Bien espeso, se retira del fuego y se deja enfriar. Cuando está tibio se agregan las tres yemas de huevo y se mezcla bien. A continuación se incorporan las tres claras batidas a

punto de nieve, se mueve un poco para introducirlas sin removerlo y se vierte en un molde engrasado con mantequilla y con un papel en el fondo (éste también engrasado); se pone a cocer al baño de María, primero sobre la chapa; cuando empiece a hervir el agua, se mete a horno moderado hasta que esté cuajado (unos cuarenta minutos). Se comprueba si está cuajado pinchándolo con una aguja larga en el centro (debe llegar al fondo); si sale limpia, se retira y se deja reposar diez minutos antes de desmoldarlo.

La salsa bechamel reservada se pasa por el pasador, se acerca al fuego y se le añade el cuarto litro de leche restante y

el resto de la mantequilla; se rectifica de sal. Si esta salsa tuviera que esperar, se conserva muy caliente al baño de María. Cuando el budín ha reposado se vuelca sobre una fuente calentada, se levanta el molde despacio, y se viene por encima la salsa. Se sirve enseguida. La salsa no se echará hasta el momento de llevarla a la mesa.

## **Budín de verduras**

**1/2 kilo de repollo**

**1/4 kilo de patatas**

**1/4 kilo de judías verdes (fréjoles)**

**1/2 kilo de tomate o el equivalente del tiempo**

**1/4 kilo de zanahorias**

**1/4 kilo de coliflor**

**1/4 kilo de guisantes desgranados (o una lata)**

**3 huevos**

**4 cucharadas de bechamel**

**Aceite**

**Salsa mahonesa**

**Sal**

Se lava bien el repollo, se pica muy menudo y se cuece en agua hirviendo con sal hasta que esté tierno. Se pelan las zanahorias y se pican menudas. A las judías verdes se les quitan los hilos y se cortan muy menudas.

Se pone una cazuela al fuego con agua

sazonada de sal cuando rompe a hervir se echan las zanahorias, la coliflor, las judías verdes y los guisantes (éstos, si fueran de lata, no es necesario cocerlos hasta un poco antes de retirar las verduras del fuego). Se deja cocer todo media hora; pasado ese tiempo se agregan las patatas cortadas en cuadros pequeños, dejándolo nuevamente hasta que esté todo tierno, entonces se comprueba de sal y se escurre perfectamente. El repollo, si está tierno, se escurre mucho y se mezcla con las demás verduras, añadiendo los guisantes escurridos si fueran en conserva.

En la sartén se pone aceite; cuando está caliente se fríe un ajo; ya frito se separa



y se echan las verduras (deben estar perfectamente escurridas), se rehogan durante cinco minutos; pasados éstos se retira la sartén del fuego y se deja enfriar un poco, se le añaden entonces los huevos batidos, como para tortilla. Todo bien mezclado se vierte en un molde perfectamente engrasado con aceite, cuidando de ponerle un papel también engrasado en el fondo. Se cuece al baño María como el anterior.

En su punto, se retira del horno y se deja reposar antes de sacarlo del molde.

# **Budín de salmón**

**Una lata de salmón de 1/2 kilo**

**4 cucharadas de leche**

**4 huevos**

**Salsa mahonesa o vinagreta**

**4 cucharadas de miga de pan**

**1/2 lata de tomate o el equivalente del tiempo**

**Sal**

Se pone el tomate en una sartén al fuego con dos cucharadas de aceite, se deja cocer hasta que esté espeso, entonces se pasa por el pasador y se le añade la

miga de pan remojada en leche y exprimida.

Se pica el salmón muy menudo, se le agrega la salsa de tomate y las yemas una a una, se remueve todo bien, se sazona de sal y se agregan las claras batidas a punto de nieve, uniéndolo todo sin revolverlo mucho; se vierte sobre un molde engrasado y con un papel en el fondo, se cuece al baño de María, primero sobre la chapa; cuando rompe el hervor se mete al horno durante media hora, aproximadamente; se comprobará que está cuajado pinchándolo en el centro con una aguja, ésta debe salir limpia. En su punto se retira del horno, se deja reposar diez minutos antes de

sacarlo del molde, se sirve con una salsa mahonesa o vinagreta (véase *Salsa mahonesa* o *Vinagreta*).

## **Budín de macarrones y salsa de tomate**

**300 grs. de macarrones**

**Una cebolla mediana**

**3 huevos**

**Una cucharada de harina (muy llena)**

**25 grs. de queso rallado (éste puede suprimirse)**

**100 grs. de jamón magro poco salado**

**Un kilo de tomates**

**1/2 litro de leche**

## **Una cucharada de mantequilla**

### **Sal**

En un poco de aceite se pone la cebolla cortada en rodajas finas, se rehoga, y cuando empieza a ponerse tierna, sin que tome color, se le añaden ocho cucharadas de leche, una rama de perejil y un poco de sal; se deja cocer despacio hasta que la cebolla está tierna (un cuarto de hora, aproximadamente), entonces se pasa por el pasador y se reserva al calor. Con el resto de la leche, una cucharada de harina y la mantequilla se prepara una bechamel (véase Salsa bechamel); ésta debe de cocerse hasta que esté muy espesa.

Se pone al fuego una cazuela con agua sazonada de sal y una cucharada de aceite; cuando esté hirviendo se añaden los macarrones cortados en pedazos pequeños y se dejan cocer lentamente hasta que estén tiernos (aproximadamente veinticinco minutos). Ya cocidos (deben conservarse enteros) se pasan a un escurridor para que queden bien secos.

En una tartera se pone la bechamel, el jamón cortado en cuadros pequeños, los macarrones, las yemas y las claras a punto de nieve. Se mezcla todo y se cuece al baño de María, primero sobre la chapa, y cuando rompe a hervir se mete en el horno media hora,

aproximadamente. Se comprueba si está cuajado, entonces se retira y se deja reposar diez minutos, pasados éstos se desmolda y se cubre con salsa reservada.

## **Budín de carne con salsa de tomate**

**600 grs. de ternera picada (muy tierna)**

**1/2 litro de leche**

**100 grs. de tocino**

**3 cucharadas de miga de pan**

**3 huevos**

## **SALSA**

**Una lata grande de tomate (o el equivalente del tiempo)**

**Una rama de perejil**

**2 dientes de ajo**

**Una cebolla**

**Aceite / Sal**

Se pica la carne junto con el tocino (éste ha de ser completamente blanco), se pasa dos o tres veces por la máquina para que quede perfectamente fino. En estas condiciones se pone la carne en una fuente, se sazona de ajo y perejil, se le añade el pan remojado en leche y escurrido, se amasa todo bien con las manos, se sazona de sal y se añaden las yemas una a una removiéndolo bien para



dejarlo como una papilla. Se agregan las claras, batidas a punto de nieve, y se vierte en un molde perfectamente engrasado con aceite, con un papel en el fondo. Se cuecen al baño de María, primero sobre la chapa, cuando empieza a hervir se mete al horno aproximadamente una hora. Estará en su punto cuando al pincharlo en el centro con una aguja ésta sale limpia. Entonces se saca y se deja reposar diez minutos.

Se prepara una salsa de tomate con los ingredientes de la salsa y se reserva.

Cuando el budín haya reposado se desmolda en una fuente calentada y se le vierte un poco de salsa por encima (muy caliente), de forma que el budín quede

ligeramente cubierto. El resto de la salsa se sirve en salsera.

## **Budín de merluza**

**Un kilo de merluza o pescadilla  
(congelada resulta muy buena)**

**4 huevos**

**Una cebolla grande**

**Un vaso de vino blanco**

**Ajo / Perejil**

**3/4 kilo de tomates o el equivalente en  
conserva**

**3 cucharadas de miga de pan**

**3 cucharadas de leche**

**Un poco de aceite**

**Mahonesa**

**Un limón**

**Sal**

Es

difícil

distinguir

el

budín

con

merluza

o

pescadilla

congelada

del

preparado

con

ella

fresca,

por

lo

tanto,

lo

primero  
resulta  
más  
económico.

Una vez descongelada la merluza o pescadilla (ver manera de descongelarla) se rocía con unas gotas de limón y se deja reposar un cuarto de hora, pasado ese tiempo se pone a cocer con un caldo corto, preparado con un vaso de vino blanco, media cebolla en trozos, un diente de ajo, una rama de perejil y sal; se deja hervir el caldo durante media hora, pasado ese tiempo se introduce la merluza y se deja cocer veinte minutos, contados desde que rompe el hervor; entonces se separa del

fuego y se deja enfriar en el mismo caldo. Mientras se cuece la merluza se ponen en la sartén cuatro cucharadas de aceite; cuando está caliente se agrega media cebolla picada muy menuda, a continuación el tomate en trozos, se machaca en el mortero un diente de ajo con una rama de perejil, se deslíá con dos cucharadas de vino blanco y se añade a la salsa, dejándola cocer hasta que espese mucho, removiéndola de vez en cuando para que no se agarre. Ya en su punto se pasa por el pasador y se reserva (si fuera tomate en conserva se prepara de la misma manera). Si la salsa quedara ligera se pone nuevamente al fuego para que se reduzca, pues debe

quedar muy espesa. Ya fría la merluza se escurre y se desmenuza, quitándole perfectamente la piel y espinas; en estas condiciones se aplasta con un tenedor.

En un recipiente se pone la merluza desmenuzada, se agrega la miga de pan remojada en leche y estrujada, la salsa de tomate y las yemas; se comprueba de sal, se mezcla todo bien y se agregan las claras batidas a punto de nieve, mezclándolo con cuchara de madera o espátula sin removerlo mucho.

Se vierte en un molde bien engrasado, con un papel en el fondo, y se pone a cocer al baño de María, primero encima de la chapa; cuando empieza a hervir se mete en el horno hasta que esté cuajado.

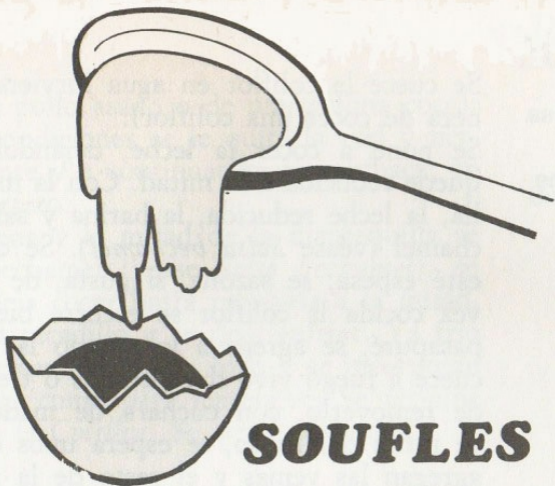
Necesita aproximadamente media hora; se conoce que está en su punto cuando al pincharlo en el centro con una aguja larga ésta sale limpia, y cuando se despegan los costados del borde. Entonces se retira del horno y se deja reposar diez minutos antes de desmoldarlo.

Se prepara una salsa mahonesa (véase *Salsa mahonesa*); si fuera de tarro se adelgaza con un poco de leche y unas gotas de vinagre, pues no debe de quedar demasiado espesa; se adorna con ella el budín, procurando que corra bien y que quede cubierto.

Se puede adornar la fuente si se quiere con tomates rellenos con ensaladilla

rusa (véase *Tomates rellenos*).





## **SOUFLES**

*El soufflé se prepara a base  
de una bechamel con una  
cantidad adecuada de claras*

*batidas a punto de nieve, al que se le añade ingrediente cualquiera: ave, marisco, queso, pescado, legumbres, etc.*

*Los soufflés se cuecen y se sirven en el mismo molde. Éstos son cazuelas, más o menos grandes, un poco hondas (también los hay individuales), son de metal o de barro refractario. El molde debe estar bien untado de mantequilla. El horno para su cocción tiene que estar caliente, sin exceso, si no está caliente, el*

*souflé se seca y no sube y si está demasiado caliente sube bien, pero toma color de repente y corre el peligro de no cocerse por dentro.*

*El tiempo de cocción depende del tamaño; en los grandes son suficientes de veinticinco a treinta minutos, y en los pequeños de doce a quince minutos.*

*Debe servirse enseguida, para que no pierda presentación.*

*El éxito del souflé depende del buen batido de las claras, buen punto del horno y de*

*servirlo inmediatamente  
sacado del horno.*

# **Souflé de coliflor**

**350 grs. de coliflor**

**Una cucharada de harina**

**4 claras**

**1/2 litro escaso de leche**

**3 yemas**

**50 grs. de mantequilla**

**Sal**

Se cuece la coliflor en agua hirviendo y sal (véase manera de cocer una coliflor).

Se pone a cocer la leche, dejándola hervir hasta que quede reducida a la

mitad. Con la mitad de la mantequilla, la leche reducida, la harina y sal se prepara una bechamel (véase *Salsa bechamel*). Se deja cocer hasta que esté espesa, se sazona, si gusta, de nuez moscada. Una vez cocida la coliflor se escurre bien y se pasa por el pasapuré, se agrega a lo pasado la salsa bechamel y se cuece a fuego vivo durante dos o tres minutos, sin dejar de removerlo, con cuchara de madera. A continuación se retira del fuego, se espera unos cuatro minutos y se agregan las yemas y el resto de la mantequilla, cortada en trocitos. Se baten las claras a punto de nieve (de como se cuajen las claras depende el éxito del soufflé), tienen que quedar

como para merengue, en estas condiciones se mezclan con el preparado; removiéndolo con la espátula (no debe revolverse con batidor ni tenedor) con cuidado para que no se caiga. La mezcla de las claras debe hacerse con ligereza para que no se bajen éstas, Se vierte el conjunto en el molde de soufflé, bien untado de mantequilla, se coloca bien subido en el centro formando pico, alisándolo con un cuchillo, se mete a horno moderado durante veinte o veinticinco minutos (debe estar muy subido y de color dorado). Se sirve en seguida.

# **Souflé de patata**

**5 patatas grandes (aproximadamente un kilo)**

**100 grs. de jamón**

**100 grs. de mantequilla**

**4 huevos**

**Sal**

Se asan las patatas en horno. Mientras se asan se pone la leche a hervir hasta que quede reducida por evaporación a dos decilitros (catorce cucharadas). Una vez asadas las patatas se les quita la piel y se colocan en un plato hondo. Con una cuchara de madera se aplastan al lado del fuego (para que se conserven



calientes) hasta dejarlas finas, seguidamente se sazonan de sal, se añade la mantequilla y se remueve al lado del fuego sin parar, con una cuchara de madera. Se añade a continuación la leche reducida a cucharadas, se retira del fuego y se agrega entonces el jamón cortado en trocitos menudos y las yemas de huevo. Veinte o veinticinco minutos antes de servirlo se incorporan las claras batidas a punto de nieve y se termina la preparación del soufflé, como el anterior.

# Souflé de pollo

**1/2 kilo de pechuga de pollo o gallina**

**6 huevos**

**Una cucharada de harina**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de mantequilla**

**Sal**

La carne será de un pollo asado o de una gallina cocida en caldo. En estas condiciones se le quita la piel y nervios, se pica finamente y a continuación se machaca, en porciones, en el mortero.

Con la leche, la harina y la mitad de la

mantequilla se prepara una salsa bechamel (véase *Salsa bechamel*); se sazona de sal y se deja cocer hasta reducirla a la mitad, se añade entonces el picadillo y se deja enfriar. Ya frío se añaden las seis yemas, se mezcla bien y se incorporan las seis claras batidas como para merengue. Se termina la preparación como la *Coliflor*. Se sirve enseguida.

## **Souflé de pescado**

**1/2 kilo de pescado cocido**

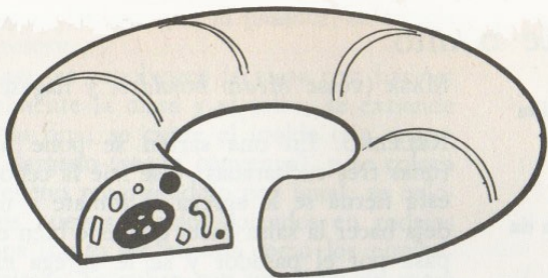
**Una cucharada de harina**

**100 grs. de mantequilla**

**1/2 litro leche / 6 huevos**

Exactamente igual que el *Souflé de pollo*.

El pescado debe pesar 1/2 kilo después de cocido; puede emplearse cualquier clase de pescado: merluza, salmón, rape, etcétera.



**PASTAS QUEBRADAS  
Y HOJALDRES**

# **Emapanada de bonito**

## **MASA**

**250 grs. de mantequilla o margarina**

**1/2 kilo de harina**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita rasa de sal**

## **RELLENO**

**2 latas de bonito o 1/2 kilo fresco**

**1/2 lata de tomate**

**Un huevo para barnizar**

**1/2 cebolla**

**Un poco de aceite**

**Puede**

**prepararse**

**también**

con  
**Pasta**  
**quebrada;**  
en  
este  
caso,  
véase  
fórmula.  
El  
adorno  
de  
la  
empanada  
queda  
a  
gusto  
de  
cada  
uno.

**MASA** (véase *Medio hojaldre*, y hágase

igual).

**RELLENO.** En una sartén se pone un poco de aceite (unas tres cucharadas) y se fríe la cebolla picada; cuando está tierna se le agrega el tomate y un poco de sal; se deja hacer la salsa hasta que esté bien espesa; entonces se pasa por el pasador y se le agrega el bonito deshecho (después de escurrido el aceite). Se mezcla y se deja enfriar.

Si el bonito es fresco, se le quita la piel, se sazona de ajo y sal y se fríe lentamente hasta que esté bien tostado, a continuación se separa del aceite, se pone en la salsa preparada y se deja cocer lentamente durante veinte minutos.



Pasados éstos, se saca el bonito, se deshace en un plato y se vuelve a poner en la salsa; se mezcla bien y se deja enfriar.

Ya reposada la masa elegida, se espolvorea la mesa con harina, se extiende una parte de ésta con el rollo y se forra el molde (sin engrasarlo), redondo o alargado (según convenga). Se extiende el relleno preparado, se cubre con otra capa de masa, se enrollan los bordes para rematarlo y se cubre el remate con una tira de masa, a la que se le pasará un pincel humedecido en agua, para que no se despegue al cocerse. Por encima se colocan unas tiras, también humedecidas para que se peguen unas

con otras; se bate un huevo y se barniza para darle brillo. Se cuece a horno moderado, hasta que esté dorada. Antes de retirarla del horno debe observarse si la masa del fondo y la de los lados está cocida. En su punto se saca del horno y se deja enfriar dentro del molde.



# **Empanada de carne**

## **RELLENO**

**1/2 kilo de carne**

**Un octavo de pimientos**

**1/2 lata de tomate**

**2 huevos cocidos**

**Un huevo crudo para barnizar**

**Un poco de vino blanco**

**Una cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Aceite**

**Sal**

**Puede**

prepararse  
la  
empanada  
con  
**Pasta**  
**quebrada**  
(véase  
fórmula).

MASA. Los mismos ingredientes que para la *Empanada de bonito* (véase fórmula).

RELLENO. Se prepara la masa (véase *Medio hojaldre*, y hágase igual).

Se corta la carne en trozos, se sazona con ajo machacado y se deja reposar un cuarto de hora; seguidamente, se le pone la sal y se guisa (véase *Carne guisada*,

y hágase igual). Cuando la carne está tierna, se separa de la salsa. Si ésta está ligera, se sigue cociendo para que se reduzca. La carne se pone sobre la tabla y se pica muy menuda. Una vez la salsa espesa, se pasa por el pasador, se mezcla con la carne y se reserva.

Ya reposada la masa, se espolvorea la mesa con harina; se espolvorea igualmente la masa y el rollo; se extiende una parte, dejándola fina; se cubre el molde (sin engrasarlo), redondo o alargado (según convenga), y se coloca sobre la mesa el relleno repartiéndolo por igual; se colocan por encima los huevos cocidos cortados en rodajas y tiras de pimientos (tanto los

huevos como los pimientos pueden suprimirse). Se cubre con un disco de masa cortado a la medida del molde y se enrollan los bordes para rematarla.

El resto (véase la terminación de la *Empanada de bonito*, y hágase igual).

# **Empanada asturiana**

## **RELLENO**

**150 grs. de jamón (en un trozo grueso)**

**200 grs. de chorizo de buena calidad**

**3 huevos duros**

**Un huevo crudo**

**3 cucharadas de aceite**

Puede prepararse la empanada con **Pasta quebrada** (véase fórmula).

**MASA.** Los mismos ingredientes que para la *Empanada de bonito* (véase fórmula).

**RELLENO.** Reposada la masa, se coloca sobre la mesa espolvoreada de harina, se espolvorea igualmente el rollo y la masa, se extiende una parte y se cubre con ella el molde (sin engrasar)



redondo o alargado (según convenga), se ponen sobre la mesa los huevos cocidos, cortados en rodajas (cada huevo en tres partes). Entre los huevos se ponen rodajas de chorizo (no deben ser demasiado delgadas), éstas se alternan con trozos de jamón. Una vez rellena (procurando que queden todos los ingredientes bien proporcionados), se termina como la *Empanada de bonito* (véase fórmula y hágase igual).

# **Empanada gallega**

## **RELLENO**

**1/2 kilo de sardinas frescas  
(pequeñas)**

**Una lata grande de tomate o el  
equivalente si es fresco**

**Una cebolla mediana**

**Aceite**

**Ajo**

**Perejil**

Puede

prepararse

la

empanada

con

**Pasta**

**quebrada**

(véase

fórmula).

MASA. Los mismos ingredientes que  
para la *Empanada de bonito* (véase

fórmula).

RELLENO. En un poco de aceite (basta con cubrir el fondo de la sartén), se fríen la cebolla muy picada, un diente de ajo y un poco de perejil, todo menudísimo; cuando está la cebolla tierna se le añade el tomate aplastado (si fuera del tiempo se pela y se corta en trocitos), se sazona de sal, se le pone un pellizco de azúcar si se quiere corregir la acidez del tomate y se deja cocer lentamente hasta que esté espesa. Las sardinas se limpian de tripa, cabeza y espina y se sazonan de sal.

Reposada la masa, se coloca sobre la mesa espolvoreada de harina, se espolvorea igualmente el rollo y la

masa, se extiende una parte y se cubre con ella el molde sin engrasar, redondo o alargado (según convenga). Sobre la masa se pone la mitad de la salsa, se extiende y se colocan sobre ésta las sardinas, unas al lado de otras (deben quedar muy juntas), se cubren con el resto de la salsa y se termina como la *Empanada de bonito* (véase fórmula y hágase igual).

## **Medio hojaldre**

**1/4 kilo de mantequilla**

**1/2 kilo de harina**

**2 pocillos de agua**

**2 cucharaditas de sal**

Sólo cambian en el Medio Hojaldre los ingredientes; la preparación es la misma que para el hojaldre (véase manera de preparar éste en *Repostería*).

## **Pasta quebrada**

**Un pocillo de aceite deshumado y frío**

**100 grs. de mantequilla**

**Un pocillo de agua**

**Una yema de huevo**

**2 cucharaditas de levadura Royal**

**Harina / Sal**

Se  
cubre  
con  
un  
pañó  
húmedo  
para  
evitar  
que  
se  
forme  
en  
la  
superficie  
una  
corteza,  
difícil  
de  
quitar.

En una fuente se mezcla el aceite, el

agua (fría) con la sal, la yema y la mantequilla o margarina; se bate hasta que esté cremoso. A continuación se le añade poco a poco harina para formar una masa que se pueda extender fácilmente con el rollo (no debe trabajarse mucho, sólo lo suficiente para unirlo). A continuación se extiende con el rollo y se le dan tres vueltas, como las del hojaldre; seguidamente se coloca sobre un plato espolvoreado ligeramente de harina, se cubre con un paño humedecido y se deja reposar en sitio muy fresco (mejor en nevera) unas dos horas. Pasadas éstas, puede emplearse. *Se usa para «empanadas y empanadillas».*

# **Pastelillos de jamón y carne**

**MASA 1/4 kilo de mantequilla o  
margarina**

**1/4 kilo de harina**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita de sal**

## **RELLENO**

**1/4 kilo carne para asar**

**100 grs. de jamón**

**Un chorro de vino blanco**

**Un huevo para barnizar**

**Una cebolla / Aceite / Sal**

**Ajo / Perejil**



Estos  
pastelillos  
pueden  
rellenarse  
también  
de  
bonito,  
chorizo,  
salmón,  
etc.

Con los ingredientes de la masa se prepara *Hojaldre* (véase fórmula en *Repostería*).

La carne se sazona de ajo muy machacado y se asa (véase *Carne asada*); cuando está tierna se separa de la salsa y sobre la tabla se pica menudísima. El jamón se pica muy

menudo y se mezcla con la carne; se pasa la salsa por el pasador y se agrega al picadillo una o dos cucharadas (debe quedar el picadillo jugoso pero sin grasa). Una vez reposada la masa, se espolvorea la mesa con harina, espolvoreando igualmente rollo y masa, se extiende no muy fina y se cortan con una copa o un vaso pequeño discos. Sobre ellos se coloca en el centro una cucharadita de picadillo, se les pasa alrededor un pincel humedecido en agua, se cubren con otro disco de igual tamaño, se juntan con el dedo los bordes, se barnizan de huevo batido y se cuecen en el horno hasta que estén dorados (de quince a veinte minutos).

# **Pastelillos de atún**

## **MASA**

**1/4 kilo de mantequilla o margarina**

**1/4 kilo de harina**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita de sal**

## **RELLENO**

**Una lata de atún**

**1/2 lata de tomate concentrado**

**Un huevo para barnizar**

**Sal**

Pueden

rellenarse

igualmente

con

picadillo  
de  
jamón,  
chorizo,  
carne,  
etc.

Con los ingredientes de la masa se prepara *Hojaldre* (véase fórmula).

Se deshace muy menudo el bonito en un plato, se le agregan unas cucharadas de tomate concentrado hasta dejarlo jugoso. Cuando la masa está reposada, se espolvorea la mesa, espolvoreando igualmente el rollo, y la masa se estira dejándola un poco fina y se forran unos moldes de tartaletas (véase moldes de tartaletas en la siguiente fórmula); se les

coloca a cada una un poco de relleno y se cubren con un disco un poco grueso, cortado del mismo tamaño que el molde (éste se humedece con un poco de agua por la parte de dentro para que no se despegue al cocerse), se barnizan con huevo batido y se cuecen a horno fuerte sin exceso hasta que estén dorados; antes de retirarlos del horno se comprobará si el fondo está bien cocido. Cuando están dorados se sacan del horno y se dejan enfriar dentro de los moldes. Una vez fríos, se les pasa alrededor un cuchillo para despegarlos y se vacían.

# Tartaletas de ensaladilla

## MASA

1/4 kilo de mantequilla o margarina

1/4 kilo de harina

Un pocillo de agua

Una cucharadita de sal

## RELLENO

(Véase ingredientes de *Ensaladilla rusa*).

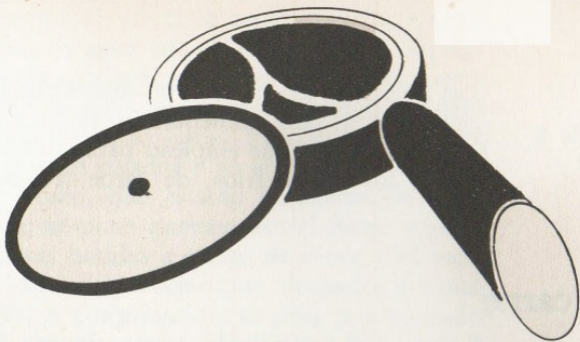
Con los ingredientes de la masa se prepara el *Hojaldre* (véase fórmula). Se prepara una *Ensaladilla rusa* (véase fórmula).

Ya la masa reposada se espolvorea la

mesa con harina, espolvoreando igualmente el rollo y la masa; se extiende hasta dejarla fina, se cortan unos discos un poco mayor que los moldes. Con estos discos se forran los moldes de tartaleta (resultan muy bien para hacer estos moldes los botes que van quedando vacíos de la leche condensada, recortándolos y dándoles una altura de cinco centímetros). Una vez forrados se apoya el dedo por toda la masa para pegarlos bien al molde, se recorta lo sobrante. En el fondo de cada tartaleta se pincha dos o tres veces con la punta de un cuchillo para que no se ahuequen ni se deformen. Se llenan de legumbres secas (alubias, garbanzos,

etc.) con el objeto de que no se deslice la masa y queden sin forma. Se cuecen a horno fuerte (sin exceso) hasta que tengan un bonito color dorado. Necesitan aproximadamente quince o veinte minutos. Ya en su punto, se vacían las legumbres y se vuelven a poner en el horno para que se colorean por dentro. Seguidamente se colocan boca abajo para quitarles el molde. Una vez frías, se rellenan de ensaladilla.





**PLATOS FRIOS**

Las gelatinas se emplean en algunos casos por prescripción médica, para alimentación, por ser de muy fácil digestión. También se emplean para la presentación y adorno de los platos fríos, de carne, pescado, huevos, etc.

## **Gelatina de carne**

**3/4 kilo de carne de pierna**

**Un kilo de huesos**

**2 patas de vaca**

**200 grs. de carne de vaca, picada**

**150 grs. de cortezas de tocino**

**Una cebolla grande**

**3 zanahorias**

**2 puerros**

**Una rama de perejil**

**Sal**

Se pone en una cazuela, proporcionada, la carne de pierna, las cortezas de tocino, raspadas y lavadas, las patas partidas en trozos, los huesos, las zanahorias peladas, la cebolla cortada en trozos, los puerros y el perejil. Se acerca ésta al fuego hasta que se calienta. Cuando empieza a soltar vapor, se añaden tres litros de agua fría y la sal. Se pone a fuego vivo hasta que rompe el hervor; conseguido esto, se espuma y, rápidamente, se le añade un pocillo de agua fría para que cese el

hervor, se vuelve a espumar perfectamente y se deja que rompa de nuevo el hervor; entonces se separa un poco del calor y se deja cocer muy lentamente, pero sin que deje de hervir, durante cuatro horas. Pasadas éstas se pasa el caldo por un colador y se deja enfriar durante veinticuatro horas. A continuación, se raspa la superficie, si tiene grasa, y se pone la gelatina en una cacerola con la carne de vaca picada (ésta debe ser muy hecha), las claras de huevo batidas a punto de nieve, las cáscaras de los huevos y el vino blanco. Se acerca al fuego para que se caliente despacio, removiéndolo con cuchara de madera para que no se agarre. Cuando

empieza a hervir, se separa a un lado y se deja que apenas hierva (o sea, que lo haga muy lentamente) durante un cuarto de hora.

Se aclara bien un paño blanco; se escurre perfectamente y se sujetan las cuatro puntas formando bolsa; se echa el contenido de la cacerola y se deja filtrar, sin moverlo ni tocarlo, poniendo debajo del paño un recipiente. Una vez filtrada, se echa en un plato para que se cuaje.

## **Gelatina de ternera**

# para adorno

**2 patas de vaca**

**1/4 kilo de zanahorias grandes**

**Una cebolla grande**

**Un vaso de vino blanco**

**2 hojas de cola de pescado**

**2 puerros**

**2 claras de huevo / Sal**

**Una rama de perejil**

**1/2 hoja de laurel**

En una cazuela se ponen las patas, partidas en trozos pequeños, las zanahorias peladas, la cebolla en trozos grandes, los puerros, el perejil y el laurel. Se agregan tres litros de agua fría y se acerca al fuego vivo para que hierva; cuando rompa el hervor se

espuma perfectamente y se añade un vaso de agua fría para que cese el hervor; se vuelve a espumar y cuando rompe el hervor de nuevo, se sazona de sal y se deja hervir muy lentamente, pero sin que cese, durante cuatro horas. Pasado este tiempo, se pasa el caldo por un colador y se le añade las dos hojas de cola de pescado, que estarán remojadas de antemano en agua fría; se pone nuevamente al fuego y se le añaden las dos claras batidas a punto de nieve y el vaso de vino blanco, dejándolo cocer muy despacio durante un cuarto de hora. A continuación, se pasa por un paño húmedo, como la receta anterior, y ya filtrada se coloca en un plato, se deja

enfriar y se utiliza como se desee.

# **Gelatina de pescado**

**3 cabezas de merluza**

**Un tomate grande**

**40 grs. de cola de pescado**

**Una rama de perejil**

**1/2 hoja de laurel**

**2 zanahorias**

**Un vaso de vino blanco**

**Una cebolla**

**3 claras / Sal**

Véase

**Cola**

**de**

**pescado.**



Se ponen en un recipiente las cabezas de merluza, bien limpias, y se añaden todos los ingredientes, menos la cola de pescado y las claras; se agregan tres litros de agua; se sazona de sal y se deja hervir media hora; pasada ésta, se pasa por un colador. Esto se mide, pues debe quedar reducido a tres cuartos de litro. Si no es esta medida, se hierve durante más tiempo, hasta conseguir esta cantidad. Conseguido, se le agregan las claras, las cáscaras de huevo machacadas y la cola de pescado, que estará remojada de antemano en agua fría. Se deja hervir cinco minutos y se filtra por un paño mojado; ya filtrada, se

utiliza.

## **Costrones de gelatina**

Los costrones de gelatina se obtienen de la gelatina moldeada en varias formas. Para ello se echa la gelatina en una fuente honda, que tenga bastante grueso. Cuando esté cuajada, se vuelca sobre un mármol y con un corta-pastas se divide en estrellas, triángulos, círculos, etc.; los recortes se pican y se aprovechan para cubrir el fondo de la fuente; con ellos se forman cenefas para el adorno

de platos fríos o se colocan encima del fiambre.

## **Fiambre de ternera**

**1/2 kilo de carne de ternera**

**150 grs. de jamón**

**3 cucharadas de miga de pan**

**Un huevo**

**Una trufa**

**Un tarro de mahonesa, mediano**

**2 higadillos de pollo**

**150 grs. de tocino graso**

**Una copa de jerez seco**

**4 cucharadas de leche**

**Sal**

La ternera debe estar bien limpia de piel y nervios; se pica junto con el tocino, el jamón y los higadillos, en la máquina. Se deshace bien la miga de pan con la mano; se remoja con la leche, se escurre y se agrega a la carne picada. Todo ello se vuelve a colocar en la máquina y se pica nuevamente. Debe quedar como una pasta. Si es necesario se pica por tercera vez. Hecho una pasta se pone en un recipiente, se le agrega el huevo batido, el jerez y la trufa picada; se sazona de sal, se mezcla bien, amasándolo con la mano y se coloca en un molde alargado y alto, bien engrasado; se pone al baño María y se

mete al horno con calor moderado, hasta que esté cocido. Se conoce cuando al pinchar varias veces brota el jugo blanco; mientras salga rosado es señal de que no está aún; en este caso, debe seguir cociendo. Cuando ya está cocido se saca del horno y se deja enfriar un poco; seguidamente se le pone una tabla que ajuste dentro del molde, con peso encima, y se deja diez horas. Pasadas éstas, se vuelca en una fuente y se sirve adornado con lechuga picada y ramas de perejil.

# Fiambre de cerdo

**750 grs. de lomo de cerdo**

**250 grs. de tocino fresco**

**200 grs. de jamón**

**Nuez moscada**

**Sal**

Se pica la carne de cerdo junto con el jamón y tocino en la máquina. Este fiambre debe estar bien picado; para ello; se pasará dos o tres veces, si fuera necesario y luego se machaca en porciones en el mortero, hasta que quede hecho papilla. Preparado todo como una

pasta fina, se sazona de sal, nuez moscada (ésta rallada y en poca cantidad); se coloca todo en un molde engrasado con mantequilla y se pone a cocer al baño María en el horno, durante tres horas. Se conoce que está cocido cuando, pinchándolo varias veces, el jugo que brota es blanco; si en rosado, es señal de que aún no está. Ya en su punto, se retira del horno y se deja enfriar un poco; después se introduce dentro del molde una tabla ajustada; se le coloca peso encima y se deja prensar durante diez horas. Pasado este tiempo, se desmolda.

Este fiambre puede conservarse varios meses, poniéndolo en un recipiente de

loza o gres y cubriéndolo por encima con una capa espesa de manteca de cerdo derretida.

## **Fiambre de bonito o atún**

**Un kilo de bonito**

**2 huevos**

**Una copa de vino de jerez seco**

**5 zanahorias grandes**

**2 cucharadas de pan rallado (sin tostar)**

**125 grs. de tocino**

**Sal**



Se limpia el bonito de piel y espinas y se pica en la máquina hasta dejarlo como una pasta fina (puede pasarse dos veces); entonces se le añade el pan rallado, el jerez y los huevos batidos; se sazona de sal, teniendo en cuenta que el jamón y tocino están salados.

Las zanahorias se cuecen en agua hirviendo, enteras, después de peladas. Ya cocidas, se dejan enfriar; frías, se cortan en tiras alargadas de un dedo de ancho; igualmente se hacen tiras de jamón y tocino.

Sobre una mesa se coloca un paño blanco (fino) bien aclarado; en el centro se pone la tercera parte del picadillo de

bonito; sobre éste se colocan, alternando, la mitad de las tiras de jamón, la otra mitad de tocino y la mitad de las zanahorias. Se cubre con la otra tercera parte del picadillo; sobre éste las restantes tiras de jamón, tocino y zanahorias alternando, se pone el resto del picadillo. Se envuelve bien en el paño; se atan los extremos y se cose, apretándolo todo lo que se pueda. Se coloca en una cacerola cubierto de agua con una cebolla cortada en trozos, una rama de perejil, un diente de ajo, un vaso de vino blanco, un trozo de laurel y un poco de sal; se deja cocer durante una hora. Pasada ésta, se escurre y se deja enfriar un poco, colocándolo sobre

una tabla; encima se pone otra con peso, por todo lo largo, hasta que está perfectamente frío; entonces se le quita el paño. Para servirlo se corta en rodajas finas y se pone en una fuente, adornado con lechuga picada, rodajas de huevo cocido, etc. (el adorno será a capricho).

## **Fiambre de hígado**

**Un kilo de hígado de ternera**

**3 cucharadas de miga de pan**

**Una copa de coñac**

**Un vaso de vino blanco**

**2 claras de huevo**

**3 yemas**

**200 grs. de tocino**

**175 grs. de lonchas de jamón magro,  
muy delgadas**

**Una cebolla**

**Una rama de perejil**

**Un diente de ajo**

**Sal**

Se pica muy fino el hígado, el tocino (las lonchas de jamón se reservan), la miga de pan, la cebolla, el ajo y el perejil; todo ello debe pasarse dos veces por la máquina de picar. A continuación se coloca todo en una fuente honda, agregándole el vino, el coñac, las yemas, las claras (éstas un poco batidas) y la sal, teniendo en

cuenta que el jamón y tocino están salados; se mezcla todo bien, se echa en un molde (como el del budín), que estará forrado por dentro con lonchas de jamón; se tapa con una tapadera y se pone a cocer al baño María en agua fría, sobre la chapa. Cuando empieza a hervir se mete todo en el horno, tapado, con calor moderado, durante una hora. Pasada ésta, se destapa y se comprueba si está cocido, pinchándolo con una aguja (ésta debe salir limpia). Ya cocido, se escurre la grasa sobrante, inclinando el molde y se deja enfriar completamente dentro de éste. Al tiempo de servirlo se introduce unos segundos en agua caliente y se vuelca en una

fuelle. Se corta en rodajas y se adorna con huevos cocidos cortados en rodajas.

## **Lacón relleno**

**Un lacón fresco**

**Una pechuga de gallina**

**2 huevos crudos**

**3 huevos duros**

**2 cucharadas de miga de pan**

**2 zanahorias**

**3 pimientos de lata (pueden prescindirse)**

**3 cucharadas de leche**

**Una copa de coñac**

**1/2 litro de vino blanco**

**Una lata de aceitunas sin hueso**

**150 grs. de jamón**  
**Una cebolla**  
**Ajo / Perejil**  
**Una hoja de laurel**  
**Sal**

No  
conviene  
cortar  
más  
que  
la  
cantidad  
que  
se  
va  
a  
utilizar  
para  
que  
se  
conserva

jugoso.

Se le quita la piel al lacón. (Se puede adquirir ya preparado, conservando ésta entera). La carne de lacón se despoja del hueso y se corta en trozos pequeños, junto con la pechuga de gallina. Se sazona con ajo machacado y la copa de coñac, dejándolo reposar dos horas. A continuación se le agrega la miga de pan remojada en la leche y escurrida, los huevos cocidos cortados en trozos, las aceitunas cortadas a la mitad, los pimientos cortados en tiras (si se quiere conservar varios días no se ponen), el jamón cortado en cuadros. Se sazona de sal y se añaden los huevos batidos,



mezclándolo bien. La mezcla debe hacerse con las manos, para que resulte más perfecta. Una vez mezclado, se rellena el lacón y se cose (como la piel de éste resulte dura, se agujerea antes de coserlo con una lezna de zapatero). Ya cosido se envuelve en un paño blanco (éste debe estar bien aclarado); se cose el paño, procurando dejarlo bien apretado y se ata; se coloca en una cacerola, se cubre de agua fría y se le añade el vino blanco, una cebolla cortada en trozos, dos dientes de ajo, una rama grande de perejil, las zanahorias, el laurel, un chorro de aceite y sal. Se acerca al fuego y se deja cocer hasta que esté tierno (unas tres horas),

procurando que no cese el hervor. Una vez cocido, se separa del caldo y se coloca entre dos tablas con bastante peso encima, dejándolo prensar doce horas. Pasadas éstas, se le quita el paño y los hilos de coserlo y se corta en rodajas finas.

## **Lacón relleno (otra fórmula)**

**Un lacón fresco**

**200 grs. de jamón**

**3 huevos cocidos**

**4 zanahorias grandes**

**Un tarro de aceitunas**

**Una copa de coñac**

**1/2 litro de vino blanco**

**Una cebolla**

**Una hoja de laurel**

**Ajo / Perejil**

**Pimentón / Sal**

Las

zanahorias

se

pueden

suprimir.

Se le quita la piel al lacón (se puede adquirir ya preparado), ésta se conserva entera. Se abre de arriba abajo la carne, se le quita el hueso y se sazona con ajo machacado, pimentón y la copa de coñac, dejándolo reposar toda la noche.

A continuación se rellena el hueco donde estaba el hueso con los huevos cortados al medio, las aceitunas. Las zanahorias se pelan y se ponen a cocer enteras; una vez cocidas, se escurren del agua y se dejan enfriar; cuando están frías se cortan en tiras muy finas. Con la aguja de mechar se van introduciendo por toda la carne tiras de zanahoria alternando con tiras de jamón. Cuando está todo bien mechado y relleno, se sazona de sal, se coloca dentro de la piel, se cose como el anterior y se cuece y prensa como se ha explicado para el anterior, cuidando de ponerle sal al cocer, aunque ya se haya puesto a la carne. Una vez frío, y después de

prensarlo, se corta en rodajas finas.

# **Lomo de cerdo (en frío)**

**Un kilo de lomo de cerdo**

**Un chorro de aceite**

**Ajo**

**Una copa de coñac**

**Sal**

Se limpia el lomo de toda grasa (éste debe ser un trozo más bien alargado), se sazona de ajo muy machacado y se deja reposar una hora; pasada ésta, se sazona

de sal y se coloca en una fuente refractaria o besuguera, se rocía con aceite fino (de no ser éste de buena calidad debe freírse antes un ajo) y se mete en el horno hasta que esté tierno y muy dorado. A media cocción se rocía con el coñac. De vez en cuando se riega con el jugo que suelta. Una vez cocido (se notará al pincharlo), se separa de la grasa y se deja enfriar completamente. Para servirlo se corta en lonchas muy finas (mejor con máquina).

## **Gallina trufada**

**Una gallina de kilo y cuarto o kilo y medio, aproximadamente**

**750 grs. de lomo de cerdo**

**250 grs. de tocino en un trozo**

**2 higadillos (el de la gallina y otro)**

**2 patas de ternera**

**150 grs. de corteza de tocino**

**1/4 kilo de carne de vaca**

**250 grs. de jamón curado (en un trozo)**

**Unos huesos de vaca**

**2 huevos**

**8 trufas**

**2 zanahorias**

**Un vaso de vino blanco**

**Una cebolla**

**Perejil**

**Sal**

La gallina para trufarla no debe ser ni muy joven ni muy vieja; debe pesar,

después de limpia, de kilo y cuarto a kilo y medio.

Se quitan las puntas del alón y se reservan. Una vez limpia se deshuesa la gallina igual que el pollo para rellenarlo (ver manera de deshuesar el pollo para rellenarlo). Se escoge de la parte más limpia del lomo de cerdo (o sea, lo que no tenga nada de gordos y nervios) un cuarto de kilo en un trozo y se corta en cuadritos pequeños, cortando igualmente en cuadros 150 grs. de tocino y 150 grs. de jamón y se reserva. El resto del lomo, del jamón y tocino se pica junto con los higadillos y la carne quitada del caparazón, de los muslos y los filetes de la gallina. Todo esto debe picarse muy



finamente, pasándolo dos o tres veces por la máquina. Esto bien picado se le añaden cuatro trufas finamente picadas, el lomo, jamón y tocino cortado en cuadros (cortando estos ingredientes en cuadros quedan mejor repartidos, formando al cortarlo un mosaico), las restantes trufas cortadas en tres pedazos cada una. Se coloca todo en una fuente y se rocía con el vaso de vino y la copa de coñac; se sazona de sal, teniendo en cuenta el jamón y el tocino ya salado y se agregan los huevos batidos, mezclándolo todo bien (para que la mezcla resulte perfecta debe hacerse con las manos). Antes de rellenar la gallina se cosen las cuatro aberturas de las

patas y alas (se cosen por dentro y luego se les da vuelta). Debe repasarse también por si la piel ha sido picada por alguna parte, en ese caso debe coserse. En estas condiciones se extiende la gallina (la piel) sobre la mesa, se echa de golpe el relleno, se reparte bien, se juntan los bordes y se cose. No conviene rellenarla más de lo debido, pues al cocer la piel encoge y fácilmente puede romperse. Una vez cosida se baja por detrás la piel del pescuezo, sin estirarla mucho y se cose a la espalda. Se ata la gallina, dándole bonita forma, siguiendo en lo posible la suya. Ya preparada se envuelve en un paño, aclarado repetidas veces, ajustándolo bien, sin apretarlo;

éste se cose y se atan los extremos. En una cacerola se colocan las cortezas de tocino lavadas, la cebolla y las zanahorias cortadas en trozos. Las puntas de las alas que se cortaron se atan con un bramante y éste se ata al asa de la cazuela; se tapa y se deja cocer sin nada de agua (sólo con su jugo) durante quince minutos, pasados éstos se añade el vino blanco y agua hasta cubrir la gallina; se sazona de sal y se deja hervir, espumándolo como el caldo del puchero. Se debe cocer durante hora y cuarto, dándole vueltas a la gallina a media cocción. Estará en su punto cuando estén cocidas las alas, que para comprobarlo se ataron al asa de la

cazuela; se retira entonces la gallina del caldo y se deja diez minutos, pasados éstos se le quita el paño, se retuerce éste agregando lo exprimido al caldo. Se sigue hirviendo el caldo destapado hasta que quede reducido a la cantidad de un litro. La gallina se envuelve nuevamente en un paño, pasado por agua fría y escurrido. Se atan los extremos con bramante y se coloca entre dos tablas con peso encima (unos tres kilos) y se deja prensar unas doce horas.

Cuando el caldo quede reducido a la cantidad indicada se clarifica y se deja que cuaje (ver *Gelatina de carne* y hágase igual). Si la gelatina no tuviera bastante consistencia se le agregan una o

más hojas de cola de pescado. Pasado el tiempo, se le quita el paño a la gallina; se coloca en una fuente y se vierte por encima parte de la gelatina muy fría, pero sin empezar a cuajarse, hasta dejarla bien envuelta. Puede adornarse la gallina si se quiere con trufas picadas, clara de huevo picada y hojas de perejil, todo esto alternado y bien extendido, vertiendo sobre ello más gelatina, para fijarlo. Con el resto de la gelatina se hacen costrones (véase *Costrones de gelatina*), el resto se pica y se cubre la fuente donde se va a servir la gallina. Con mucho cuidado se pasan unos cuchillos por debajo de la gallina y se traslada a la fuente donde está la

gelatina picada y se adorna el borde con los costrones.

## **Huevos a la victoria**

**6 huevos**

**12 gambas**

**Mahonesa**

**Gelatina**

**250 grs. de merluza**

**Una trufa**

**Un kilo de huesos de vaca**

**2 zanahorias**

**200 grs. de carne de vaca picada  
(pierna)**

**40 grs. de cola de pescado**

**Una cebolla**

**2 claras de huevo**

**Una copa de vino blanco**

**Un tomate**

**Sal**

Se prepara la gelatina poniendo a cocer los huesos, una cebolla en trozos, una zanahoria, sal y dos litros y medio de agua, dejándolo hervir durante dos horas hasta que quede reducido a tres cuartos de litro de caldo.

En una cacerola se ponen las dos claras de huevo, la carne de vaca picada, una zanahoria cortada en rodajas y un tomate; se agrega el caldo ya reducido y se acerca al fuego, removiéndolo con el batidor. Cuando está bien caliente se agrega la cola de pescado bien remojada

en agua fría y se deja cocer despacio durante un cuarto de hora. A continuación se pasa por un paño húmedo y se deja enfriar.

Se cuece la merluza en agua fría con un poco de vino blanco, una rama de perejil y sal; se deja cocer un cuarto de hora. Ya cocido se deja enfriar en el agua; se le quitan las espinas, se desmenuza muy fino y se reserva. Se ponen a cocer los huevos en agua fría durante doce o quince minutos (según el tamaño), pasados éstos se ponen en agua fría y se dejan enfriar; se descascarillan, se cortan a la mitad y se reservan las yemas. Se prepara una mahonesa (véase fórmula) o se usa de tarro, según se



prefiera. Si se prepara, cuando está bien espesa, se le añaden siete cucharadas de la gelatina preparada, y si fuera de tarro se vacía un tarro pequeño y se le añade la misma cantidad de gelatina líquida y fría. Se une bien la gelatina con la mahonesa y se mezcla con el pescado, rellenando las claras, colocando el relleno alto, en forma abombada y espolvoreándolo con la trufa picada. El relleno se baña con una cucharada de gelatina para abrillantarlo y se deja en sitio fresco.

Se ponen las gambas en agua hirviendo con sal y se cuecen durante diez minutos, pasados éstos se sacan del agua y se dejan enfriar; una vez frías se

descascarillan. Se pasan las yemas por un pasador y se mezclan con el resto de la gelatina, pero sin cuajar, y un poco de perejil picado muy fino. Se extiende bien, se deja cuajar y se cortan unos triángulos y medios discos con el cortapastas. Los recortes se pican muy menudos y se cubre el fondo de una fuente redonda (plana), se colocan los huevos encima, alrededor los costrones de yema y las gambas entre los huevos.

## **Lengua de vaca a la**

# escarlata

**Una lengua de vaca grande**  
**200 grs. de tocino en una loncha**  
**1/2 m. de tripa de vaca, ancha**  
**3 kilos de sal fina**  
**Un kilo de zanahorias**  
**Un papel blanco**  
**Un poco de mantequilla**  
**1/2 kilo de cebolla**  
**75 grs. de sal nitro**  
**Rojo vegetal (un poco)**  
**Un poco de pimienta en grana**  
**Perejil**  
**Laurel**  
**Azúcar**  
**1/2 kilo de cola de pescado**  
**Sal**

Se limpia la lengua de tendones y

piltrafas, seguidamente se remoja en agua fría durante tres horas, después se seca bien con un paño y se frota toda ella con sal fina mezclada con los 75 grs. de sal nitro; se deja en reposo en una fuente durante dos horas, frotándola de vez en cuando durante este tiempo, con la misma mezcla que se habrá reservado en la misma fuente junto con la lengua.

Transcurrido este tiempo se pincha toda ella con una aguja gorda y larga y se coloca en un barreño de barro, en el que se pondrá en el fondo un plato boca abajo, se cubre de sal y se pone encima la lengua, cubriéndola completamente de sal; se deja así durante ocho o diez días,

depende del tamaño de la lengua y de la temperatura. Si hiciera mucho frío podrá estar hasta doce días. Durante este tiempo se le podrá dar vuelta un día sí y otro no sin tocarla con las manos, pues se estropearía. Se mueve por medio de dos cucharas de madera, procurando siempre que quede perfectamente cubierta de sal. Transcurrido el tiempo se saca de la sal, se limpia y se coloca en una cazuela cubierta de agua fría, poniéndola a hervir. Cuando haya dado un hervor se escurre el agua y se vuelve a poner otra limpia, agregando la cebolla en trozos, la zanahoria, el perejil y el laurel, dejándolo cocer con todo esto durante tres horas. Debe

cocerse lentamente. Ya cocida se saca del caldo (éste se reserva) e inmediatamente se le quita la corteza dura y para que no se ponga negra se envuelve rápidamente en un paño blanco untado con mantequilla.

Cuando esté completamente fría se preparan unas lonchas de tocino finas y en ellas se envuelve la lengua. La tripa de vaca se cierra por un lado (ésta ha de lavarse repetidamente con agua, vinagre y sal hasta que no huela a nada). En ella se introduce la lengua y se ata por el otro lado, dejándolo un poco flojo para evitar que se rompa al dar el último hervor. Una vez embutida se vuelve a poner en el caldo que se reservó, éste ha

de estar hirviendo, y se deja hervir diez minutos. Pasado este tiempo se retira del caldo y se seca en un paño.

## PARA CONSERVARLA

En un litro de agua un poco caliente se disuelve la cola de pescado, una cucharadita de azúcar acaramelada y dos de carmín vegetal; ya frío y antes de que haya empezado a cuajarse, se sumerge la lengua en esta gelatina, quedando de esta manera preservada del aire y pudiendo conservarse por mucho tiempo.

# **Pescuezo trufado**

**250 grs. de carne de ternera picada**

**Un pimiento de lata**

**Una pechuga de pollo picada**

**Unas trufas**

**Una cucharada de miga de pan**

**50 grs. de jamón**

**2 cucharadas de leche**

**2 huevos cocidos**

**Un huevo crudo**

**1/2 cebolla**

**Ajo**

**Perejil**

**Un vaso de vino blanco**



Se mezcla la carne de ternera con la pechuga de pollo, se sazona con perejil y ajo machacado y un poco de vino blanco; se deja reposar un cuarto de hora, pasado ese tiempo se sazona de sal y se agrega el pimiento picado, la miga de pan remojada en leche (exprimida), el jamón cortado en cuadritos, las trufas picadas y el huevo batido; se mezcla todo y se rellena la piel de uno o más pescuezos de pollo, intercalando unos trozos de huevo cocido; se cose por ambos lados, se envuelve en un paño blanco, se ata y se pone en una tartera; se le agrega un trozo grande de cebolla, una rama de perejil, un diente de ajo y el

vino blanco; se cubre de agua y se cuecen durante una hora aproximadamente. Pasada ésta se saca del caldo y se coloca en una fuente; se le pone encima una tabla con peso y se deja durante unas seis horas. A continuación se le quita el paño con el que se coció y los hilos, cortándolo en rodajas.

## **Cola de pescado**

La cola de pescado viene en hojas transparentes; se utiliza generalmente

para dar más consistencia a algunos preparados, como las gelatinas de carne, la mahonesa (cuando se emplea para decorar un plato), etc. Los platos en los que intervenga la preparación de la cola de pescado deben consumirse fríos.

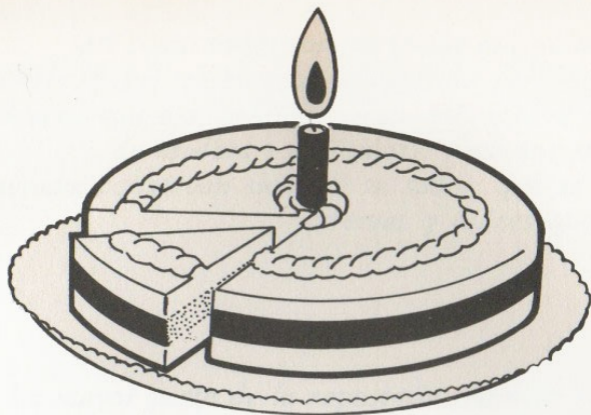
Para emplearla se debe poner a remojo en agua fría, con la suficiente antelación, para que esté bien remojada cuando ésta vaya a añadirse, muy especialmente la gelatina de carne y ave, ya que si no está bien remojada corre el peligro de enturbiarse la gelatina por no haberla disuelto con tiempo.

Cuando la cola de pescado está poco remojada se disuelve con mucha dificultad al incorporarla en un líquido

caliente.

Para que la cola de pescado resulte buena debe ser muy transparente, no debe tener gusto a cola y al doblarla debe romperse como si fuera cristal.

Se encuentra en las droguerías.



## **REPOSTERIA**

*La segunda parte de este  
libro está dedicada a los  
Postres de Cocina.*

*Es ésta una de las ramas más  
atrayentes de la cocina.*

*Muchos de los postres y  
tartas preparados en casa,  
aunque no resulten más  
económicos, se hacen con  
mejores materias que los que  
se adquieren en el mercado,  
resultando, si se les da un  
buen punto, superiores a los  
de la mayoría de las  
pastelerías.*

*Tienen la ventaja de poder  
conservarse, sin consumirlos,  
más tiempo. Recomiendo,  
para no fracasar, no se  
alteren las fórmulas. Las*

*cantidades de los  
ingredientes pueden  
aumentarse o disminuirse,  
siempre que se hagan  
proporcionalmente.*

*Las cacerolas, cazos, moldes, cucharas y espátulas de madera, así como todos los utensilios que se utilicen para la repostería, deben reservarse únicamente para este fin, ya que si están en contacto con ajo, cebolla, grasa, etc. (sobre todo cucharas de madera y espátulas), y aunque su limpieza sea esmerada, conservan siempre su sabor, que se comunicará a cremas y dulces que se preparen.*



## *EL HORNO*

*La mayor parte de la repostería requiere horno. Es muy importante, para conseguir el éxito en cualquier preparado que se haga, que éste funcione bien.*

*Debe graduarse según lo requiera la receta que se vaya a cocer en él. Por tanto, antes de introducir cualquier preparado debe comprobarse su temple.*

*El temple del horno puede ser: SUAVE, MODERADO Y*

*FUERTE.*

*Se comprobará que el horno está SUAVE, cuando al abrir éste no se note la bocanada de calor que se nota cuando el horno está caliente o si introduciendo una hoja de papel blanco ésta tarde en ponerse amarilla.*

*MODERADO: Cuando se nota al abrir el horno un calor que se puede soportar o cuando la hoja de papel introducida se colorea pasados breves instantes.*

*FUERTE: Se notará al abrirlo y cuando la hoja de*

*papel, nada más introducida,  
quede tostada.*

*Si el horno estuviera  
demasiado caliente para el  
preparado que se va a  
introducir, se rebajará el  
calor, metiendo dentro de él  
una cacerola de agua fría  
durante unos minutos.*

*El horno debe ser vigilado en  
cuanto el preparado se  
introduce en él; el calor debe  
sostenerse mientras los  
pasteles están dentro; éste no  
debe ir en aumento, pero  
tampoco es conveniente que  
decaiga.*

*No debe abrirse con frecuencia, sobre todo al principio, pues el aire que entra en el horno al abrir y cerrar estropea los pasteles. La puerta del horno, cuando al cabo de unos minutos se abre para comprobar, debe abrirse suavemente y cerrarla del mismo modo (jamás de golpe). El molde no debe tocarse con las manos hasta que la tarta o bizcocho se haya cuajado.*

# Almíbar

El almíbar debe prepararse en un cazo de aluminio o porcelana que tenga el esmalte nuevo (estará éste esmeradamente limpio).

Se pone al fuego la misma cantidad de agua que de azúcar (si se pone un tazón o pocillo de azúcar, se pondrá otro tazón o pocillo de agua). Se deja hervir hasta que adquiere el punto de jarabe o almíbar corriente. Se conoce el punto cuando se pega a los dedos. Éste se

emplea para endulzar frutas frescas o para emborrachar o bañar bizcochos.

HEBRA FINA. Éste se consigue dejándolo hervir más tiempo. Para conocer el punto se meten los dedos pulgar e índice en agua fría, inmediatamente en el almíbar; se saca rápidamente, se juntan y al abrirlos debe formarse un hilo que ofrece poca resistencia, rompiendo al momento.

HEBRA FUERTE. Se consigue dejándolo hervir más tiempo hasta que, repetida la misma operación, se forme al abrir los dedos un hilo que ofrece al estirarlo mayor resistencia. Se deja hervir hasta que al caer gotas sobre el

mármol o un plato éstas cuajen al momento.

PERCHA. Se consigue dejándolo hervir a borbotones, formando unas burbujas gruesas como perlas que saltan al hervir. El hilo no se rompe aunque se abra toda la mano.

BOLA. Para conseguir este punto se hierva el almíbar (con cuidado que no se queme) hasta que al meter primero los dedos en agua fría, seguidamente en el almíbar y de nuevo en el agua, el almíbar al enfriarse quede pegado a los dedos haciéndolo rodar entre ellos. Tiene que formarse una bola blanda.

LÁMINA O CARAMELO. Se deja

hervir hasta que al dejarlo caer sobre el mármol haga ruido y seco no se pegue a él. Hay que tener mucho cuidado que no se queme. El almíbar en algunos casos es necesario clarificarlo. Es aconsejable prepararlo con azúcar cortadillo; este azúcar resulta muy limpio y no necesita su clarificación. De no disponer de éste se clarifica el almíbar del modo siguiente: En un cazo se pone el agua; cuando está hirviendo se le añade el azúcar; se remueve hasta que quede completamente deshecho y se deja hervir a fuego vivo, quitándole con una espumadera la espuma que se va formando. Desprovisto el almíbar de espuma se pasa por un paño húmedo, se



acerca al fuego y se deja hervir hasta darle el punto deseado.

## **Almendras**

Hay almendras dulces y amargas, se distinguen (además del sabor) porque las amargas son más largas y más estrechas; tanto una como otras deben estar duras y deben desecharse cuando están blandas, atacadas de insectos, o tengan un color amarillento en la parte interior.

La almendra molida generalmente se

adquiere ya preparada; ésta admite composición, por tanto es preferible molerla en casa.

## **Almendras molidas**

Se ponen en agua hirviendo hasta que se comprueba que pelan fácilmente, se pasan entonces por agua fría, se escurren bien y se les quita la piel; se secan con un paño y se dejan secar al aire esparcidas, hasta que se sequen.

Se muelen con la máquina de moler, añadiéndoles cada vez que se ponga

almendra un trozo de azúcar cortadillo, si se observara que se hacen aceite.

## **Almendras tostadas**

Se ponen las almendras en agua hirviendo y se tienen en ella hasta que se comprueba que sueltan la piel, entonces se pasan por agua fría y se pelan; a continuación se secan con un paño y se meten en el horno, esparcidas, hasta que tomen color, removiéndolas para que se tuesten por igual. Si no se usan en el momento se conservan en un tarro muy

tapadas, en sitio fresco.

# **Almendras garrapiñadas**

**1/4 kilo de almendras**

**1/4 kilo de azúcar**

Se ponen en un cazo las almendras y el azúcar; con una cuchara de madera se remueve sin parar hasta que el azúcar se pegue a las almendras; entonces se vierten sobre un mármol y se separan unas de otras.

# **Almendras fileteadas**

Se ponen las almendras en agua hirviendo durante unos minutos, se escurren y se pasan por agua fría. Se les quita la piel y se cortan en filetitos. Se meten a horno moderado y en cuanto tomen color se sacan y se utilizan.

# **Almendras praliné**

Se ponen las almendras en agua hirviendo, se escurren, se dejan enfriar y se les quita la piel; a continuación se secan con un trapo y seguidamente se secan en el horno, cuidando que no se tuesten. En un cazo se ponen para cada 100 grs. de almendra 100 grs. de azúcar y cinco gotas de limón y se pone a derretir a fuego moderado. Para que el azúcar no se queme, se remueve a menudo. Cuando se haya derretido, tomando un color claro, se retira del fuego y sin perder tiempo se echan de golpe las almendras, removiéndolas deprisa con una cuchara hasta mezclarlas bien. Enseguida se vierten

sobre un mármol ligeramente untado con aceite refinado. Se aplana hasta dejarle el espesor que se desee. Se dejan enfriar y se muelen en la máquina.

## **Almendrados**

**1/2 kilo de almendras**

**300 grs. de azúcar**

**3 huevos**

**Un poco de canela en polvo Un poco de mantequilla para engrasar**

**Una cucharadita de anís**

**2 pliegos de papel blanco**

Se tuestan las almendras (véase fórmula

de *Almendras tostadas*), se muelen en la maquinilla y se ponen en una fuente; se añaden los 300 grs. de azúcar, los huevos batidos, como para tortilla, la punta de una cucharita de canela en polvo y la cucharada de anís. Se mezcla bien (si la mezcla resultara demasiado seca, se ablanda con un poco más de huevo batido, procurando no ablandarla demasiado).

Se engrasa el papel con margarina o mantequilla, forman unas bolas pequeñas y abultadas y se van colocando separadamente sobre el papel engrasado. (Hay que tener en cuenta que aumentan al cocer, por esto se recomienda colocarlos separados).



Se cuecen a horno moderado hasta que están dorados. Una vez cocidos se les quita el papel. Se conservan muy tapados.

## **Almendrados económicos**

**1/2 kilo de azúcar molido**

**200 grs. de almendras tostadas**

**Una copa de ron**

**1/2 kilo de harina**

**4 huevos**

**25 grs. de canela en polvo**

**Raspaduras de 1/2 limón**

## Mantequilla para engrasar

Las almendras se muelen (no demasiado) y se mezclan todos los ingredientes; se amasan éstos hasta conseguir una pasta fina, entonces se estira con el rollo hasta dejarla de unos dos centímetros de grueso. Se cortan con un vaso unos círculos y se colocan en una placa (separados unos de otros) untada de mantequilla y espolvoreada de harina, y se cuecen en el horno con calor moderado durante quince o veinte minutos.

Éstos, guardados en cajas, se conservan varias semanas. Se pueden sustituir las almendras por avellanas.

# **Arroz con leche**

**Un pocillo de arroz**

**Un litro de leche**

**6 cucharadas de azúcar**

**Canela en caña**

**Una cáscara de limón**

**Una cucharada de mantequilla**

El

poner

el

arroz

al

fuego

unos

minutos

cubierto  
de  
agua  
no  
es  
para  
economizar  
leche,  
pues  
ésta  
si  
se  
quiere  
conseguir  
un  
arroz  
sabroso  
no  
debe  
escatimarse,  
es

para  
que  
suelte  
la  
harina  
que  
lo  
envuelve  
y  
queden  
los  
granos  
más  
blancos  
y  
suelos,  
evitando  
que  
se  
deshaga  
al

cocerse.  
Necesita  
por  
lo  
menos  
hora  
y  
media  
de  
cocción.

Se pone el arroz en una cacerola pequeña, se le añade agua fría hasta cubrirlo, se acerca al fuego (éste será moderado) y cuando rompe el hervor se deja que hierva hasta que se seque; entonces se pasa el arroz a un escurridor y se refresca con agua fría, escurriéndolo bien; a continuación se

pone en una cacerola proporcionada a la cantidad, se le añade la mitad de la leche hirviendo, un pellizco de sal, la cáscara de limón, un trozo de canela (ésta se atará bien con un hilo para que no se suelte por el arroz). Se acerca al fuego y se deja cocer lentamente, removiéndolo sin parar, llegando con la cuchara al fondo para que no se queme. A medida que se va secando se le agrega el resto de la leche caliente. Cuando está cocido se agrega el azúcar y una cucharada de mantequilla. (Puede agregarse, si gusta más dulce, un poco más de azúcar).

Estará en su punto cuando se haya consumido la leche y quede cremoso, sin

estar demasiado espeso.

Una vez hecho el arroz se pone en una fuente, separando la canela y el limón, espolvoreándolo con azúcar y tostándolo con un hierro calentado al rojo.

## **Arroz con leche a la crema**

**2 pocillos de arroz**

**2 litros de leche**

**2 huevos**

**Una cucharada de mantequilla**

**Un bote de melocotón**



**250 grs. de azúcar**

**Una cáscara de limón**

**Canela en caña**

Se prepara un arroz con leche como se ha explicado en la receta anterior. Una vez hecho se separan un poco del fuego para que cese el hervor y pierda calor. En un tazón se pone una cucharada de arroz, cuando está templado se le añaden las dos yemas y se mezclan con un tenedor; se agregan al arroz cuando éste haya perdido calor, para evitar que se corten. Se remueve bien acercándolo nuevamente al fuego para que hierva un minuto, y se vierte en una o dos fuentes separando la canela y limón.

Se prepara con las claras un merengue

(véase fórmula), se coloca en una manga con boquilla rizada y se adorna la fuente (a gusto). Los melocotones se cortan en trozos y se colocan sobre el merengue, alrededor de la fuente. En el centro se pone una tajada de melocotón. Se sirve muy frío.

## **Arroz con leche a la aurora**

**2 pocillos de arroz**

**2 litros de leche**

**Una cucharada de mantequilla**

**250 grs. de azúcar**

**Canela en caña**

**Una cáscara de limón**

**2 huevos**

**1/2 litro de leche**

**100 grs. de azúcar**

**Una cucharadita de maicena**

**50 grs. de cerezas escarchadas**

**Una varita de vainilla**

Se prepara un arroz con leche (véase la primera receta). Una vez hecho se vierte en una o dos fuentes, separando la canela, y se deja enfriar.

Del medio litro de leche se reserva un pocillo frío, el resto se pone en un cazo; se le añaden tres cucharadas de azúcar y la vainilla; se acerca al fuego para que hierva. En el pocillo de leche reservado se deslíen las dos yemas y la

cucharadita de maicena, cuando la leche con el azúcar está hirviendo se añade lo desleído y se remueve sin parar con las varillas o una cuchara de madera (aconsejo las varillas); se deja cocer durante cinco minutos sin dejar de removerlo y se vierte sobre el arroz. Con las dos claras se prepara un merengue (véase fórmula), se coloca en una manga con boquilla rizada y se adorna la fuente con un festón alrededor. Sobre éste se colocan las cerezas.

## **Arroz con leche a la**

# criolla

**Un pocillo de arroz**

**1 litro de leche**

**Canela en caña**

**1 copa de ron**

**Una cáscara de limón**

**150 grs. de azúcar**

Se prepara un arroz con leche como se ha explicado en la primera receta, sin ponerle la mantequilla. Cuando está hecho se vierte sobre una fuente, separando la canela, se espolvorea con azúcar y se rocía con el ron caliente. Al tiempo de servirlo se le prende fuego y se presenta en llamas.

# **Arroz con leche a la valenciana**

**2 pocillos de arroz**

**2 litros de leche**

**4 yemas 100 grs. de mantequilla o margarina**

**200 grs. de azúcar**

**Una cáscara de limón**

**Una cucharadita de maicena**

**Un trozo de canela en caña**

**Un trocito de vainilla**

**3 hojas de cola de pescado**

Se pone el arroz en una cazuela, se cubre de agua fría y se acerca al fuego; cuando rompe el hervor se deja que

hierva hasta que se seque; a continuación se echa en un colador y se refresca con agua fría, se escurre bien y se vuelve a poner en la cacerola añadiéndole cuatro cucharadas de azúcar, la canela (sujeta con un hilo para que no se desparrame), un pellizco de sal, la cáscara de limón y litro y medio de leche hirviendo (el resto se reserva); se acerca al fuego y se remueve hasta que rompe el hervor fuerte, entonces se tapa y se cuece a fuego lento hasta que esté muy tierno y la leche se haya consumido.

Se pone la cola de pescado (véase *Cola de pescado*) a remojar en agua fría durante diez minutos.

Mientras tanto se pone a hervir la leche reservada (separando un pocillo) con tres cucharadas de azúcar y la vainilla. En el pocillo reservado se deslíen las cuatro yemas y la cucharadita de maicena; se mezcla bien y se agrega a la leche hirviendo. Se deja cocer sin dejar de removerlo con cuchara de madera durante cinco minutos; pasados éstos se agrega la cola de pescado bien escurrida, removiéndolo con una cuchara de madera hasta que se haya derretido; a continuación se pasa por un colador fino, echándolo en una fuente, removiéndolo con una cuchara, que se dejará dentro de la crema para removerla con frecuencia, con el fin de



que no se forme nata.

Se prepara un molde de rosca, se unta con mantequilla. Cuando la crema está bien fría y empieza a espesar se bate la mantequilla hasta ponerla cremosa, para batirla se añade una cucharada de azúcar (no se acercará al fuego).

Cuando el arroz esté cocido y tibio se echa con cuidado en un recipiente, se le añade la crema fría y a continuación la mantequilla batida. Se une esto con delicadeza utilizando un tenedor. Bien unido se llena el molde preparado y se pone en nevera hasta que esté cuajado; de no disponer de nevera se puede poner sobre trocitos de hielo o en sitio fresco, cuajándose más lentamente.

Se sirve muy frío.

## **Compota de plátanos**

**6 plátanos grandes**

**150 grs. de azúcar**

**Un bote pequeño de mermelada de albaricoque**

**Un poco de mantequilla para el molde**

**2 pocillos de agua**

**Una copita de ron**

Se prepara un almíbar con 150 grs. de azúcar y dos pocillos de agua; cuando rompe a hervir se deja cocer cinco minutos; pasados éstos se deja enfriar.

Se pelan los plátanos y se cortan en rodajas finas; cuando el almíbar esté completamente frío se agregan y se reservan en nevera o sitio fresco.

Con un pocillo de arroz y  $3/4$  de litro de leche se prepara arroz con leche (véase fórmula) y se pone a enfriar en un molde de rosca. Cuando está cuajado se vuelca el roscón sobre una fuente redonda.

Se pasa la mermelada de albaricoque por un tamiz, se mezcla con los plátanos añadiendo la copa de ron. Se une bien y se coloca esta mezcla en el centro del roscón, cuidando de que no caiga nada sobre el arroz.

Se reserva hasta que vaya a servirse, en nevera o sitio muy fresco.

# Baño blanco

**2 cucharadas de azúcar**

**Una clara**

Se  
emplea  
para  
bañar  
rosquillas,  
bizcochos  
y  
roscos.

Si  
endurece,  
se  
extiende

con  
pincel.

En un cazo se pone la clara y el azúcar; se mueve con una cuchara de madera al lado del fuego hasta que se pone blanco, entonces se bate con un tenedor hasta que espese y tenga brillo (tarda aproximadamente media hora), en este punto ya puede emplearse.

## **Baño blanco para dulces y bizcochos**

Como

el  
almíbar  
se  
endurece,  
conviene  
no  
batir  
todo  
a  
la  
vez  
e  
ir  
bañando  
los  
dulces  
por  
partidas.

Se prepara un almíbar fuerte; cuando está en su punto se separa del fuego y se

le agregan unas gotas de limón. A continuación se bate un rato hasta que empieza a ponerse blanco, bañando con un pincel, con mucha rapidez, los dulces o bizcochos.

## **Baño para acaramelar**

**Un pocillo de azúcar**

**1/2 pocillo de agua**

**Unas gotas de limón**

Se pone a hervir el azúcar, el agua y las gotas de limón hasta dejarlo a punto de caramelo. Cuando va adquiriendo este

punto (no debe perderse de vista, pues se quema enseguida) se retira del fuego y se pone el cazo en agua fría para que cese la cocción. Inmediatamente se emplea

## **Baño de chocolate**

**Un pocillo de agua**

**8 onzas de chocolate**

**2 cucharadas de azúcar**

**1/2 cucharada de mantequilla o  
margarina**

Se pone en un cazo al fuego el azúcar, la mantequilla y el chocolate; se deja



hervir removiéndolo hasta que se deshaga el chocolate. Cuando está deshecho se sigue hirviendo lentamente, sin dejar de removerlo, hasta que quede líquido y al levantar la cuchara caiga como un hilo. En este punto se emplea enseguida.

## **Bombones de chocolate y almendra**

**100 gramos de azúcar**

**150 grs. de chocolate Nestlé**

**125 grs. de almendra molida**

**50 grs. de mantequilla**

**50 grs. de azúcar glas**

**Una cucharada de coñac**

**Unas hojas de papel blanco**

Con el azúcar y un poco de agua se prepara un almíbar a punto de bola dura (véase *Almíbar*), en este punto se añade la almendra molida (véase *Almendra molida*). Se mezcla bien y se añade el coñac, se remueve con una cuchara de madera o espátula hasta que tenga la consistencia necesaria para formar unas bolas pequeñas. Hechas, se van colocando en una hoja de papel blanco, espolvoreado de azúcar glas, y se reservan.

El chocolate se pone al baño de María hasta que está derretido, entonces se

retira del fuego y se añade la mantequilla. Se remueve para mezclarlo y se echan las bolas envolviéndolas bien de chocolate; se van retirando con un tenedor y se vuelven a colocar en otra hoja de papel (espolvoreada de azúcar) hasta que estén completamente fríos. Para que estén antes pueden ponerse en nevera. Cuando están fríos se desprenden fácilmente del papel.

## **Bombones de chocolate**

**Un vaso de leche**  
**2 onzas de chocolate fino**  
**1/2 cucharada de mantequilla**  
**Un vaso de azúcar**  
**3 cucharadas de miel**

Se ralla el chocolate y se pone en un cazo con la leche y el azúcar. Se acerca al fuego y se cuece a fuego vivo hasta que espese, entonces se añade la mantequilla y las tres cucharadas de miel. Se sigue cocinando removiéndolo sin parar, llegando con la cuchara o espátula hasta el fondo, pues como tiene que espesarse mucho está expuesto a quemarse.

Cuando ha adquirido buena consistencia se vierte sobre el mármol, que estará

untado con aceite muy refinado antes de que se enfríen; se cortan en cuadritos. Una vez fríos se envuelven en papeles finos.

## **Bizcochos**

El bizcocho se usa con mucha frecuencia en la repostería, para la preparación de tartas y dulces. Su elaboración no es complicada, pero se puede ir al fracaso si se preparan a la ligera. Es necesario seguir al pie de la letra los siguientes consejos:

1.º—El recipiente donde va a prepararse el bizcocho debe estar esmeradamente limpio y seco.

2.º—El molde será proporcionado a las cantidades, éste se prepara con un disco de papel blanco que cubra el fondo cortado a la medida, y se engrasará con mantequilla el papel y las paredes del molde. También puede prepararse sin papel, en este caso se engrasará y se espolvoreará de harina el fondo. Nunca se calentará el molde para engrasarlo.

3.º—El batido no puede esperar por el molde.

4.º—Se preparará el horno con calor

moderado. Si éste estuviera demasiado caliente se tuesta de repente formando una corteza en la superficie que impide se cueza por dentro.

5.º—Se tendrán preparados sobre la mesa todos los ingredientes necesarios, harina, azúcar, etc. Cuando se ha empezado a batir el bizcocho no puede suspenderse.

6.º—Una vez introducido el bizcocho en el horno no debe abrirse a cada momento ni tocar el molde mientras éste no se haya cuajado. Pasados unos minutos se abrirá la puerta con precaución para ojearlo y ésta se cerrará con cuidado para que no le entre aire. Si

se observa que se cuece más por un lado que por otro se hace girar el molde según convenga.

7.º—Mientras se cuece se vigilará para que no se queme, pero sólo lo indispensable, entreabriendo la puerta del horno suavemente. Si se tostara mucho se colocará encima un trozo de papel de aluminio, para evitar que se queme. Si se tostara demasiado de prisa se cubrirá con papel blanco mojado con agua fría para que se siga cociendo. Si una vez cocido está descolorido se colocará unos minutos en la parte más alta del horno para darle color.

8.º—Un bizcocho no debe cocerse en



menos de veinticinco minutos, pues estaría crudo por dentro, pero tampoco debe estar en el horno más de treinta minutos, en este caso se secaría. (El tiempo aproximado es de veinticinco a treinta minutos).

9.º—Una vez cocido el bizcocho debe desmoldarse rápidamente, para que le dé el aire por todos los lados y no se baje. Si no se desprendiera en el acto se espera unos minutos para que el vaho humedezca el molde y se desprenda. Basta algunas veces con pasarles la punta del cuchillo alrededor.

10.º—Para evitar muchos fracasos se recomienda el uso de la levadura en

polvo, ésta nunca perjudica.

11.º—No se alterarán nunca las proporciones que se indican en la receta.

12.º—Si el horno fuera de gas, se coloca el molde lo más alto que se pueda; entre éste y la parte baja del horno se pone un recipiente que cubra lo más posible la chapa y con un poco de agua, ya que el fondo de los bizcochos se quema con facilidad en este horno.

## **Bizcocho corriente**

**6 huevos**

**6 cucharadas de harina**

**Un pliego de papel blanco**

**6 cucharadas de azúcar**

**Una cucharadita de Levadura Royal**

**Un poco de mantequilla o margarina  
para engrasar**

La

gotas

de

limón

(tres

o

cuatro)

se

ponen

para

facilitar

la

subida

de  
las  
claras.

(Véase en *Advertencias* manera de preparar el molde y léase todo lo demás; éste ha de ser liso y redondo).

Se separan las claras en una fuente honda, que esté seca, ya que si tiene humedad éstos se resisten a subir (las yemas se reservan), y se baten a punto de nieve (al empezar a batir conviene poner a éstas unas gotas de limón o vinagre); cuando están bien subidas se añade el azúcar sin dejar de batir; a continuación las yemas y por último la harina mezclada con la levadura, ésta se introduce sin batir.

Se vierte rápidamente en el molde y se cuece a horno moderado. Se notará que está hecho cuando las paredes se desprenden del molde. Entonces se saca, se vuelca sobre un plato y se deja enfriar.

## **Bizcocho moderno**

**4 huevos**

**125 grs. de azúcar**

**100 grs. de harina de arroz**

**Una copita de ron**

**125 grs. de mantequilla**

**Raspadura de corteza de limón**

**Una cucharadita de Royal**

**Un poco de mantequilla para untar el molde**

**Un pliego de papel**

Se prepara el molde redondo y liso como se ha explicado en *Advertencias*.

Se calienta un poco una fuente grande y se echan los huevos (yemas y claras), el azúcar y la raspadura de limón. Se empieza a batir muy deprisa, sujetando la fuente un poco inclinada durante veinte minutos aproximadamente hasta que tome mucha consistencia y haya aumentado más del doble. Estará en su punto cuando la masa, al dejarla caer, forme montoncitos. Entonces se esparce la harina, que estará mezclada con el Royal, por encima del batido y con una

espátula de madera se introduce dándole unos cortes, levantando paletadas de la masa, que se va echando sobre la harina hasta mezclarla bien. Esta mezcla debe hacerse en pocas veces y muy deprisa para que el bizcocho quede bien esponjado.

La mantequilla se tendrá preparada en un tazón calentado, y al momento de añadirla al batido se ablandará batiéndola muy deprisa con una cuchara hasta ponerla semilíquida; entonces se le añade el ron, éste se incorporará a la masa vertiéndolo en chorrillo por todo el batido para que no se encharque en el fondo. Para mezclarla se dan con la espátula de madera unos cortes

profundos y deprisa, para que no se amazacote ni quede aceitoso. Rápidamente se vierte la masa en el molde (pues se estropea si espera) y después de dar a éste dos golpes suaves contra la mesa para rectificar la masa se mete en el horno. Si éste calienta bien se pone en la parte de abajo, para que al principio le venga el calor de abajo. Necesita para cocerse de treinta a cuarenta minutos en horno moderado. Una vez cocido (pinchándolo con una aguja larga debe salir limpia) se vuelca sobre un plato y frío se espolvorea con azúcar glas. También se puede cortar en dos discos; remojar éstos con un poco de almíbar y rellenarlo con una crema (a



gusto) y adornarlo a capricho.

# **Bizcocho económico**

**3 huevos**

**Un tazón de harina**

**1/2 cucharada de jugo de limón**

**Un tazón de azúcar**

**Un tazón de leche**

**50 grs. de mantequilla**

**Mantequilla o margarina para  
engrasar**

**Papel blanco para molde**

Este

bizcocho,

por

llevar

más  
harina  
y  
leche,  
tarda  
en  
cocerse  
más  
tiempo.

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*. Se mezcla la harina con el Royal y se reserva. Se pone la mantequilla y el azúcar en una fuente y se bate hasta ponerlo cremoso; en este punto se añaden las yemas y el limón. Se sigue batiendo y se agrega poco a poco la leche.

Se incorpora sin batir, sólo

removiéndolo con cuidado, la harina mezclada y por último se mezcla despacio con la espátula o cuchara de madera las claras batidas a punto de nieve. Inmediatamente se vierte sobre el molde preparado y se cuece a horno moderado durante cuarenta y cinco minutos aproximadamente. Una vez cocido (se comprobará pinchándolo en el centro con una aguja larga, ésta tiene que salir limpia) se vuelca sobre un plato, se deja enfriar y se espolvorea de azúcar glas.

# **Biscocho económico (otra fórmula)**

**2 huevos**

**250 grs. de azúcar**

**250 grs. de harina**

**1/2 litro de leche**

**100 grs. de mantequilla o margarina**

**Raspadura de limón**

**4 cucharadas de levadura Royal**

**Mantequilla para engrasar**

**Un papel para el molde**

**Si**

**se**

**tiene**

nata  
de  
leche  
se  
sustituye  
ésta  
por  
la  
mantequilla  
y  
se  
pone  
un  
tazón.

Se prepara el molde como se ha explicado anteriormente. Se mezcla la harina con la levadura y la raspadura de limón y se reserva.

En una fuente grande calentada se pone

la mantequilla (o la nata) agregándole el azúcar, se bate con un tenedor hasta ponerla muy espumosa, en este punto se añaden las yemas y se sigue batiendo con brío durante unos minutos. A continuación se agrega poco a poco la leche sin dejar de batir; seguidamente se incorpora la harina reservada.

Por separado se baten las claras a punto de nieve. Cuando están bien subidas (han de estar muy consistentes) se mezclan con la masa, removiéndolo despacio con una espátula. Se vierte el batido en el molde, procurando no llenarlo demasiado (si sobrara masa es preferible cocerlo en un moldecito aparte). Se cuece a horno con calor

moderado durante cuarenta y cinco minutos aproximadamente. Se comprueba la cocción introduciendo hasta el fondo una aguja larga; tiene que salir limpia (debe comprobarse en dos o tres sitios). Se retira del horno, se vuelca sobre un palo y se deja enfriar. Una vez frío se cubre con azúcar glas.

## **Bizcocho blanco**

**4 huevos**

**Mantequilla o margarina (el peso de los huevos)**

**Harina (el peso de los huevos)**

**Una cucharada de levadura Royal**  
**Una corteza de limón**  
**Un papel blanco para el molde**  
**Mantequilla o margarina para engrasar**

(Véase fórmula *Baño blanco para bizcochos*).

Se pesan los huevos y se pone por separado el equivalente de éstos en mantequilla, harina y azúcar.

Se unta con abundante mantequilla un molde de los de *cake*, preparado con un papel en fondo (si no se dispone de éste se prepara uno redondo).

Se mezcla la harina con la levadura y se reserva.

Se calienta una fuente y se pone la



mantequilla (ésta se calentará lo justo para que se ablande, pues no debe derretirse). Se añade el azúcar y se bate hasta ponerlo cremoso, la corteza de limón rallada, la harina y las yemas, batiendo deprisa hasta que estén bien introducidas.

Por separado se baten las claras a punto de nieve hasta que estén consistentes, y se mezclan con la masa, removiéndolas despacio con una espátula. Se vierte en el molde y se cuece a horno con calor moderado durante veinticinco o treinta minutos (se comprobará pinchándolo con una aguja larga; debe salir limpia); ya cocido se saca del horno y se vuelca sobre un plato. Cuando esté frío se cubre

con un baño blanco. (Véase fórmula).

## **Bizcocho de aceite**

**2 huevos**

**2 pocillos de azúcar**

**2 pocillos de aceite**

**2 pocillos de leche**

**3 pocillos de harina**

**Una cucharada de Royal**

**Ralladura de limón**

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*.

Se baten las claras a punto de nieve, cuando están bien subidas se les agregan

las yemas y sin dejar de batir se añade el azúcar; a continuación el aceite (éste se desahumará con una corteza de limón y se deja enfriar completamente), la ralladura de limón y la leche se remueve todo y se va incorporando poco a poco la harina y la levadura; se vierte en el molde preparado y se cuece a horno suave.

## **Bizcocho suizo**

**6 huevos**

**8 cucharadas de azúcar**

**14 cucharadas de nuez molida**

**50 grs. de pasas**

**3 cucharadas de harina**

**Una cucharada de Royal**

**Una copa de vino de jerez**

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*.

Se pican las pasas quitándoles las pepitas y se mezclan con la nuez.

Se baten las claras a punto de nieve; cuando están subidas se añaden las yemas y, sin dejar de batir, se agregan las ocho cucharadas de azúcar y la raspadura de limón. Cuando el azúcar está bien mezclado, se incorpora la nuez mezclada con las pasas picadas y las tres cucharadas de harina. Se vierte en el molde preparado y se cuece a horno

suave. Una vez cocido (se comprobará pinchándolo con una aguja, ésta tiene que salir limpia), se saca del horno y se retira del molde.

Con dos pocillos de agua y dos pocillos de azúcar se prepara un almíbar fuerte; cuando está en su punto se baña el bizcocho.

## **Bizcocho de claras y limón**

**4 claras**

**2 cucharadas llenas de harina**

**150 grs. de azúcar**

**50 grs. de azúcar glas**

**100 grs. de mantequilla**

**Un limón Mantequilla o margarina  
para engrasar el molde**

**Un pliego de papel blanco**

Este

bizcocho

es

para

aprovechar

las

claras

sobrantes.

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*.

Se pone la mantequilla a derretir muy separada del fuego, para que quede

semilíquida y se deja enfriar.

Se baten las claras a punto de nieve hasta que estén muy duras; en este punto se les añade poco a poco el jugo del limón sin dejar de batirlo; a continuación se agrega el azúcar a cucharadas, no añadiendo la segunda hasta que no esté introducida la primera. Seguidamente se va echando la harina esparciéndola y mezclándola con cuidado con una espátula o cuchara de madera, y la ralladura de la corteza del limón; por último la mantequilla, que estará fría pero semilíquida, vertiéndola en chorro fino por toda la masa y metiendo la espátula o cuchara de madera hasta el fondo para mezclarlo

bien. (Se hará esta mezcla con mucho cuidado). Inmediatamente se vierte en el molde y se cuece a horno moderado. Una vez cocido (tarda unos veinticinco minutos), se vuelca sobre un plato y se deja enfriar completamente; ya frío se espolvorea bien con azúcar glas.

## **Bizcocho de chocolate**

**3 huevos**

**3 onzas de chocolate**

**200 grs. de azúcar**

**200 grs. de mantequilla**

**200 grs. de harina**

**Un poco de mantequilla o margarina**



**para engrasar el molde**

**Una cucharada de levadura Royal**

**Un pliego de papel blanco**

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*.

Se pone a derretir el chocolate al baño de María.

En una fuente un poco calentada se bate la mantequilla con el azúcar hasta dejarla bien espumosa, entonces se añaden las tres yemas y se sigue batiendo hasta mezclarlas; a continuación se agrega el chocolate derretido y se introduce la harina con la levadura (ésta se agrega poco a poco y espolvoreándola). Por separado se baten bien las claras a punto de nieve y se

mezclan con una espátula o cuchara de madera (esta mezcla se ha de hacer con cuidado). Se vierte en el molde preparado y se cuece a horno moderado. Una vez cocido se vuelca sobre un plato y se deja enfriar. Se espolvorea con azúcar glas.

## **Bizcocho de coco**

**4 huevos**

**150 grs. de mantequilla**

**100 grs. de coco**

**3 cucharaditas de levadura Royal**

**300 grs. de azúcar**

**200 grs. de harina**

**Una copa de coñac**

**Un papel para el molde**

**Mantequilla para engrasar**

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*.

En una fuente se pone la mantequilla con azúcar y se bate hasta ponerla muy cremosa; en este punto se añaden las yemas y el coñac, sin dejar de batir; seguidamente se introduce la harina, el coco y la levadura, por último se incorporan con mucho cuidado las claras batidas a punto de nieve. Inmediatamente se vierte sobre el molde preparado y se cuece a horno moderado unos veinticinco minutos aproximadamente. Una vez cocido (debe

estar bien dorado) se saca, se vuelca sobre un plato, y ya frío se espolvorea de azúcar glas.

# **Bizcocho de nata**

**Una taza de nata**

**3 huevos**

**3 cucharaditas de levadura Royal**

**Ralladura de limón**

**2 tazas de harina**

**Una taza de azúcar**

**Un papel blanco para el molde**

**Mantequilla o margarina para engrasar el molde**

**2 cucharadas de coñac**

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*.

En una fuente se mezcla la nata con el azúcar y se bate mucho hasta ponerla cremosa. En este punto se añaden las tres yemas y el coñac, sin dejar de batir. Cuando éstas están bien unidas se mezcla la harina con la levadura y la ralladura de limón (ésta se mezcla sin batirla, con una espátula o cuchara de madera). Por último se agregan las claras batidas a punto de nieve, mezclándolas con cuidado. Se vierte sobre el molde preparado y se cuece a horno moderado durante cuarenta y cinco minutos aproximadamente. Al

principio conviene taparlo con una hoja de papel de aluminio untado con mantequilla; cuando se observa que ha subido se le quita para que dore. Ya cocido (se notará cuando al pincharlo en el centro con una aguja larga ésta sale limpia), se vuelca sobre un plato y se deja enfriar. Se espolvorea de azúcar glas.



# **Biscocho de nata (otra fórmula)**

**Un pocillo de nata**

**2 huevos**

**3 pocillos de harina**

**2 cucharaditas de levadura Royal**

**Pocillo y medio de azúcar**

**Raspadura de limón**

**Azúcar glas**

**Mantequilla para engrasar**

**Papel blanco para molde**

Se prepara el molde como se ha explicado.

En una fuente se mezcla la nata, el



azúcar, la raspadura de limón y las dos yemas, se bate bien hasta ponerlo muy espumoso; en este punto se añade poco a poco la harina con el Royal. Se remueve hasta unirlo y, por último, se incorporan las claras batidas a punto de nieve; se mezcla con cuidado y se vierte en el molde preparado, cociéndolo a horno moderado durante media hora. Se comprueba que está en su punto cuando al pincharlo con una aguja larga ésta sale limpia. Se vuelca sobre un plato y frío se cubre con azúcar glas.

# **Bizcocho de castañas**

**6 huevos**

**250 grs. de castañas**

**75 grs. de mantequilla**

**50 grs. de azúcar glas**

**250 grs. de azúcar**

**150 grs. de maicena**

**1/2 litro de leche**

**Un bote de mermelada de albaricoque**

**Una cucharada de levadura Royal**

**Papel blanco para el molde**

**Mantequilla para engrasar**

Se prepara el molde como se ha explicado para los anteriores bizcochos.

Se les quita la cáscara a las castañas y se cuecen durante cinco minutos; pasados éstos, se sacan del agua, se dejan enfriar y se les quita la piel; a continuación se cuecen con la leche hasta que estén tiernas, entonces se pasan (antes que enfríen) por el pasador. En una fuente se ponen los huevos y el azúcar, se baten cerca del fuego hasta que queden muy esponjosos (se batirán unos veinte minutos), a continuación se agrega poco a poco el puré de castañas y la maicena. Se mezcla bien y se vierte en el molde preparado. Se cuece en el horno hasta que esté en su punto (tarda aproximadamente una hora), se notará cuando al pincharlo en el centro con una

aguja larga, ésta sale limpia. Se vuelca sobre un plato y se deja enfriar. Una vez frío se cubre con la mermelada espolvoreándolo con azúcar glas.

MERMELADA. Se pone a cocer en un cazo de esmalte nuevo con dos cucharadas de azúcar, removiéndolo con frecuencia para que no se queme. Cuando está espeso se separa del fuego y se pasa por el pasador. Para cubrir se emplea un pincel.

## **Bizcocho de nueces**

**5 huevos**

**150 grs. de azúcar**

**100 grs. de mantequilla**

**150 grs. de harina**

**150 grs. de nueces mondadas**

**3 cucharadas de levadura Royal**

**Un papel blanco para el molde**

**Mantequilla para engrasar**

Se prepara el molde como se ha explicado en *Advertencias*.

Se mezcla la harina con la levadura y se reserva.

Se separan diez medias nueces (de las mejores) y se reservan; el resto se muelen en la máquina. En una fuente un poco calentada se pone la mantequilla y el azúcar y se bate bien hasta que esté

espumoso; entonces se añaden las yemas y se sigue batiendo. A continuación se incorpora la harina y seguidamente las nueces molidas, reservando una cucharada. Por último se ponen las claras batidas a punto de nieve; éstas se mezclaran con cuidado. Se vierte en el molde preparado y se cuece en el horno (que debe estar bien caliente, por llevar las nueces) durante veinte o veinticinco minutos. (Se comprobará que está cocido pinchándolo con aguja larga, ésta debe salir limpia).

Una vez cocido se vuelca sobre un plato y se deja enfriar Se prepara el baño blanco para bizcochos (véase fórmula) y se baña el bizcocho echándolo en el

centro despacio y dejándolo que se cubra. Inmediatamente (antes que si enfríe) se adorna, clavándole las nueces enteras, separadas y salpicando los bordes con la nuez molida que se reservó.

## **Bizcocho de avellanas**

**5 huevos**

**150 grs. azúcar**

**100 grs. de mantequilla**

**150 grs. de harina**

**150 grs. avellanas tostadas**

**3 cucharadas de maicena**

**Mantequilla para engrasar**

## **Papel blanco para molde**

Se separan 12 avellanas y el resto se muele con la maquinilla.

La preparación de este bizcocho es exactamente igual que el de nueces. Al tiempo de incorporar la avellana se separa una cucharada, para salpicar los bordes del bizcocho. Una vez bañado se adorna clavándole las avellanas y se salpican los bordes con la avellana que se separó.

## **Bizcocho de soletilla**



**6 huevos**

**200 grs. de azúcar**

**225 grs. de harina**

**5 grs. de azúcar glas**

**Ralladura de limón**

**2 pliegos de papel de barba**

**Un poco de mantequilla para engrasar**

Se untan los papeles de mantequilla o margarina.

Se batan las yemas con el azúcar y la ralladura de limón hasta que estén bien esponjosas, entonces se añaden las claras batidas a punto de nieve y se sigue batiendo hasta mezclarlas bien. Por último se introduce la harina, mezclándola con la espátula o cuchara de madera. Bien hecha la mezcla se

coloca en una manga pastelera con boquilla lisa y se marcan, sobre el papel engrasado, unos bizcochos alargados, con unos seis centímetros de separación, para evitar que se peguen unos a otros, pues al cocerse ensanchan. Se cuecen a horno fuerte durante unos diez minutos. Cuando están dorados se sacan y se dejan enfriar. Se conservan guardados en latas varios días.

## **Bizcocho de frutas**

**4 huevos**

**100 grs. de uvas pasas**

**100 grs. de frutas confitadas**  
**3 cucharaditas de levadura Royal**  
**250 grs. de mantequilla o margarina**  
**250 grs. de azúcar**  
**350 grs. de harina**  
**2 copas de coñac**  
**Mantequilla para engrasar**  
**Un papel blanco para el molde**

Se pican las frutas y se ponen junto con las pasas en el coñac durante media hora para macerar. Pasada ésta se escurren y se mezclan con la harina y levadura.

Se prepara el molde (que puede ser alto y alargado) como se ha explicado en *Advertencias*.

En una fuente se mezcla la mantequilla con el azúcar y las yemas; se bate mucho hasta ponerlo bien espumoso,

conseguido esto se añaden las frutas mezcladas con la harina, se remueve y se agregan por último las claras batidas a punto de nieve. Se mezclan con cuidado y se vierte en el molde preparado. Se cuece a horno suave durante unos cuarenta minutos aproximadamente. Una vez cocido se vuelca sobre un plato y se cubre con un baño blanco de bizcochos (véase fórmula).

## **Bizcochitos de**

# albaricoque

**5 huevos**

**5 cucharadas de azúcar**

**5 cucharadas de harina**

**Mantequilla para engrasar**

**Cápsulas papel grandes**

**Papel blanco para molde**

## **RELLENO Y ADORNO**

**Una lata grande de mermelada de albaricoque**

**4 cucharadas de azúcar**

**50 grs. almendras tostadas**

## **ALMÍBAR**

**Pocillo de vino ajerezado**

**2 cucharadas de azúcar**

Se pone la mermelada en un cazo al fuego con tres cucharadas de azúcar,

dejándola hervir hasta que esté bien espesa, removiéndola con frecuencia para que no se queme (esto puede ocurrir fácilmente). Cuando está bien concentrado se pasa por el pasador y se reserva al calor. Se prepara, con los ingredientes destinados a este fin, un bizcocho corriente (véase fórmula). Se vierte la masa sobre un molde alargado (que estará preparado como se ha explicado) y se cuece a horno moderado durante unos veinte minutos. Cuando el bizcocho está frío se corta por la mitad en sentido horizontal. Seguidamente se divide en cuadros pequeños. Se baña una parte del cuadro con el almíbar, se unta con mermelada la parte de arriba,

se le agrega la otra mitad del cuadro, bañándolo por encima con almíbar. Cuando estén todos los bizcochitos pegados unos a otros y bañados se colocan en cápsulas de papel, se pintan con mermelada y se salpican con las almendras picadas.

## **Bizcochitos de almendra y coñac**

**2 huevos**

**50 grs. almendra molida**

**Una copa de coñac**

**50 grs. de almendras tostadas**

**50 grs. de harina**

**50 grs. de mantequilla**

**Una cucharadita de Royal**

**Cápsulas de papel**

**Un poco de azúcar glas para  
espolvorear**

**Mantequilla para engrasar**

Se untan las cápsulas de papel con mantequilla. Las almendras tostadas se pican y se reservan.

Se colocan en un recipiente las yemas con el azúcar, se mezclan bien hasta que estén muy espumosas y se añade poco a poco la harina y el Royal, sin dejar de removerlo, a esta pasta se le agrega la mantequilla un poco derretida, pero fría, la copa de coñac y la almendra molida.



Por último se mezclan con cuidado las claras batidas a punto de nieve. Cuando está todo bien mezclado se echa en las cápsulas (éstas sólo se llenan hasta la mitad), se les pone por encima un poco de almendra picada y se cuecen a horno suave. Una vez cocidas se sacan del horno y se dejan enfriar. Ya frías se espolvorean de azúcar glas.

## **Bollos suizos (primera fórmula)**

**1 1/2 vaso de los de agua, de leche**

**1/2 vaso de azúcar**

**3 huevos**

**Harina de buena calidad (300 a 400 grs.)**

**1/2 vaso de aceite**

**Un trozo de levadura prensada del tamaño de una nuez**

**Raspadura de limón**

**Un pellizco de sal**

Se pone a freír el aceite con una corteza de pan o limón y se deja enfriar.

Se pone a calentar un vaso de leche (ésta no debe hervir, sólo calentarse) con la levadura para que se disuelva. En el otro medio vaso de leche fría se pone la ralladura de limón. La leche caliente con la levadura se vierte en un recipiente, se le va añadiendo el azúcar,

la sal, la leche con la ralladura de limón, los tres huevos un poco batidos (se reservará antes de añadirlos un poco de huevo para pintar los bollos), el aceite bien frío, se mezcla todo y se va añadiendo la harina hasta conseguir una masa suave. Entonces se coloca sobre un plato, se tapa bien con un paño para que no se enfríe y se deja reposar a la orilla del fuego sin mucho calor, solamente para que se conserve templado, durante dos horas. Pasadas éstas se amasa bien con las manos para deshacer la corteza y se van formando los bollos. Cogiendo un poco de masa, se espolvorea con harina y se hace rodar debajo de la palma de la mano hasta darle la forma del rollo. Se

corta éste en pedazos del tamaño de un huevo (o más pequeño si se quiere). Se colocan en una placa bien untada de mantequilla y espolvoreada de harina (deben colocarse separados para que al aumentar no se peguen unos a otros). Una vez la placa llena se vuelven a tapar bien y se colocan en sitio templado dejándolos reposar media hora. Pasada ésta se les da un corte profundo a lo largo y se pintan con el huevo que se reservó. Cuando están todos pintados se vuelven a pintar nuevamente empezando por los primeros, se les pone un poco de azúcar y se cuecen a horno fuerte sin exageración. Deben quedar muy dorados.

# **Bollos suizos (segunda fórmula)**

**1/2 kilo de harina de buena calidad**

**Un trozo de levadura prensada del tamaño de una nuez**

**1/2 litro de leche**

**Un poco de azúcar glas**

**125 grs. de mantequilla**

**5 huevos**

**Una cucharadita de sal**

**Mantequilla para engrasar**

Se ponen 150 gramos de harina en una fuente, se hace un hueco en el centro y en

éste se pone la levadura y tres cucharadas de leche templada. Se junta seguidamente con la harina y se añade la leche necesaria hasta conseguir una masa más bien blanda, se forma con ésta una bola y se coloca en el centro de la fuente, y se le dan dos cortes profundos en forma de cruz. Se tapa bien con un paño, se coloca ésta en sitio templado para que la masa fermente. Se notará que ha fermentado cuando haya inflado mucho, desapareciendo casi la cruz. Entonces se prepara sin perder tiempo otra masa, echando el resto de la harina sobre la mesa, se le hace un círculo en el centro, en éste se pone la sal y tres huevos, se mezclan éstos con la sal y

seguidamente con la harina, trabajándolo muy de prisa, se añade seguidamente otro huevo más y tres o cuatro cucharadas de leche para ablandar la masa (si necesitara alguna cucharada más de leche se puede poner, ya que hay harinas que necesitan más líquido que otras).

En su punto las dos masas se mezclan amasándolas mucho y sobándolas hasta ponerlas finas; se incorpora entonces la mantequilla, el azúcar y leche a cucharadas hasta conseguir una masa bien ligada, que quede como goma; se coloca ésta en una fuente espolvoreada de harina, se espolvorea la masa por fuera y se tapa con un paño fuerte,

colocando la fuente en sitio caliente para que fermente, tarda unas dos o tres horas. Se notará en que la masa ha subido mucho, abombándose en el centro. Entonces se echa la masa sobre la mesa espolvoreada con bastante harina, se forman los bollos como se ha explicado en la receta anterior y se van colocando en una placa bien untada de mantequilla y espolvoreada de harina, separados unos de otros. Una vez la placa llena se vuelven a tapar y se colocan en sitio templado para que vuelvan a fermentar media hora. (En este tiempo habrán aumentado mucho). Seguidamente se les da un corte profundo a lo largo. Se pintan con huevo



batido, se espolvorean con azúcar y se cuecen a horno fuerte sin exageración. Deben quedar muy tostados.

## **Bollos suizos (tercera fórmula)**

**300 grs. de harina**

**4 cucharadas de leche**

**100 grs. de mantequilla o margarina**

**3 huevos**

**Un trozo de levadura prensada del tamaño de una nuez**

En la leche templada se deshace la

levadura. Se coloca la harina sobre la mesa. Se hace un hueco en el centro y se pone en éste un poco de sal, los huevos batidos (reservando un poco para barnizar), la leche con la levadura y la mantequilla. Se amasa bien hasta formar una masa muy fina. Se coloca ésta sobre una fuente espolvoreada de harina; se tapa bien y se deja al lado del fuego dos horas para que fermente. Pasados éstos se forman los bollos como se ha explicado en la primera receta y se van colocando, separados unos de otros, en una placa engrasada y espolvoreada de harina; ya la placa llena se vuelve a tapar y se deja reposar en sitio templado media hora. Pasada ésta se les da un

corte profundo a lo largo se pintan con huevo batido (del que se había reservado), se espolvorean de azúcar y se cuecen a horno fuerte sin exageración. Deben quedar muy tostados.

## **Bollos de levadura**

### **«Curasán»**

**Un kilo de harina**

**150 grs. de azúcar**

**200 grs. de mantequilla o margarina**

**100grs. de levadura prensada**

**1/2 litro de leche**

Se pone la harina sobre la mesa, se le hace un corro y dentro se pone media cucharadita de sal fina, el azúcar, la mantequilla desleída y la levadura deshecha en la leche templada (es muy importante que la leche cuando se incorpora esté templada). Se amasa todo hasta conseguir una masa que no esté demasiado dura. A continuación se forma con la masa una bola, se coloca sobre un plato espolvoreado de harina, se cubre con un paño y se deja reposar al calor durante una hora, aproximadamente (debe quedar bien subido). Después de bien subida la masa se estira ésta con el rollo hasta dejarla

fina, se cortan unas tiras, éstas se cortan en triángulos (no demasiado grandes), se van enrollando por la parte ancha, se doblan los extremos hacia el medio, se colocan en placas engrasadas, separados unos de otros, y se dejan reposar tapados al calor durante una hora, aproximadamente, para que las piezas doblen el tamaño. A continuación se cuecen a horno fuerte. Necesitan poco tiempo para cocerse.

## **Borrachos sevillanos**

**4 huevos**

**2 cucharadas de harina**

**Una cucharada de Royal**

**1/2 litro de vino ajerezado**

**8 cucharadas de almendra molida**

**200 grs. de azúcar**

**Un poco de mantequilla para engrasar**

Se baten las cuatro claras a punto de nieve, cuando están bien subidas se les ponen cuatro cucharadas de azúcar. Se sigue batiendo hasta mezclarlos y se agregan las yemas sin dejar de batir; a continuación se introducen dos cucharadas de harina y la cucharada de Royal. Cuando está bien ligado se agrega la almendra y dos cucharadas de jerez. Se remueve todo y se vierte en un molde alargado untado de mantequilla.

Se cuece a horno fuerte (sin exageración) durante media hora, aproximadamente. Se comprueba que está cocido cuando al pincharlo sale la aguja limpia. Si se tostara demasiado de prisa se cubre con un papel engrasado con mantequilla. El resto del jerez se pone al fuego con cuatro cucharadas de azúcar.

Cuando el bizcocho está cocido se saca del horno y se deja enfriar dentro del molde. Ya frío se vuelca sobre la mesa (si ofrece resistencia se le dan unos golpes al fondo del molde o se le pasa un cuchillo por el borde). Se corta en cuadros pequeños, se colocan en moldes de papel, se emborrachan con el jerez

caliente. (Éste se les pone con una cuchara).

# **Borrachinos**

**3 huevos**

**1/2 litro de vino blanco**

**1/4 kilo de azúcar**

**Una taza de miga de pan**

**Un trozo de canela en caña**

**Aceite**

La  
miga  
de  
pan  
ha



de  
ser  
sin  
tostar.  
Se  
forman  
cogiendo  
con  
una  
cuchara  
engrasada  
en  
aceite  
y  
con  
otra  
se  
ponen  
en  
la  
sartén.

Si  
la  
masa  
está  
blanda,  
se  
añade  
miga  
de  
pan.

En una fuente se baten las claras a punto de nieve; cuando están bien subidas se agregan dos cucharadas de azúcar y las dos yemas, se sigue batiendo y se añade poco a poco la miga de pan (debe quedar una masa blanda). Se mezcla bien y se deja en reposo durante dos horas. Pasadas éstas se fríen con aceite

bien caliente (ha de ser abundante), y se colocan en una tartera; se cubren de vino blanco, se les agrega un pocillo de azúcar y un trozo de canela en caña. Se acercan al fuego y se dejan cocer lentamente durante media hora. Se les añadirá vino cada vez que lo necesiten. Deben estar siempre cubiertos. Se sirven fríos con su caldo.

## **Buñuelos**

**1/2 kilo de harina**

**100 grs. de azúcar**

**50 grs. de levadura prensada**

**Aceite**

**Sal**

Se pone medio litro de agua al fuego, cuando está templada se pasa a una fuente, se deslía la levadura, se pone sal y se va echando poco a poco la harina, trabajando la pasta con la mano, cuando está toda la harina incorporada se tapa y se deja en sitio templado hasta que sube el doble. Entonces se pone a calentar aceite abundante y se fríen los buñuelos; se forman cogiendo con la mano un poco de masa, se hace en el centro un agujero y se dejan caer en la sartén, cuando están bien dorados se sacan, se espolvorean con azúcar y se sirven.

# Buñuelos de viento

**3 huevos**

**50 grs. de mantequilla o margarina**

**2 cucharadas de azúcar**

**Azúcar glas para espolvorear**

**12 cucharadas de leche**

**Una cucharada de anís**

**150 grs. de harina**

**Aceite**

**Sal**

En un cazo se pone la leche, cuatro cucharadas de agua, la mantequilla, el anís, el azúcar y un pellizco de sal, se acerca al fuego y cuando rompe a hervir

se añade la harina removiéndola con cuchara de madera hasta conseguir una masa fina. Entonces se separa del fuego y se añaden los huevos uno a uno, no incorporando el segundo hasta que no está bien introducido el primero. Cuando están todos los huevos incorporados se forman unas bolas con las manos engrasadas y se fríen en abundante aceite caliente. Ya todos fritos (han de estar bien dorados) se cortan con unas tijeras y se rellenan con una crema pastelera.

# **Crema pastelera para rellenarlos**

**2 yemas de huevo**

**2 cucharadas de maicena**

**4 cucharadas de azúcar**

**Un cascara de limón**

**Una cucharada de mantequilla**

**1/2 litro de leche**

(Véase *Crema pastelera*). Esta crema debe quedar muy espesa. Una vez cocida se le añade la mantequilla, se mezcla bien y se deja enfriar. Cuando está fría y

muy espesa se pone en manga con boquilla lisa y se introduce la crema en los buñuelos por el corte hecho con las tijeras. Se colocan en un plato. Se espolvorean de azúcar glas y se sirven.

## **Buñuelos de plátano**

**2 huevos**

**14 cucharadas de leche**

**200 grs. de harina**

**4 plátanos**

**Azúcar glas para espolvorear**

**Aceite**

**Sal**



En un cazo se ponen las yemas y un poco de sal, se les agrega la leche fría y se remueven hasta mezclarlas, se agrega poco a poco la harina removiendo con cuchara de madera para que no se formen grumos. Cuando ha quedado una pasta fina y cremosa se agregan las claras batidas a punto de nieve y se mezcla bien. Se pone aceite abundante en la sartén y se acerca al fuego para que se caliente. Se van echando una a una las rodajas de plátano en la pasta, sacándolas con una cuchara y echándolas en la sartén con el aceite bien caliente. Se fríen hasta que estén muy dorados. Se espolvorean de azúcar

glas. Se sirven calientes.

# **Buñuelos de manzana**

**2 huevos**

**14 cucharadas de leche**

**100 grs. de azúcar**

**2 copas de coñac**

**200 grs. de harina**

**3 manzanas**

**Aceite**

**Azúcar glas para espolvorear**

Se mondan las manzanas y se cortan en rodajas finas. Se colocan en un recipiente hondo, se rocían con el

azúcar y las dos copas de coñac y se deja en maceración durante una hora.

Se prepara una pasta como para los *Buñuelos de plátano*.

Transcurrida la hora se secan las manzanas con un paño, se pasan por harina y se hacen los buñuelos como los anteriores.

## **Brazo de gitano**

### **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de azúcar**

**4 cucharadas de harina**

**Un papel para el molde**  
**Mantequilla para engrasar**

### **CREMA**

**1/2 litro de leche**  
**4 cucharadas de azúcar**  
**2 yemas**  
**2 cucharadas de maicena**  
**Una cáscara de limón**

### **BAÑO**

**Vaso de vino ajerezado**  
**2 cucharadas de azúcar**

### **ADORNO**

**2 claras**  
**4 cucharadas de azúcar**  
**Unas gotas de limón**  
**Unas cerezas confitadas**

Se prepara la *Crema pastelera* (véase fórmula).

Se hace un bizcocho corriente (véase fórmula), al agregarle la harina, se pondrá una cucharada menos, o sea cuatro cucharadas, y se cuece en un molde alargado. Se extiende sobre la mesa un paño blanco; cuando el bizcocho está cocido se vuelca sobre éste, se aplasta un poco para dejarlo fino (puede hacerse esto con el rollo) y sin perder tiempo se enrolla antes que el bizcocho tenga tiempo de enfriarse, pues al enfriar se endurece y corre el peligro de partirse. Se deja enfriar envuelto; seguidamente se desenrolla, se rellena con la crema preparada (tiene que estar muy fría) y se le vuelve a dar la forma, se coloca sobre un plato, se baña con el

jerez (éste se habrá puesto al fuego con el azúcar, para hervirlo un poco), y se le cortan los extremos para dejarlo de buena forma.

Se prepara con las claras y el azúcar el merengue (véase fórmula) y se adorna, colocándole las cerezas (éstas se pondrán en un poco de agua templada para quitarles el azúcar).

El vino para bañar no debe ser un jerez clarito al que se le puede agregar agua para rebajarlo.

## **Cake sencillo**

**3 huevos grandes**

**300 grs. de harina**

**125 grs. de mantequilla**

**150 grs. de frutas confitadas**

**(variadas)**

**200 grs. de azúcar**

**50 grs. de pasas**

**Una copa de coñac**

**3 cucharaditas de Royal**

**Un papel blanco para el molde**

Si

se

envuelven

en

papel

resistente

(celofán,

etc.)

se

conservan

buenos  
mucho  
tiempo.

Se cubre el fondo del molde con un papel cortado a la medida y se unta molde y papel con abundante mantequilla.

A las pasas se les quitan rabos y pepitas y se ponen con el coñac a macerar durante dos horas. Las frutas confitadas se pican menudas y se reservan.

En una fuente un poco calentada se pone la mantequilla, se bate con un tenedor hasta ponerla espumosa, entonces se añade el azúcar y se sigue batiendo hasta mezclarla bien.

Seguidamente se agregan los huevos



enteros uno a uno batiendo muy de prisa, hasta que quede muy cremoso. Inmediatamente se echa la harina (reservando dos cucharadas) y el Royal. Éste se pone mezclado con la harina. Se introduce y se agregan las frutas y las pasas envueltas en las dos cucharadas de harina reservada. (De esa manera se evita que estos tropezos se amontonen en el fondo). Se mueve muy despacio. El coñac se cuela y se agrega el batido. Se vierte el preparado en el molde, se sacude un poco para igualar la masa y se cuece a horno moderado colocándolo primero en la parte más baja para que el calor le venga de abajo y suba más. Éste tiene que aumentar y reventarse en el

centro. Si después de reventarse se tuesta demasiado de prisa se tapa el molde con un papel blanco humedecido. Los cakes necesitan mucho tiempo para cocerse. Para que estén bien cocidos tienen que quedar oscurecidos. Se conocerá que está en su punto cuando al pincharlo con una aguja larga ésta sale limpia. No conviene que esté dentro del horno más de lo necesario, en este caso resultaría seco.

Una vez fuera del horno se deja un cuarto de hora dentro del molde. A continuación se vuelca sobre un plato y se deja enfriar perfectamente antes de quitarle el papel. Se espolvorea de azúcar glas.

# **Cake de almendra**

**5 huevos**

**200 grs. de mantequilla**

**100 grs. de almendra cruda y molida**

**200 grs. de azúcar**

**200 grs. de harina**

**200 grs. de pasas corinto**

**Una copa de coñac**

**3 cucharaditas de levadura Royal**

Se ponen las pasas en maceración con el coñac, después de limpiarlas.

Se pone la mantequilla en una fuente y se bate, añadiéndole el azúcar poco a poco

para mezclarla. Cuando está bien espumosa se van añadiendo sin dejar de batir los huevos uno a uno, cuidando de mezclar bien el que se ha puesto, para echar el siguiente. Cuando todos los huevos están unidos se sigue batiendo durante unos minutos más hasta que quede cremoso, entonces se mezcla poco a poco la almendra, removiéndolo; a continuación la harina (poco a poco). Por último, las pasas, escurridas del coñac y pasadas por un poco de harina (para que no se vayan al fondo), removiéndolas despacio.

Se vierte en el molde y se cuece a horno moderado (véase la receta anterior desde el párrafo «se vierte en el

molde», y hágase igual).

Se adorna con azúcar glas.

# **Cake relleno de chocolate**

## **CAKE**

**4 huevos**

**Igual peso que los huevos, de harina**

**Igual peso que los huevos, de mantequilla**

**Igual peso que los huevos, de azúcar**

**3 onzas de chocolate**

**2 cucharadas de levadura Royal**

## **RELLENO Y BAÑO**

**250 grs. de azúcar**

**8 onzas de chocolate**

**50 grs. de guindas coloradas**

**200 grs. de mantequilla**

**1/2 palo de vainilla**

Se prepara el molde como se ha explicado para el *Cake sencillo*.

Se ralla el chocolate (éste debe ser de buena calidad) y se mezcla con la harina.

Se calienta una fuente y se bate en ella la mantequilla hasta ponerla espumosa; a continuación se añade el azúcar, se sigue batiendo para mezclarla, seguidamente se agregan uno a uno los huevos, cuidando de mezclar bien el anterior antes de echar el siguiente. Todos los huevos unidos, se sigue batiendo durante

unos minutos más hasta que quede cremoso (este cake conviene batirlo mucho). Por último se agrega la harina con el chocolate y el Royal removiéndolo con cuidado. Se vierte en el molde y se cuece a horno moderado (véase *Cake sencillo*, desde el párrafo «se vierte en el molde», y hágase igual). Se disuelve el azúcar en un pocillo de agua y se hace un almíbar muy espeso, entonces se le añade la vainilla y el chocolate, se remueve sin parar hasta que éste se deshace. Cuando está deshecho se separa del fuego y se deja enfriar un poco; cuando está tibio se agrega la mantequilla en trocitos, removiéndolo hasta ponerlo fino (se

conserva para que no se cuaje el baño de María).

Cuando el cake está cocido y frío se corta al través, en dos o tres capas. Se unta cada disco con el baño y se vuelve a colocar para darle la forma primitiva.

Se vierte el baño sobre el cake, se alisa con un cuchillo, se adorna con guindas confitadas (éstas se pondrán antes en un poco de agua fría para quitarles el azúcar) y se pone al aire para que se seque y brille.

## **Canutillos**



## **MASA**

**250 grs. de harina**

**250 grs. de mantequilla**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita de sal**

**Un poco de harina para espolvorear**

**Un huevo (para barnizar)**

## **CREMA**

**2 huevos**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de maicena**

**4 ó 5 cucharadas de azúcar**

**Un trozo de canela**

**Una corteza de limón**

**Azúcar glas para espolvorear**

Se prepara un *hojaldre* (véase fórmula).  
Transcurrido el tiempo de reposo se  
extiende la masa con el rollo,

enharinado, en todos los sentidos dejándola un poco gruesa, y se divide en tiras de unos ocho centímetros de ancho y el largo necesario para poder enrollarlas en los canutos (el tamaño corriente del molde es de once centímetros). Se enrollan en los canutos y se van colocando en una placa. Con un pincel se pintan ligeramente con huevo batido (solamente se barnizarán por la parte de arriba). Se cuecen a horno fuerte. Una vez cocidos se sacan de los canutos con cuidado de no romperlos y se dejan enfriar para rellenarlos.

Con las yemas, la leche, el limón, la canela (ésta se atará con un hilo para que no suelte por la leche), el azúcar y

la maicena se prepara una crema pastelera (véase fórmula). Esta crema debe quedar bastante espesa. Una vez hecha se retira del fuego, se cambia de recipiente y se deja enfriar, removiéndola a menudo para que no se forme corteza. Ya fría se rellenan los canutillos con una cucharilla. (Pueden rellenarse también colocando la crema en una manga pastelera con boquilla lisa).

Pueden rellenarse algunos canutillos con merengue. Y todos rellenos se colocan en una bandeja y se espolvorean de azúcar glas.

# **Canutillos (otra fórmula)**

## **MASA**

**Un pocillo de vino blanco**

**Una yema**

**100 grs. de margarina**

**Una cucharada de Royal**

**Harina (la necesaria)**

**1/2 pocillo de aceite**

**Azúcar glas para espolvorear**

## **CREMA**

**Los mismos ingredientes que para los canutillos anteriores.**

Se deshuma el aceite y se deja enfriar perfectamente. En una fuente se mezcla

el aceite, el vino blanco y una cucharadita de sal, se bate con un tenedor hasta dejarlo como una crema, a continuación se agrega el Royal, la margarina y la yema, se remueve y se va añadiendo harina poco a poco hasta conseguir una masa que no se pegue a las manos (debe manipularse poco). Se forma con ella una bola, se coloca sobre la mesa espolvoreada de harina, se extiende con el rollo y se le dan dos y tres vueltas (de la manera que se quiera), se coloca sobre un plato espolvoreado de harina, se cubre con un paño humedecido y se deja reposar en nevera o sitio fresco durante dos horas. Pasadas éstas se preparan los canutillos

como los anteriores y se fríen en abundante aceite, bien caliente, hasta que estén dorados. Ya fritos se dejan enfriar y se sacan con cuidado de su respectivo canuto.

Se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula) y se rellenan como los anteriores.

Una vez rellenos se colocan en una bandeja y se espolvorean de azúcar glas.

## Cocadas

**2 claras**

**Un bote de leche condensada**

**1/4 kilo de coco**

**Un poco de mantequilla para engrasar**

Se mezcla en una fuente el coco con la leche condensada. Cuando está bien unido se agregan las claras batidas a punto de nieve, se remueve todo hasta conseguir una masa (debe quedar muy blanda). Entonces se van colocando unas bolas, separadas unas de otras en una placa engrasada. Se cuecen a horno fuerte, sin exceso, hasta que estén doradas. Bien tapadas se conservan varios días. Se pueden poner, si se quiere, las yemas.

# Casadielles de hojaldre

## MASA

1/2 kilo de harina

1/2 kilo de mantequilla

2 pocillos de agua

2 cucharaditas de sal

Un poco más de harina para  
espolvorear

Un huevo para barnizarlas

## RELLENO

Una taza de nuez molida

1/2 taza de azúcar

Una copa de anís

1/2 copa de agua

Se

consiguen,



aproximadamente,  
3  
docenas.

Se prepara el *hojaldre* (véase fórmula).  
Se prepara el relleno, mezclando la nuez, el azúcar, el anís y el agua. Se amasa con la mano para mezclarlo.

No debe quedar el relleno muy blando, pues corre el peligro de que las casadielles al cocerse se abran. Si se pone más cantidad de nuez se aumentará en la misma proporción el azúcar, el anís y el agua.

Una vez reposada la masa se van cortando trozos pequeños (pues resulta más fácil enrollarlas) y se extiende con

el rollo enharinado dejando la masa un poco gruesa. Entonces se coloca sobre ella el relleno, se enrolla éste dándole dos vueltas, se unta el borde con un poco de agua para que se pegue y se cortan con un cuchillo o corta-pastas. (No deben hacerse excesivamente grandes). Se colocan en una placa espolvoreada de harina y se untan ligeramente por la parte de arriba con huevo batido (se hará con un pincel), se cuecen a horno fuerte. Cuando están doradas se sacan del horno, se colocan en una bandeja y se espolvorean de azúcar glas.

Para evitar que éstas se revienten al

cocer se pinchan con un cuchillo puntiagudo en dos o tres sitios, para dar salida al vaho, antes de ponerlas en el horno.



# Casadielles fritas

## **MASA**

**Los mismos ingredientes que para la masa de los canutillos (Segunda fórmula)**

## **RELLENO**

**Los mismos ingredientes que para las anteriores.**

La masa se prepara exactamente igual que la de los *Canutillos*, segunda fórmula (véase).

El relleno se prepara igual que para los anteriores (véase fórmula). Una vez

reposada la masa se preparan las casadielles como se ha explicado para las anteriores y se fríen en aceite bien caliente hasta que estén doradas. (No deben hacerse excesivamente grandes). Ya doradas se sacan, se escurren bien, se colocan en una bandeja y cuando están frías se espolvorean de azúcar glas.

## **Cerezas de almíbar**

**1 1/2 kilos de cerezas**

**14 cucharadas de agua**

**1/2 kilo de azúcar**

Si  
se  
dispone  
de  
tarros  
que  
cierren  
herméticamente  
no  
es  
necesario  
usar  
el  
procedimiento  
explicado.

Se escogen las cerezas bien sanas y muy maduras, se les quitan los rabos y el hueso y se pesan (una vez limpias deben pesar un kilo exacto).

Con el azúcar y el agua se prepara un almíbar claro, en un cazo o cacerola proporcionada a las cantidades (debe tener el esmalte nuevo). Seguidamente se echan en el almíbar las cerezas y se hierven durante diez minutos, se espuman, se retiran del fuego y se vierten en un recipiente, dejándolas reposar durante veinticuatro horas. Pasado este tiempo se vuelven a poner en un cazo y se cuecen a ebullición fuerte durante cinco minutos, contados desde que rompe el hervor; a continuación se sacan las cerezas con una espumadera y bien escurridas se colocan en una fuente.

Se sigue cocinando el almíbar, y cuando



tenga punto de hebra floja se vuelven a poner las cerezas. Cuando rompe de nuevo el hervor se retira el cazo del fuego y se deja enfriar. Ya frías se colocan en frascos de cristal, se cubren con el almíbar y se tapan cubriendo la boca del tarro con un papel doble y fuerte, éste debe estar mojado para que se ciña bien al tarro; se sujeta con un bramante, también muy mojado, de esta manera al secarse encoge y queda muy ajustado.

## **Compota de peras**

**1 kilo de peras de invierno**

**1/4 kilo de azúcar**

**Canela en caña**

**Una cáscara de limón**

**Vino blanco**

**1/2 copa de coñac**

Se pelan las peras, se cortan en trozos, quitándoles el corazón, y se ponen en una cacerola. Se les añade medio vaso de agua, el azúcar, la canela, la cáscara de limón y se cubre con vino blanco y el coñac. Se acerca al fuego y se deja hervir lentamente hasta que estén tiernas sin deshacerse. Se sirven con el jugo. Para que queden doradas se cuecen destapadas.

# Compota de manzanas

Las  
manzanas  
duras  
para  
que  
no  
se  
deshagan.

Los mismos ingredientes y cantidades  
que para la *Compota de pera*.

# **Copas de crema cubana**

**Un litro de leche**

**4 huevos**

**3 cucharadas de maicena**

**50 grs. de mantequilla o margarina**

**Una cáscara de limón**

**500 grs. de azúcar**

**Un trozo de vainilla**

**Unas cerezas confitadas**

Conviene

poner

más

cantidad

de  
azúcar  
de  
la  
acostumbrada  
en  
las  
cremas  
cuando  
éstas  
son  
para  
poner  
en  
nevera  
(sirviéndolas  
como  
helados),  
ya  
que  
al

helarse  
pierden  
mucha  
cantidad  
de  
azúcar.

De  
no  
ponerlas  
en  
nevera  
se  
disminuye  
la  
cantidad  
de  
azúcar.

Se separa del litro de leche medio tazón  
y se reserva. El resto se pone en un cazo

(con el esmalte nuevo), agregando la cáscara de limón y un poco de vainilla (de no disponer de ésta puede sustituirse por un trocito de canela en caña, se atará con un hilo para que no se suelte) y ocho cucharadas de azúcar. Se acerca al fuego y se deja hervir lentamente durante unos minutos.

En la leche reservada se deslíen las cuatro yemas y las tres cucharadas de maicena, se remueve con cuchara de madera hasta que no queden grumos. Entonces se agrega a la leche hirviendo, se remueve con las varillas (éstas son imprescindibles para esta crema) y se cuece cinco minutos. Pasados éstos se vierte sobre una fuente, separando el

limón y la vainilla, para que se enfríe, y se remueve con una cuchara de madera, dejándola dentro de la crema para removerla con frecuencia mientras se está enfriando. En un tazón se bate la mantequilla con una cucharada de azúcar, hasta ponerla cremosa (ésta no debe ablandarse al fuego), cuando está en este punto se reserva. Las cuatro claras se baten a punto de nieve hasta que estén muy subidas (se les pondrá al empezar a batir unas gotas de limón o vinagre), cuando han tomado bastante consistencia se les agrega una a una ocho cucharadas de azúcar. Cuando la crema está completamente fría se remueve unos minutos con las varillas, a



continuación se agrega la mantequilla sin dejar de remover siempre para el mismo lado (para evitar que se corte), y muy de prisa hasta que ésta esté introducida en la crema. Por último se mezclan las claras, removiendo igualmente para el mismo lado hasta que quede todo unido y se consiga una crema fina. Esta crema se coloca en copas, poniendo en el centro media cereza.

Se puede servir helado en nevera o sin helar, colocadas en sitio fresco.

## **Copas de crema de**

# avellana

**4 huevos**

**Un litro de leche**

**3 cucharadas de maicena**

**500 grs. de azúcar**

**200 grs. de avellanas tostadas y  
molidas**

**Una cáscara de limón**

**Unas guindas coloradas**

Colocadas en nevera se sirven como helados.

Se prepara la crema como la receta anterior. Se baten las claras a punto de nieve hasta que estén bien consistentes, agregándoles ocho cucharadas de azúcar.

Cuando la crema esté completamente

fría se remueve unos minutos con las varillas, siempre para el mismo lado, a continuación se agrega la avellana molida. Bien introducida ésta se mezclan las claras, removiéndolo hasta que quede todo unido y se consiga una crema fina. Se coloca en copas, poniendo en el centro media cereza Se puede servir helado en nevera o sin helar, colocadas en sitio fresco.

## **Copas de crema de almendra**

**1 litro de leche**  
**4 huevos**  
**500 grs. de azúcar**  
**3 cucharadas de maicena**  
**150 grs. de almendras tostadas y**  
**molidas**

Colocadas en nevera se sirven como helados.

Véase *Almendras tostadas*. Lo demás exactamente igual que la crema de avellana, sustituyendo la avellana por la almendra.

## **Copas de espuma de**

# chocolate

**Un litro de leche**

**4 huevos**

**6 onzas de chocolate**

**3 cucharadas de maicena**

**Un trozo de vainilla**

**500 grs. de azúcar corriente**

**Unas guindas verdes**

**Una cucharada de azúcar glas**

**100 grs. de mantequilla**

También pueden servirse como helados. Se separa del litro de leche medio tazón y se reserva. El resto se pone en un cazo con el esmalte nuevo, se le agrega el palo de vainilla (éste puede sustituirse por un palo de canela, en este caso se atará bien con un hilo para que no se

suelte por la leche) y doce cucharadas de azúcar. Se acerca al fuego y se deja hervir unos diez minutos.

En la leche reservada se deslíen tres yemas y la maicena, removiéndolo con cuchara de madera hasta que no quede ningún grumo. Entonces se agrega a la leche hirviendo removiéndola con las varillas o cuchara de madera (de no disponer de éstas, dejándola cocer durante cinco minutos). Pasados éstos se vierte en una fuente, removiéndola, y se deja enfriar. Una vez fría se bate bien y se le incorporan dos claras batidas a punto de nieve con cuatro cucharadas de azúcar. Se remueve hasta conseguir una crema fina y se coloca en copas sin

llenarlas del todo.

El chocolate se coloca en un cazo con tres cucharadas de agua, se acerca al fuego batiéndolas con cuchara de madera para que se ablande, cuando empiezan a ablandarse se les añade la mantequilla, el azúcar glas y una yema de huevo, se trabaja todo fuera del fuego hasta conseguir una pasta fina. Entonces se incorporan dos claras batidas a punto de nieve con cuatro cucharadas de azúcar. Se mezcla todo y se coloca en manga pastelera con boquilla rizada y se decoran las copas, colocando en el centro unas guindas verdes cortadas a la mitad.

Se puede servir helado en nevera o

simplemente colocado en sitio fresco.

## **Copas primavera**

**Una docena de bizcochos de coletilla**

**Un litro de leche 4 huevos**

**350 grs. de azúcar**

**Una cucharada rasa de maicena**

**Un trozo de canela en caña**

**Canela en polvo**

**Una cáscara de limón**

**Unas guindas coloradas**

Se separa del litro de leche medio tazón y se reserva.

El resto se pone en un cazo de porcelana



con el esmalte nuevo, se le agrega la cáscara de limón, ocho cucharadas de azúcar y se acerca al fuego, dejándolo hervir durante unos minutos. En la leche fría se deslíen las dos yemas y la maicena, cuando no tiene grumo alguno se agrega a la leche hirviendo, se remueve con las varillas o cuchara de madera y se cuece durante cinco minutos sin dejar de remover.

Se tendrán preparadas unas copas con dos bizcochos, cortados en trozos (en cada copa). Se vierte sobre ellos la crema (ésta debe estar muy blanda). Con las dos claras se prepara un merengue (véase *Merengue*), se coloca en manga pastelera con boquilla y se adornan las

copas. Se espolvorean con canela en polvo y se coloca en el centro una guinda.

# Crema pastelera

**1/2 litro de leche**

**2 yemas**

**2 cucharadas de maicena**

**4 cucharadas de azúcar**

**Una cáscara de limón**

La

crema

pastelera

admite

cuantas

yemas  
quieran  
ponerse,  
sin  
que  
por  
ello  
se  
altere  
la  
cantidad  
de  
azúcar  
y  
maicena.  
Si  
se  
desea  
hacer  
más  
cantidad

de  
crema  
se  
aumentarán  
proporcionalmente  
todos  
los  
ingredientes.  
Azúcar,  
si  
gusta  
más  
dulce,  
puede  
agregarse  
un  
poco  
más.

Las cremas deben prepararse en cazos de porcelana con el esmalte nuevo. Si se

preparan en cazos de aluminio se ponen oscuras. En cuanto las cremas están en su punto deben trasladarse a otro recipiente de loza o porcelana para que se enfríen, pues si se dejan en el cazo que se hicieron además de correr el peligro de cortarse, y al enfriar, se forma en la superficie una tela o nata, muy difícil de quitar. Deben removerse con frecuencia con una cuchara de madera que se dejará metida en la crema, mientras se está enfriando.

Se separa del medio litro de leche un pocillo y se reserva. El resto se pone en un cazo, se le añade el azúcar, la cáscara de limón y se acerca al fuego

dejándolo hervir durante unos cinco minutos.

En un tazón se ponen las dos yemas y la maicena, se agrega la leche fría que se reservó y se remueve con cuchara de madera hasta que no quede ningún grumo, entonces se mezcla con la leche hirviendo, se remueve con las varillas o cuchara de madera y se cuece durante cinco minutos. Pasados éstos se separa del fuego y se traslada a un recipiente de loza o porcelana para que se enfríe, removiéndola mientras se está enfriando con frecuencia con una cuchara de madera que se dejará dentro de la crema. Una vez fría se utiliza.

# Crema de chocolate

**1/2 litro de leche**

**4 cucharadas de azúcar**

**8 onzas de chocolate**

**2 cucharadas de maicena**

**Una cáscara de limón**

**1/2 cucharada de mantequilla**

**2 yemas**

Con la leche, las yemas, el azúcar, la cáscara de limón y la maicena se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula).

En un cazo se pone el chocolate con un pocillo de agua y la mantequilla y se

acerca al fuego, cuando empieza a ablandarse se remueve con cuchara de madera hasta que quede como una crema, entonces se agrega a la crema caliente cuando ésta ya está cocida. Se mezcla todo bien y se vierte en otro recipiente para que se enfríe removiéndola con frecuencia con cuchara de madera, que se dejará dentro de la crema. Una vez fría se utiliza.

## **Crema de almendra**

**Un tazón de azúcar**

**2 yemas**



**200 grs. de almendra molida**

**2 cucharadas de coñac**

En un cazo de porcelana se pone un tazón de azúcar y otro de agua, se acerca al fuego y se deja hervir hasta que se consiga un almíbar a punto de hebra floja, entonces se va añadiendo la almendra, se remueve con cuchara de madera y se cuece cinco minutos. Si pasados éstos no estuviera bastante espesa (ocurre esto cuando no está en su punto el almíbar al agregarle la almendra), se sigue cociendo unos minutos más (debe quedar consistente). En su punto se separa del fuego y se deja que cese el hervor; entonces se le

agregan las dos yemas, se remueve para mezclarlas y se vuelve a acercar al fuego. Cuando rompe de nuevo el hervor, se vuelve a retirar y se le ponen dos cucharadas de coñac; se introducen y se pasa a otro recipiente para que se enfríe. Una vez fría se utiliza.

Si el almíbar, al poner las almendras, no estuviera bastante cocido —se nota cuando la crema queda muy delgada—, se cuece el tiempo necesario hasta que se consiga el punto, o sea, una papilla espesa. Si, por el contrario, estuviera el almíbar más cocido de lo debido y, al agregar la almendra, en seguida se consigue el punto de papilla de la crema, no se cuece más y, por último, si

el almíbar estuviera pasado de cocción y, al echar las almendras, se forma una bola, se agrega poco a poco agua hirviendo hasta desleírla y se cuece hasta que se consiga el punto.

## **Crema de avellana**

**Un litro de leche**

**2 yemas**

**4 cucharadas de maicena**

**150 grs. de avellanas tostadas y  
molidas**

**8 cucharadas de azúcar**

Con la leche, la cáscara de limón, las

yemas y la maicena, se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula). Ya en su punto se separa del fuego y se le añade la avellana, se mezcla bien y se pasa a otro recipiente para que se enfríe, removiéndola de vez en cuando con cuchara de madera, que se dejará dentro de la crema mientras se está enfriando. Una vez fría se utiliza.

Puede sustituirse la avellana por almendra tostada y molida.

Si se desea hacer más cantidad de crema, se aumentarán proporcionalmente todos los ingredientes.

# Crema de mantequilla

**200 grs. de mantequilla**

**Una cucharadita de canela en polvo**

**150 grs. de azúcar glas**

**Un huevo**

En un recipiente se bate la mantequilla (ésta puede sustituirse por margarina) con el azúcar glas, la canela y la yema de huevo hasta que esté cremosa. En este punto se añade la clara batida a punto de nieve, se mezcla bien removiéndolo mucho hasta que quede una crema muy fina. En este punto se utiliza.

# **Crema de mantequilla y nuez**

**150 grs. de mantequilla**

**Un huevo**

**150 grs. de nuez molida**

**1/2 cucharadita de canela**

**100 grs. de azúcar glas**

**2 cucharadas de jerez**

**Una gotas de limón**

En un recipiente se bate la mantequilla (puede ser sustituida por margarina), unas gotas de limón y la yema hasta que esté muy cremoso, entonces se mezcla la nuez, las dos cucharadas de jerez y una clara batida a punto de nieve, bien

mezclado todo se utiliza.

Puede sustituirse la nuez por la misma cantidad de avellana molida o almendra tostada y molida.

## **Crema de coco**

**250 grs. de coco**

**2 yemas**

**200 grs. de azúcar**

**1/2 limón**

Se separan y se reservan seis cucharadas de azúcar. El resto del azúcar se pone al fuego en un cazo con

un pocillo de agua, se hierve hasta que se consigue un almíbar a punto de hebra floja. En un recipiente se deslíen las dos yemas con las seis cucharadas de azúcar, se agrega el coco, raspadura de limón y se mezcla bien. Cuando el almíbar está en su punto se añade poco a poco a la mezcla hasta conseguir la crema. Se pondrá solamente el almíbar que sea necesario, para que no resulte demasiado líquida.

## **Crema de naranja**

**4 yemas**



## **Un pocillo de zumo de naranja**

### **8 cucharadas de azúcar**

En un cazo de porcelana que tenga el esmalte nuevo se juntan las yemas con el azúcar, se trabajan con cuchara de madera hasta que esté cremoso y se añade el pocillo de zumo de naranja pasado por un colador sin dejar de removerla. Se cuece al baño de María, removiéndolo siempre para el mismo lado. Cuando empieza a espesarse se retira del fuego y se deja enfriar completamente antes de utilizarla.

# Crema de limón

**3 yemas**

**1/2 pocillo de zumo de limón**

**8 cucharadas de azúcar**

Se prepara exactamente igual que la *crema de naranja*.

Se deja enfriar antes de utilizarla.

# Creps sencillos

**200 grs. de harina**

**Un limón**

**4 huevos**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de azúcar**

En un recipiente se pone la leche, la harina, el azúcar, la raspadura de limón y los huevos batidos, se remueve todo para mezclarlos y se pasa por un colador para que no queden grumos.

Una vez hecho se puede emplear en seguida o esperar (según convenga), en este caso se reservará en sitio apropiado.

Para freír las creps se prepara una sartén pequeña, se pone una cucharada de aceite fino y se extiende bien por

toda la sartén para que ésta sólo quede untada, pues esta pasta no ha de freírse. Cuando la sartén está caliente se pone una o dos cucharadas de pasta (según el tamaño de ésta). Se mueve la sartén para que se extienda rápidamente por todo el fondo.

Cuando está cuajada se le da vuelta, pasándole por debajo una espumadera, para que se dore el otro lado. Una vez en su punto se van colocando sobre un plato espolvoreándolas de azúcar una sobre otra hasta que están todas hechas, repitiendo para todas la misma operación. Se pueden servir de este modo, calientes, bien enrolladas o dobladas en cuatro.

# **Creps de mermelada**

**Los mismos ingredientes que para «Creps sencillas».**

## **RELLENO**

**Un tarro de mermelada de albaricoque**

**2 cucharadas de azúcar**

**Una copa de coñac**

**50 grs. de azúcar glas**

Se preparan las creps exactamente igual que las anteriores. Una vez hechas se dejan enfriar. Para esto no se colocarán una sobre otra sino extendidas.

Se pone la mermelada en un cazo, se le añaden las dos cucharadas de azúcar y se cuece durante un cuarto de hora, removiéndola con frecuencia para que no se agarre, a continuación se le pone la cucharada de coñac, se remueve y se untan las creps, se doblan y al tiempo de servir las se espolvorean de azúcar glas.

## **Creps de crema**

Se preparan las creps como se ha explicado y se dejan enfriar. Una vez frías se rellenan con crema pastelera

(véase fórmula) u otra de las que se han explicado, que convenga. Se enrollan y se espolvorean al tiempo de servir las de azúcar glas.

## **Croquetas de manzana**

**1/2 kilo de manzanas**

**Una naranja**

**1/2 pocillo de vino blanco**

**4 cucharadas de harina**

**300 grs. de azúcar**

**Un poco de canela en caña**

**Un huevo**

**Aceite**

Se pelan las manzanas, se cortan en trozos, se les quitan los corazones y se pesan (su peso debe ser de medio kilo). Se colocan en un cazo, se añade el azúcar y el jugo de naranja, se cuece removiéndolo con cuchara de madera, para que no se pegue, hasta que esté hecho una pasta, y se deja enfriar.

En un tazón se deslíe la harina con el vino blanco y el huevo batido. Se forman con la ayuda de dos cucharas las croquetas, se envuelven en el preparado de harina y se fríen en abundante aceite hasta que estén doradas. Se sirven frías y espolvoreadas con azúcar glas.



# **Cuadraditos de mazapán**

## **MAZAPÁN**

**250 grs. de almendras molidas**

**Una clara de huevo**

**250 grs. de azúcar glás**

## **RELLENO**

**200 grs. de almendra molida**

**Un tazón de azúcar**

**Una cucharada de coñac**

**Un tazón de agua**

**Una yema**

**Canela en polvo**

La almendra si se muele en casa debe

molerse muy fina (véase *Almendra molida*). Se prepara para el relleno una crema de almendra (véase fórmula). Debe cocerse hasta que esté muy espesa. Una vez hecha se deja enfriar completamente antes de usarla.

Sobre la mesa se ponen los 250 grs. de almendras, el azúcar glas (reservando dos cucharadas), se mezcla y se van agregando poco a poco las claras de huevos (se echará con tino para que no vaya a resultar la masa demasiado blanda). Se amasa bien hasta que se consigue una masa moldeable, entonces se espolvorea la mesa con el azúcar que se reservó y se extiende con el rolo. Se deja reposar una hora. Pasado el tiempo,

se cortan unas tiras de cinco centímetros de ancho por unos veinte de largo, dejándolas de un grueso de un centímetro escaso. Sobre éstas se coloca un cordón de crema muy fina, se espolvorea con la canela en polvo, se enrollan a lo largo, se barnizan con un poco de clara batida, se marcan unos cortes de unos tres o cuatro centímetros, sin que lleguen hasta el fondo, se colocan en una placa y se meten a horno fuerte unos tres minutos. Cuando apenas se doren por arriba se sacan y se dejan enfriar, una vez fríos se cortan por las marcas hechas y se colocan en una bandeja.

# Cubiletos

## **MASA**

**200 grs. de mantequilla**

**3 yemas de huevo**

**Azúcar glas (para espolvorear)**

**2 cucharadas de azúcar**

**Harina (la necesaria)**

## **RELLENO**

**Los cubiletos se pueden rellenar con una crema de almendra o una crema pastelera. (Véase ingredientes y preparación).**

En un recipiente se ponen las yemas, un pocillo de agua, la mantequilla, el azúcar y un pellizco de sal. Se bate todo

y se le va añadiendo harina hasta conseguir una masa fina que no se pegue a las manos. (No debe manipularse mucho). Se extiende con el rollo, espolvoreándolo con un poco de harina, se le dan unas vueltas y se deja reposar durante una hora en sitio frío, cubierta con un paño húmedo. Pasado el tiempo, se espolvorea la masa, se estira con el rollo cortado en trozos y se forman los moldes.

Se rellenan con la crema que se haya elegido (ésta estará completamente fría). Si fuera crema pastelera debe estar bastante espesa.

Una vez rellenos se cortan unos discos del tamaño de la boca del molde, se les

pasa el pincel con un poco de agua por la parte de dentro y se tapan. Se cuece a horno fuerte, vigilándolos con frecuencia para que no se queme la superficie.

Cuando están cocidos se sacan del molde, y si fuera necesario se ponen unos minutos más en el horno para que terminen de cocerse. Se espolvorean con azúcar glas.

## **Chantilly**

**1/2 litro de nata fresca**

**200 grs. de azúcar glas**

La nata antes de batirla debe colocarse en nevera o sitio fresco. De no disponer de nevera no conviene batirla hasta el momento de utilizarla.

Se bate la nata dándole golpes suaves con las varillas (como si se batieran huevos para tortilla). Después de batirla un poco se le añade el azúcar y se sigue batiendo hasta que esté cremoso. La nata no conviene batirla más de lo necesario, pues se cuajaría haciéndose mantequilla. Está en su punto cuando está bien subida y espumosa dejando surcos al batirla. Entonces deja de trabajarse. Después de bien batida habrá aumentado el doble; por tanto, medio litro de nata dará un

litro de chantilly.

# **Chantilly (imitación para fresas)**

**3 claras**

**6 cucharadas de azúcar**

**150 grs. de azúcar glas corriente**

**150 grs. de margarina**

Como

no

es

fácil

disponer

de

nata



fresca,  
esta  
receta  
sustituye  
perfectamente  
al  
chantilly.

Se bate la margarina con el azúcar glas hasta que esté cremoso (el azúcar se irá agregando poco a poco). En este punto se le agregan las claras batidas a punto de nieve a las que se le habían puesto las seis cucharadas de azúcar. Se mezcla bien hasta que esté como espuma. Se conserva en sitio fresco o en nevera.

Este chantilly se conserva poco tiempo; no conviene, por lo tanto, prepararlo con

anticipación. El azúcar se agregará a las claras cuando éstas están bien subidas y poco a poco sin dejar de batir.

# Churros

**1/2 kilo de harina**

**Un pellizco de sal**

**Azúcar para espolvorear**

**1/2 litro de agua**

**Aceite**

En un cazo se pone el agua y la sal, cuando empieza a hervir se incorpora la harina y se mezcla bien con una cuchara de madera hasta obtener una masa

espesa pero fina (se necesitan aproximadamente dos minutos). Se deja enfriar. Se llena la churrera y se hacen los churros, se fríen en abundante aceite, muy caliente.

La masa debe estar muy fría para freír los churros, de lo contrario se abrirán al freídos. No debe ponerse más harina ni más agua de la indicada para que estén suaves.

## **Dulce de manzana**

Pueden  
aprovecharse

para  
conservar  
el  
dulce  
los  
tarros  
del  
Nescafé  
y  
algunas  
conservas,  
cuyo  
cierre  
es  
hermético.

Se les quita la piel a las manzanas y se ponen a cocer en abundante agua fría, ya cocidas se pasan por el tamiz. Se mide todo lo pasado, puede emplearse para

ello un tazón. Se pone la misma cantidad de azúcar que se haya medido (o sea, tantos tazones de azúcar como de manzana haya pasada). Se pone todo en un puchero de porcelana con el esmalte nuevo y se cuece a fuego fuerte, sin dejar de removerlo con cuchara o paleta de madera, durante una hora. Pasada ésta se retira del fuego, y para comprobar si está en su punto se pone un poco en un plato y se deja enfriar completamente. Una vez frío éste, tiene que desprenderse fácilmente del plato. Si no se desprende vuelve a acercarse al fuego y se cuece más tiempo, comprobando de la misma manera. En cuanto el dulce desprenda con facilidad

del plato se deja enfriar, removiéndolo con frecuencia con la cuchara o paleta, que se dejará dentro del dulce. Una vez frío se coloca en tarros de cristal. Se dejará secar durante unos días al aire para que se forme en la superficie una corteza dura que los preserve de la fermentación. Conseguido esto se taparán los frascos herméticamente.

# **Dulce de manzana y peras**

La

misma  
cantidad  
de  
peras  
que  
de  
manzanas.

Una vez peladas las manzanas y peras se ponen a cocer en abundante agua fría. Bien cocidas se pasan por el tamiz. Se mide lo pasado y se prepara la misma medida de azúcar. (Ésta se reserva).

El puré obtenido de las manzanas y peras se pone en un puchero de porcelana con el esmalte nuevo y se cuece durante una hora, removiéndolo frecuentemente con cuchara de madera o

paleta. A continuación se le agrega el azúcar y se cuece una hora más sin dejar de removerlo. Pasada ésta se retira del fuego y se deja enfriar. Lo demás, léase *Dulce de manzana* hasta el final, y hágase igual.

## **Dulce de ciruelas** **claudia**

Se escogen las ciruelas muy sanas y maduras, se parten por la mitad y se deshuesan, a continuación se ponen a



cocer en abundante agua fría. Cuando están cocidas se escurren y se pasan. Se mide con un tazón el puré obtenido y se pone por cada tazón de ciruela tazón y medio de azúcar. El azúcar medido se reserva.

Se vuelven a cocer las ciruelas pasadas, sin el azúcar, sin dejar de removerlo con cuchara o paleta de madera, hasta que espese y vaya tomando color verde, entonces se agrega el azúcar reservado y se sigue cociendo durante media hora más. Pasada ésta se separa del fuego y se deja enfriar, removiéndolo con frecuencia con cuchara de madera o paleta.

El resto, léase *Dulce de manzana* hasta

el final, y hágase igual.

## **Dulce de membrillo**

Se escogen los membrillos sanos y que estén muy amarillos. Se cortan en trozos, se les quita el corazón y semillas y se ponen a cocer en abundante agua fría. Ya cocidos se pasan. El puré obtenido se mide con un tazón. Se preparan tantos tazones de azúcar como membrillos (poniendo uno más de azúcar). El azúcar se reserva. Se pone a cocer en un puchero de porcelana con el esmalte

nuevo el puré de membrillo hasta que esté espeso, sin dejar de remover con cuchara o paleta de madera, entonces se agrega el azúcar y se sigue cocinando durante un cuarto de hora más. Pasado éste se separa del fuego y se deja enfriar, removiéndolo con frecuencia con la cuchara de paleta, que se dejará dentro del dulce.

Lo demás, léase hasta el final *Dulce de manzana*, y procédase igual.

## **Dulce de cabello**

Se corta por la mitad la calabaza y estas mitades en trozos grandes, se les quitan las pepitas y fibras y se ponen en un puchero, cubiertas de agua fría, se acercan al fuego y se deja hervir durante una hora. Pasada ésta se separa y se deja enfriar. Cuando está templado se separa la corteza con una cuchara, se desprende el cabello de la cáscara y se echa en agua fría durante cinco horas. Pasadas éstas se escurre bien, apretándolo con las manos, y se pesa. Por cada kilo de calabaza se pone en un recipiente kilo y medio de azúcar y un litro de agua.

El agua y el azúcar se ponen al fuego y se hierve hasta que se consigue un

almíbar fuerte. Entonces se le añade a la calabaza un trozo de canela (sujeto con un hilo) y una cáscara de limón. Se cuece todo durante cuatro horas, removiéndolo de vez en cuando con cuchara o paleta. Pasados éstas se separa del fuego y se deja enfriar. Lo demás, léase hasta el final *Dulce de manzana*, y hágase igual.

## **Dulce de castañas**

Se escogen las castañas muy sanas, se les quita la cáscara, se ponen en una

cazuela de barro cubiertas de agua fría y se cuecen hasta que estén muy tiernas. Entonces se van sacando con una espumadera por pequeñas partidas (no conviene sacarlas del agua todas a la vez para que no se enfríen), se pelan y se pasan, a medida que se van pelando, por el pasador. El puré obtenido se pesa y se pesa igual cantidad de azúcar. Este azúcar se pone a derretir agregándole por cada kilo un pocillo de agua. En un puchero se pone el azúcar derretido, el puré de las castañas y un palo de vainilla, se cuece a fuego moderado durante veinte minutos, dándole vueltas con una cuchara de madera o paleta para que no se agarre al fondo. Pasado ese

tiempo se retira del fuego (debe retirarse delgado, pues espesa al enfriarse) y se deja enfriar.

Lo demás, léase en *Dulce de manzana* hasta el final, y hágase igual.

## Dulce de yemas

**4 yemas**

**5 cucharadas de agua**

**100 grs. de azúcar**

En un cazo se pone el azúcar y el agua, se acerca al fuego y se deja hervir hasta conseguir un almíbar a punto de hebra.

En otro cazo, que no sea de aluminio (éste altera el color de los huevos), se ponen las yemas, se va agregando poco a poco el almíbar (templado). Se acerca al fuego y se remueve de prisa con las varillas hasta que espesa. Entonces se retira del fuego y se adorna el pastel o tarta. Para esto se vierte el dulce en el centro y con la hoja de un cuchillo se extiende por toda la superficie. Se deja enfriar y se le da brillo con una ligera capa de glaseado de albaricoque (véase *Glaseado de albaricoque*).



# Flan corriente

**2 huevos**

**4 cucharadas de azúcar**

**1/2 limón**

**2 pocillos de leche**

**Un poco de vainilla o cáscara de limón**

El

flan

no

debe

cocerse

más

de

lo

necesario,  
pues  
se  
pone  
verdoso  
y  
se  
endurece,  
y  
si  
se  
cuece  
poco  
se  
derrumba  
al  
sacarlo  
del  
molde.  
Para  
comprobar

si  
está  
cuajado  
se  
pincha  
con  
una  
aguja  
larga;  
si  
sale  
limpia  
es  
señal  
de  
que  
está  
en  
su  
punto.

En un flanero liso se ponen dos cucharadas de azúcar con un chorrito de limón. Se acerca al fuego hasta que se hace un almíbar a punto de caramelo. Entonces se mueve el molde en todas direcciones para que se extienda por las paredes y fondo y se deja enfriar. Se pone la leche a hervir con un poco de vainilla o una cáscara de limón.

En un recipiente se baten un poco los dos huevos con dos cucharadas de azúcar, se separa de la leche la cáscara de limón o la vainilla (si se emplea esto último se deja secar y se puede usar más veces) y se agrega poco a poco a los huevos, caliente, se remueve un poco

para mezclarlo y se vierte en el molde preparado.

Se pone al fuego al baño María con agua caliente. (El agua debe cubrir el molde hasta un poco más de la mitad). Cuando empieza a hervir el agua se mete en el horno (al baño María) y se tapa para que no se forme corteza. (El agua cuando va mermando debe reponerse para conservarlo siempre al mismo nivel). Cuando está cuajado (tarda aproximadamente de treinta a cuarenta minutos) se retira del horno y se deja enfriar dentro del agua. En caso de urgencia se coloca el molde en agua fría, cuando ha transcurrido un cuarto de hora, pues el flan para que quede fino y

no se derrumbe al sacarlo del molde no debe enfriarse de repente. Una vez frío se desmolda.

# **Flan de leche condensada**

**3 huevos**

**Un bote de leche corriente**

**Un bote de leche condensada**

**3 cucharadas de azúcar**

**Un limón**

En un flanero se ponen dos cucharadas de azúcar con un chorrillo de limón. Se

acerca al fuego hasta que se hace un almíbar a punto de caramelo. Entonces se mueve el molde en todas direcciones para que se extienda por todas las paredes y fondo y se deja enfriar.

En un recipiente se baten los huevos, se agrega el bote de leche condensada, otro bote de leche corriente y raspadura de limón. Se mezcla todo bien y se vierte en el molde preparado, se cuece al baño de María (el agua debe cubrir el molde hasta un poco más de la mitad) durante veinte minutos, pasados éstos se mete en el horno (al baño de María) y se tapa para que no forme corteza. Cuando está cuajado (se comprobará pinchándolo con una aguja larga, ésta debe salir

limpia) se retira del horno y se deja enfriar dentro del agua. Una vez frío se desmolda. Se puede adornar si se desea con unos puntos de merengue.

# **Flan de leche condensada y almendras**

**4 huevos**

**Un bote de leche condensada**

**2 botes de leche natural**

**100 grs. de almendra molida**

**2 pocillos de azúcar**



**50 grs. de coco**

**Un limón**

En un molde se pone un pocillo de azúcar y el zumo del limón, se acerca al fuego, y cuando se hace un almíbar a «punto de caramelo» se mueve el molde en todas direcciones para que se extienda por las paredes y fondo, y cuando está todo acaramelado se deja enfriar.

En un recipiente se baten los huevos, cuando están bien batidos se añade un pocillo de azúcar y se siguen batiendo. A continuación se agrega la almendra y el coco, se remueve para mezclarlo y se incorpora la leche condensada. En el

mismo bote de leche condensada se mide la leche natural, se agrega al batido, se remueve y se vierte en el molde. Se cuece a horno suave al principio, aumentándole el calor cuando empieza a cuajarse. Cuando en la superficie se forma corteza, se cubre con un papel. Se notará que está cocido cuando empieza a separarse de las paredes del molde y cuando al pincharlo con una aguja ésta sale limpia. Entonces se saca del horno y se deja enfriar dentro del molde. Una vez frío se vuelca sobre un plato. Si se desea se puede adornar con unos puntos de merengue.

# Flan Lolita

**3 huevos**

**1/2 litro de leche**

**150 grs. de azúcar**

**Una cucharada de mantequilla**

**1/4 kilo de galletas «tostaduca»**

## **ADORNO**

**Una clara**

**25 grs. de guindas coloradas**

En un molde proporcionado a las cantidades se pone unas cucharadas de azúcar (las suficientes para poder acaramelarlo bien) con un chorro de limón. Se acerca al fuego y cuando se hace un almíbar a «punto de caramelo»

se mueve el molde en todas direcciones para que se extienda por las paredes y fondo, y se deja enfriar.

Se baten en un recipiente la mantequilla con el azúcar hasta que esté cremoso, en este punto se le añaden los huevos batidos.

Por separado se pone la leche a hervir con un poco de vainilla (en palo) y se le agregan las galletas molidas, cuando está hecho papilla se junta con el batido de mantequilla, huevos y azúcar, se remueve todo para mezclarlo y se vierte en el molde preparado. Se cuece al baño de María unos veinte minutos, sobre la chapa, a continuación se mete en el horno, tapándolo con un papel para que

no forme corteza. Cuando está cuajado (se comprobará pinchándolo con una aguja, ésta tiene que salir limpia) se saca del horno y se deja enfriar. Ya frío se desmolda (para sacarlo del molde debe estar completamente frío).

Se adorna con unos puntos de merengue y guindas.

## **Flan de naranja**

**3 huevos**

**2 cucharadas de azúcar**

**1/2 bote de leche condensada**

**1/2 bote de leche común**

**2 naranjas**

**Azúcar para acaramelar**

Se prepara el molde (véase *Flan corriente*, y hágase igual). Una vez acaramelado se deja enfriar.

Se exprimen las naranjas y se mide un poco más de medio pocillo, se pasa por el colador y se reserva. En un recipiente se baten los huevos con dos cucharadas de azúcar, se les agrega la leche condensada y la misma medida de leche común, a continuación el jugo de naranja, se mezcla todo y se comprueba por si necesita más azúcar. Se vierte en el molde preparado y se cuece al baño de María. (Véase *Flan corriente* hasta

el final, y hágase igual).

# Flan de café con merengue

**6 huevos**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de Nescafé**

**3/4 kilo de azúcar (aproximadamente)**

Se prepara el molde (véase *Flan corriente* y hágase igual).

En un recipiente se ponen seis yemas, cuatro claras (se reservan las otras dos) y seis cucharadas de azúcar, se bate un

poco y se agrega la leche y el Nescafé, se remueve y se vierte en el molde preparado.

Se cuece al baño de María. (Léase *Flan corriente*, y hágase igual).

Una vez frío se saca del molde.

Con las dos claras reservadas se prepara un merengue (Véase *Merengue*).

Se pone éste en manga de pastelería con boquilla y se hace un dibujo a rayas sobre el flan. Alrededor (en el fondo), un cordón hecho con la manga.

## **Flan María**



**1/2 litro de leche**

**12 bizcochos de soletilla**

**Un trocito de canela en caña**

**4 huevos**

**200 grs. de azúcar**

Se prepara el molde. (Véase *Flan Lolita*, y hágase igual). Una vez acaramelado se deja enfriar.

Se pone a hervir la leche con la canela (ésta se atará con un hilo para que no se suelte por la leche), se deja hervir unos minutos.

En un recipiente se baten los huevos con el azúcar. Se añade la leche hirviendo (antes se retira la canela), se mezcla todo. En el fondo del molde se colocan unos bizcochos, se vierte sobre ellos un

poco del batido y se van colocando éstos por capas cubriéndolos con el batido hasta terminar. Se cuece al baño de María. (Léase *Flan corriente*, y hágase igual). Una vez frío se saca del molde. Se puede adornar si se quiere con un poco de merengue.

## **Flan de almendras praliné**

**1/2 litro de leche**

**150 grs. de almendras**

**3 huevos**

**1/4 kilo de azúcar (aproximadamente)**

Se preparan las almendras al praliné como se ha explicado (véase receta), se muelen y se machacan hasta hacerlas en polvo fino.

Se prepara el molde. (Véase *Flan corriente*, y hágase igual).

En un recipiente se batien los huevos con tres cucharadas de azúcar, se les agrega la leche hirviendo y las almendras molidas, se cuece al baño de María. (Lo demás, léase *Flan corriente*, y hágase igual).

# **Frisuelos**

Véase *Creps sencillas*, y hágase igual.

## **Galletas selectas**

**2 pocillos de grasa de cerdo**

**2 yemas**

**4 cucharadas de almendra molida**

**1/2 vaso de vino blanco**

**Canela en polvo**

**Un pocillo de azúcar**

## **Vainilla / Harina**

### **Una cucharadita de Royal**

Se deslíe la grasa de cerdo y se pone en una fuente, se agrega el azúcar, las yemas, media cucharadita de canela, la vainilla, la almendra molida y el Royal, se trabaja hasta mezclarlo y se va agregando harina hasta formar una masa floja, que no se pegue a las manos. Entonces se espolvorea la mesa con un poco de harina, se aplana ésta con el rollo y se forman las galletas de la forma y tamaño que se desee. Se cuecen a horno fuerte, sin exageración, hasta que estén doradas.

# Galletas María

**1/4 kilo de mantequilla**

**1/4 kilo de azúcar**

**2 huevos**

**3/4 kilo de harina**

**Una cucharada de Royal**

**Leche (la necesaria para hacer la masa)**

Estas

galletas

bien

tapadas

se

conservan

muchos

días.

Se pone la harina encima de la mesa, se hace un círculo en el centro y en él se ponen los demás ingredientes (menos la leche), se mezcla bien y se va agregando la leche poco a poco hasta que la masa quede fina (debe trabajarse poco y muy de prisa). Cuando no se pegue a las manos se forma con ella una bola y deja de trabajarse. Se comprobará que la masa está en su punto cuando introduciendo en la bola de masa el dedo índice el agujero que se forma permanece. Si éste se borra es que la masa tomó cuerpo, debe dársele entonces por lo menos dos horas de reposo para que la masa pierda el

cuerpo que formó. Cuando está en su punto se espolvorea la mesa y la masa con harina, se extiende ésta con el rollo hasta dejarla fina y con cortapastas se cortan las galletas redondas, del tamaño aproximadamente de las de María. En la superficie se les pone con las puntas de un tenedor unos agujeros.

Se colocan en una placa de horno, ligeramente engrasada con mantequilla, y se cuecen hasta que estén doradas. Ya cocidas se retiran de la placa, pasándoles por debajo un cuchillo.



# Galletas de cerveza

**200 grs. de mantequilla**

**Una yema**

**400 grs. de harina**

**4 cucharadas de azúcar**

**8 cucharadas grandes de cerveza**

Se bate la mantequilla hasta ponerla blanda, se le añade un pellizco de sal y la cerveza, se mezcla todo y se agrega la harina, se hace una masa blanda, trabajándola poco. Se coloca en manga pastelera con boquilla rizada de puré y se marcan sobre una placa engrasada

tiras de unos seis centímetros de largo. Se espolvorean con azúcar y se cuecen a horno fuerte hasta que estén doradas. Ya cocidas se retiran de la placa, pasándoles por debajo un cuchillo.

## **Galletas de naranja**

**150 grs. de mantequilla**

**Un pocillo de zumo de naranja**

**1/2 pocillo de aceite**

**Un pocillo de azúcar**

**Una yema**

**Un huevo para barnizar**

**Raspaduras de limón**

**Un poco de coco (puede suprimirse)**

## **Una cucharadita de Royal Harina (la necesaria)**

Se desahúma el aceite y se deja enfriar. En una fuente se pone la mantequilla, el aceite, el jugo de naranja (colado), el azúcar, la yema, la raspadura de limón y el Royal; se mezcla todo bien y se agrega harina poco a poco hasta conseguir una masa fina que no se pegue a las manos (debe amasarse poco). Se forma con ésta una bola, se espolvorea la mesa con harina, espolvoreando también la masa, y se aplana con el rollo, se forman las galleta dándoles la forma que se desee. Se colocan en una placa engrasada, se pintan con huevo

batido y se espolvorean de coco (éste puede suprimirse si no gusta). Se cuecen a horno fuerte hasta que estén doradas.

## **Galletas inglesas**

**200 grs. de mantequilla**

**Una cucharadita de canela**

**1/2 limón**

**1/2 pocillo de vino blanco**

**6 cucharadas de azúcar**

**2 cucharaditas de Royal**

**2 onzas de chocolate**

**Azúcar glas (para espolvorear)**

**Harina (la necesaria)**

Se deslíe el chocolate en el vino blanco y se reserva.

Se bate la mantequilla (puede sustituirse por margarina) con el azúcar hasta ponerla cremosa, se le agrega la canela, el zumo de limón, el Royal y el chocolate con el vino. Se mezcla todo bien y se va agregando harina, poco a poco, hasta formar una masa fina que no se pegue a las manos. Se extiende con el rollo y se cortan las galletas, dándoles formas variadas (redondas, medias lunas, ovaladas, etc.). Se colocan sobre una placa engrasada y se cuecen a horno fuerte hasta que estén doradas. Ya cocidas se retiran de la placa,

pasándoles por debajo un cuchillo. Se cubren con azúcar glas.

## **Galletas de mantequilla y aceite**

**150 grs. de mantequilla**

**6 cucharadas de azúcar**

**2 cucharadas de anís**

**Una cucharadita de Royal**

**50 grs. de azúcar glas**

**Un pocillo de aceite**

**Esencia de vainilla**

**Un huevo**

**Harina (la necesaria)**

**Un paquete de canela en polvo**

Se desahúma el aceite y se deja enfriar. Se pone en una fuente la mantequilla, el aceite, el azúcar, dos gotas de esencia de vainilla, el anís, el huevo y el Royal, se mezcla bien con la mano y se añade poco a poco la harina hasta conseguir una masa (trabajándola poco) que no se pegue a las manos. Entonces se forma con ella una bola. Se espolvorea con harina la mesa y se extiende la masa (espolvoreándola), se forman las galletas redondas, un poco gruesas, y se colocan en una placa engrasada. Se cuecen a horno fuerte hasta que estén doradas, ya cocidas se separan de la placa, pasándoles por debajo un

cuchillo. Se mezcla el azúcar glas con la canela y se cubren las galletas.

# **Galletas de manteca de cerdo**

**1/4 kilo de manteca de cerdo**

**4 cucharadas de azúcar**

**Harina (la necesaria)**

**2 yemas**

**50 grs. de almendras**

**Una cucharada de anís**

Se ponen las almendras en agua caliente para quitarles la piel, se secan con un



pañó y se pican menudas (se reservan). En una fuente se bate la manteca de cerdo y el azúcar hasta que esté cremoso, se le añaden las yemas, el anís; se mezclan y se va agregando poco a poco harina hasta conseguir una masa (sin trabajarla mucho) fina que no se pegue a las manos. Se espolvorea la mesa y se extiende con el rollo, espolvoreándolas para que no se peguen. Se cortan las galletas redondas, un poco gruesas, se espolvorean de azúcar glas y las almendras picadas y se cuecen a horno moderado hasta que estén doradas.

# Galletas de nata y margarina

**Una taza de nata**

**Una taza de margarina**

**1/2 taza de azúcar**

**Harina (la necesaria)**

Se bate en una fuente unos minutos la nata con el azúcar, a continuación se le agrega la margarina, se mezcla todo bien y se va agregando harina hasta conseguir una masa blanda. Se hacen unas bolas un poco aplastadas, se colocan en una placa engrasada y espolvoreada de harina y se cuecen a horno suave hasta

que están doradas. En este punto se retiran del horno, se les pasa por debajo la hoja de un cuchillo largo para despegarlas (esto debe hacerse en cuanto se sacan del horno).

## **Galletas de nata**

Se pone en una fuente igual número de cucharadas de nata y azúcar, se mezcla bien, dándole vueltas con cuchara de madera, y se va añadiendo harina, hasta formar una masa floja. Se va depositando ésta a cucharadas en una

placa de horno (deben colocarse distanciadas, pues ensanchan al cocer) y se cuecen a horno fuerte.

## **Galletas sin azúcar**

**250 grs. de harina**

**100 grs. de mantequilla**

**Una cucharadita de sal (según se  
quieran de saladas)**

**8 cucharadas de leche**

**2 cucharaditas de levadura Royal**

Para tomar con mantequilla.

Se amasa la mantequilla con la harina, se deslíen en la leche fría la sal y la

levadura, se va agregando a la masa la harina y mantequilla (debe manipularse poco, sólo lo necesario). En cuanto está la masa fina se estira con el rollo, hasta dejarla de un espesor de medio centímetro; con la boca de un vaso de los de vino se cortan las galletas y se van colocando en una placa de horno untada con mantequilla y espolvoreada de harina y se cuecen a horno fuerte durante unos quince minutos, aproximadamente. En cuanto estén doradas se retiran de la placa.

# Glaseado de albaricoque

Se pone al fuego un tarro de mermelada de albaricoque con dos cucharadas de azúcar, se deja hervir lentamente hasta que se pone espeso, sin dejar de removerlo con cuchara de madera para que no se agarre al fondo. Cuando espesa se utiliza caliente, para bañar tartas o pasteles.

Si no quedara muy fino, se pasa por el

pasapuré. (Tarda aproximadamente diez minutos).

## Helados

La preparación de los helados es muy sencilla. Su confección es a base de cremas, zumos de frutas y natillas.

Los helados son postres de mucha aceptación. Disponiendo de nevera no es necesario para su congelación «la heladora mecánica». Basta con preparar la crema, colocarla en copas adecuadas y ponerlas en la nevera, se pueden

adornar con trozos de frutas frescas, etc. Si se desean presentar los helados en bloque se coloca la crema en un molde y se congela. Una vez congelados, al tiempo de servirlos se coloca el molde boca abajo sobre un plato de cristal y se espera unos segundos, el helado se deslizará solo.

A las cremas para helados conviene ponerlas más azúcar de lo acostumbrado ya que al helarse pierden mucho azúcar y el helado falto de dulce no resulta agradable.



# Helado mantecado

Los  
mismos  
ingredientes  
que  
para  
«Copas  
de  
crema  
cubana».  
(Véase  
fórmula).

Léase la fórmula y hágase igual. Se coloca la crema en copas apropiadas y

se ponen en nevera. Si se quieren presentar en bloque hágase como se explicó en *Helados*.

Si se quiere que el helado quede más mantecado se puede aumentar el número de yemas; las claras y demás ingredientes serán los mismos. No deben alterarse.

## **Helado de chocolate**

**4 yemas**

**Un litro de leche**

**50 grs. de azúcar**

**Una cucharada de mantequilla**

**3 claras**

**1/2 palo de vainilla**

**1/2 libra de chocolate**

**3 cucharadas de maicena**

Se separa del litro de leche medio tazón, el resto se pone a hervir con la vainilla y el azúcar, durante diez minutos (debe hervir lentamente).

En un cazo se pone el chocolate con la mantequilla y medio pocillo de agua, se acerca al fuego para que se deshaga. Cuando está deshecho se remueve con cuchara de madera hasta que quede fino. Se reserva al calor.

En la leche que se separó se deslíen las yemas y la maicena hasta que no tenga ningún grumo. Entonces se agrega a la

leche hirviendo, se remueve con las varillas y se cuece durante cinco minutos. Pasados éstos se le agrega el chocolate, se remueve para mezclarlo y se vierte en otro recipiente para que se enfríe, removiéndolo con frecuencia con cuchara de madera, que se dejará dentro de la crema.

Cuando está completamente frío se remueve de prisa con las varillas y se le agrega las claras batidas a punto de nieve, sin dejar de remover, siempre para el mismo lado hasta que está bien hecha la mezcla, se coloca en copas y se mete en nevera. Si se desea presentar en bloque hágase como se explicó en *Helados*.

# Helado de fresa

**6 yemas**

**500 grs. de azúcar**

**Un litro de leche**

**3 claras**

**750 grs. de fresas**

**3 cucharadas de maicena**

Con la leche, las yemas, el azúcar y la maicena hágase una crema como para el *Helado mantecado*. Una vez hecha se cambia de recipiente y se deja enfriar, removiéndolo con frecuencia con cuchara de madera, que se dejará dentro

de la crema mientras se está enfriando.

Las fresas se pasan por un pasador, se les agrega unas gotas de vegetal rojo y se remueve para mezclarlo. (El vegetal debe estar deshecho en agua).

Cuando la crema está completamente fría se remueve con las varillas de prisa, se agrega el jugo extraído de las fresas (se pasará por un colador), se mezcla y se incorporan las claras batidas a punto de nieve. Se coloca en copas en forma de pirámide y se mete en nevera. Al tiempo de servir las se pone encima una fresa. Si se desea presentar en bloque se hace como se explicó en *Helados*.

# Helado de naranja

**4 yemas / 3 claras**

**Un litro de leche**

**2 pocillos jugo naranja**

**3 cucharadas de maicena**

**500 grs. de azúcar**

Exactamente igual que para los *Helados de fresa*.

El jugo de naranja, antes de juntarlo con la crema, se pasará por un colador. Pueden ponerse, para darle color, unas gotas de vegetal rojo.

# Helado de albaricoque

**Un kilo de albaricoques (muy maduros)**

**Un limón**

**60 grs. de azúcar**

Se pone el azúcar en un cazo, se le agrega medio litro de agua y se hace un almíbar a punto de hebra.

Se pasan los albaricoques por un pasador. Cuando el almíbar está en su punto se agrega la pulpa de los albaricoques y el zumo de limón. Se mezcla, se coloca en copas y se mete en nevera.



# Helado de avellana

Los mismos ingredientes que «Copas de crema de avellana».

Léase la fórmula y hágase igual. Se coloca en copas y se mete en nevera. Se adornan las copas con una guinda.

# Helado de almendra

Los mismos ingredientes que «Copas de crema de almendra».

Léase la fórmula y hágase igual. Se coloca en copas y se mete en nevera. Se adornan las copas con una guinda.

## Helado de turrón

**4 yemas / 3 claras**

**Un litro de leche**

**100 grs. de avellanas y 100 grs. de almendras tostadas y molidas**

**350 grs. de azúcar**

**3 cucharadas de maicena**

**Una cucharada de miel**

Exactamente igual que *Copas de crema de avellana*, añadiendo además las

almendras tostadas y agregando a la crema, cuando se separa del fuego, la cucharada de miel. Se remueve para mezclarlo. Se coloca en copas y se mete en nevera.

## **Hojaldre**

**250 grs. de mantequilla o margarina**

**250 grs. de harina superior**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita rasa de sal**

**Un poco más de harina para  
espolvorear**

Si

el

hojaldre  
se  
mete  
para  
darle  
reposo  
en  
nevera,  
no  
debe  
ponerse  
sobre  
hielo  
(creyendo  
hacerlo  
mejor),  
pues  
no  
conviene  
que  
la

mantequilla  
o  
margarina  
se  
ponga  
demasiado  
dura,  
porque  
al  
estirar  
luego  
la  
masa  
para  
preparar  
la  
receta,  
ésta,  
endurecida,  
haría  
resistencia

y  
podría  
reventar  
la  
masa.  
Sólo  
se  
pone  
sobre  
el  
congelador,  
si  
corriese  
mucha  
prisa,  
y  
en  
ese  
caso  
media  
hora

al  
máximo.

El hojaldre tiene infinidad de aplicaciones en la cocina y repostería, es conveniente por lo tanto aprender a hacerlo. En su elaboración cualquier detalle tiene importancia. Nadie debe desanimarse ante el primer fracaso.

Daré a continuación una fórmula sencillísima y de fácil realización, con resultados positivos y unas recomendaciones que aconsejo seguir al pie de la letra.

1ª. Es necesario prepararlo en una habitación fresca. Resulta mucho mejor hecho en invierno que en verano. (No

disponiendo de nevera o sitio muy fresco en esta época es casi imposible hacerlo).

2ª. El horno debe calentar bien, pues cuanto más fría esté la masa y más caliente el horno más subirá el hojaldre.

3ª. Es necesario ser ligera de manos; el hojaldre para que no se recaliente y se ponga correoso requiere ser trabajado muy de prisa y poco sobado.

4ª. Es aconsejable se sustituya la mantequilla por margarina; da muy buen resultado y el hojaldre sube más. Tanto si es mantequilla como margarina debe conservarse fría (sin exceso). Si se pone en nevera para enfriarla no conviene que



se ponga demasiado dura. En este caso debe ablandarse un poco con la mano antes de empezar a preparar el hojaldre.

5ª. La harina debe ser de buena calidad y es necesario un rollo de pastelería.

6ª. No debe utilizarse el hojaldre nada más preparado, o sea, cuando se terminan de dar las vueltas. Es conveniente y necesario darle un reposo, en nevera o sitio muy fresco, de dos o más horas (cuanto más tiempo mejor) para que tenga tiempo de enfriarse bien, ya que la mayor parte del éxito del hojaldre consiste en que la masa esté muy fría cuando se introduzca en el horno.

7ª. Al meterlo en nevera o colocarlo en sitio muy fresco se pondrá sobre un plato espolvoreado de harina y se cubrirá con un paño humedecido para que no se reseque ni se forme corteza en el exterior.

8ª. Cuando se le ha dado el reposo conveniente, al tiempo de utilizarlo para tartas, rosquillas, pastelillos, etc., se espolvoreará con harina la mesa y la pasta, se extenderá sin trabajarlo demasiado (sólo lo imprescindible).

9ª. Las manos se lavarán esmeradamente, pero sin jabón oloroso, pues el olor del jabón se comunica a la pasta.

10<sup>a</sup>. Se le dará cinco vueltas, según se explica en la preparación.

En un lado de la masa se pone un poco de harina para espolvorear (ésta no entra en el peso).

En una fuente se pone el agua, la sal y la mantequilla, se ablanda ésta un poco con la mano introduciéndola en el agua y se agrega la harina (los 250 gramos) mezclándolo todo. Cuando está unido se vuelca sobre la mesa y se forma una bola (puede ocurrir que en algunas ocasiones sea necesario agregar un poco más de agua, pues hay harinas que absorben unas más que otras; se nota al formar la bola de masa, que está algo

seca) sin manipularla mucho, y se coloca ésta en el centro de la mesa espolvoreándola con abundante harina.

(Se toma como punto de partida el centro de la mesa, para que la mantequilla o margarina quede repartida por igual al aplanarla, pues si se empezara en un extremo al estirarla con el rollo y no tener espacio suficiente llegaría a reventar).

Se espolvorea igualmente la bola de masa, se aplana un poco con la mano y se coloca el rollo también enharinado justo con el medio de la masa, agarrándolo por los extremos y haciéndolo girar siempre con igual presión (suavemente), primero hacia

arriba, volviendo a colocarlo en el centro, y luego hacia abajo, espolvoreando la mesa y la masa cuantas veces corra peligro de pegarse al rollo o a la mesa.

Se tendrá cuidado de estirar la masa, que ésta se extienda siempre muy derecha sin entrantes ni salientes; lo que quede desnivelado se empuja hacia adentro con un cuchillo. Cuando la masa haya quedado bien extendida (en una tira aproximada de unos 50 centímetros de largo por 30 de ancho) se calcula la tira en tres partes, se le dan dos dobleces cogiéndola por la parte de arriba, doblando la primera parte sobre la segunda y la tercera sobre la primera. A

continuación se dobla a la mitad, de derecha a izquierda, presentando la masa el aspecto de un libro cerrado. Inmediatamente se le da vuelta a la masa, haciéndola girar, de manera que la abertura del libro quede a nuestra derecha, quedando terminado así la primera vuelta. Una vez colocada la masa en esta posición se raspa la mesa recogiendo la harina que se haya pegado, dejando ésta bien limpia, se vuelve a espolvorear, se presiona con el rollo para pegarle los dobleces y se volverá a estirar de la misma manera, siguiendo los mismos detalles que para la primera vuelta, no olvidándose darle la vuelta a la masa para que la altura del

libro (aspecto que presenta la masa), al terminar de doblarla, quede siempre a nuestra derecha. De esta manera las vueltas quedan siempre cambiadas sin complicaciones. Dadas las cinco vueltas se coloca sobre un plato espolvoreado de harina, se cubre con un paño humedecido y se coloca en nevera o sitio muy fresco, durante dos o tres horas, cuanto más tiempo mejor. Una vez reposada se utiliza.

# Hojaldrada

**HOJALDRE**

**1/4 kilo de mantequilla o margarina**

**1/2 kilo de harina**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita de sal**

### **CREMA**

**200 grs. de almendra molida (sin  
tostar)**

**2 yemas**

**Un tazón de azúcar**

**9 cucharadas de coñac**

### **ADORNO**

**2 claras**

**4 cucharadas de azúcar**

**100 grs. de almendras tostadas**

**Unas gotas de limón o vinagre**

Se prepara el hojaldre como se ha explicado (véase fórmula).

Se prepara la *crema de almendra* (véase



fórmula). Una vez hecha se deja enfriar. Cuando el hojaldre ha reposado se espolvorea de harina la mesa, se coloca en el centro la masa y se espolvorea igualmente, masa y rollo, se extiende con el rollo y se corta un disco. Se prepara un molde redondo sin engrasar colocando el disco de hojaldre sobre el fondo de éste y se cuece a horno fuerte hasta que esté dorado. Cuando está cocido se retira del molde y se deja enfriar. Se prepara otro disco de la misma manera. Para colocarlo sobre el fondo del molde se esperará a que éste haya enfriado. Cuando los discos están cocidos se coloca uno de ellos (se dejará el de mejor presentación para

arriba) sobre un plato; encima del disco se extiende con cuidado de no romperlo la crema de almendra y se coloca el otro disco, recortando lo sobrante, y se cubre con azúcar glas, introduciéndolo en el horno unos minutos para que se acaramele, pero sin quemarse. Con las dos claras se prepara un *merengue* (véase fórmula), se coloca en manga de pastelería con boquilla (a gusto) y se cubren los bordes. Las almendras se muelen un poco con el rollo y se salpica con ellas el merengue y el azúcar glas.

# Hojaldritos

## HOJALDRE

1/4 kilo de harina

1/4 kilo de mantequilla o margarina

Un pocillo de agua

Una cucharadita de sal

Harina para espolvorear

## CREMA

2 yemas

1/2 litro de leche

2 cucharadas de maicena

4 cucharadas de azúcar

Una cáscara de limón

## ADORNO

100 grs. de azúcar glas

**Un huevo**

**50 grs. de guindas**

Se prepara con los primeros ingredientes un *hojaldre* como se explicó (véase fórmula).

Con las yemas, la leche, la maicena, las cáscaras de limón y el azúcar se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula).

Cuando el hojaldre haya reposado se espolvorea con harina la mesa, se coloca en el medio la masa y se espolvorea igualmente, se extiende ésta con el rollo dejándola un poco gruesa.

Se corta la masa en tiras de unos ocho centímetros de ancho, seguidamente al través formando cuadros se humedece

ligeramente con agua la superficie de cada cuadro y se atraen las cuatro esquinas de cada cuadro fijándolas en el centro.

Cuando están preparados todos los pasteles se barnizan por encima con huevo batido y se cuecen a horno fuerte durante quince minutos, aproximadamente. Dorados, se sacan a la puerta del horno y se cubren de azúcar glas, se vuelven a introducir en el horno y se retiran cuando estén acaramelados.

En medio de cada pastel se coloca un poco de crema pastelera y encima una cereza confitada.

# Huesecillos

**300 grs. de harina**

**8 cucharadas de aceite**

**Ralladura de limón**

**16 cucharadas de leche**

**100 grs. de azúcar**

**Aceite para freír**

Se mezcla el aceite, la leche, la ralladura de limón, el azúcar y la harina, se amasa hasta conseguir una masa fina y se van formando, con pequeñas porciones de masa, unas bolitas que se alargan, dándoles la forma de tubo, se les da un corte para que abran al freírse

y se fríen en abundante aceite hasta que queden dorados. (El aceite no debe estar demasiado caliente).

## **Leche merengada**

**Un litro de leche**

**350 grs. de azúcar**

**Una cáscara de limón**

**4 claras**

**Un trozo de canela en rama**

**Canela en polvo**

En un cazo se pone la leche, 250 gramos de azúcar, la cáscara de limón, el trozo de canela (atado con un hilo para que no

se suelte por la leche). Se acerca al fuego y se hierva durante cinco minutos, seguidamente se retira del fuego y se deja enfriar.

Cuando la leche esté bien fría se pasa por un colador y se introduce en la nevera (dentro del congelador). Cuando empiece a cuajarse se incorporan poco a poco las claras batidas a punto de nieve, a las que se habrán añadido cuatro cucharadas de azúcar y unas de limón al empezar a batirlas. Se vuelve a poner en nevera para que termine de helar.

Para servirlo se llenan unas copas, formando pirámide, y se espolvorean con canela en polvo.



# **Magdalenas (primera fórmula)**

**250 grs. de mantequilla**

**250 grs. de harina**

**200 grs. de azúcar**

**3 huevos**

**1/2 copa de coñac**

**Ralladura de limón**

**2 cucharaditas de Royal**

**Azúcar glas para espolvorear**

Se ponen en un recipiente los huevos, el azúcar y la ralladura de limón, se bate durante unos veinte minutos, hasta que esté muy esponjoso, entonces se agrega

el coñac, batiendo un poco más, a continuación la mantequilla desleída y fría (puede sustituirse por margarina); por último, la harina con el Royal, mezclándolo despacio. Una vez mezclado se vierte en moldes de magdalenas o cajitas de papel, sin llenarlas del todo. Se cuecen a horno fuerte, sin exageración (si se ponen en moldes, éstos se untarán con mantequilla, en cajitas no es necesario). Una vez cocidas (deben estar doradas) se vuelcan, si están en moldes; no se sacan si están en cajitas de papel. Se espolvorean de azúcar glas.

# Magdalenas (segunda fórmula)

Una taza de nata

Una cucharada de mantequilla o margarina

Una taza de azúcar

2 tazas escasas de harina

Una cucharada de anís

Ralladura de limón

4 huevos

Un sobre de Royal

50 grs. de azúcar glas para espolvorear

Se bate la nata durante cinco minutos, se le añade la cucharada de mantequilla o

margarina y el azúcar, se sigue batiendo otros cinco minutos, se agrega la raspadura de limón, el anís y las cuatro yemas, se mezcla y se incorporan las dos tazas de harina mal llenas con el Royal, por último se unen las cuatro claras batidas a punto de nieve. Cuando está todo mezclado se llenan los moldes (éstos tienen que untarse con mantequilla) o las cajitas sin llenarlas del todo y se cuecen a horno fuerte sin exageración. Deben quedar doradas; una vez cocidas se espolvorean de azúcar glas.

# Magdalenas (tercera fórmula)

**3 huevos**

**4 cucharadas de harina**

**1/2 copa de coñac**

**Ralladura de limón**

**3 cucharadas de azúcar**

**2 cucharadas de Royal**

**3 cucharadas almendra molida**

**150 grs. de mantequilla**

En una fuente se baten las tres claras a punto de nieve, cuando están bien subidas se les añaden las yemas, a continuación el azúcar y la ralladura de limón, todo esto bien mezclado, se agrega el coñac y la mantequilla,

semilíquida, pero fría, se remueve y se mezcla poco a poco la harina, el Royal y la almendra.

Se cuecen como las anteriores.

## **Magdalenas caseras**

**2 huevos**

**Un pocillo de aceite**

**2 cucharaditas de Royal**

**3 cucharadas de azúcar**

**3 cucharadas de harina**

**Ralladura de limón**

Se desahúma el aceite y se deja enfriar.

En una fuente se bate la clara a punto de

nieve, cuando está subida se agrega la yema, a continuación el azúcar y la ralladura del limón, seguidamente el aceite frío, poco a poco, y por último la harina y el Royal. Se mezcla bien y se cuecen como las primeras.

## **Mantecadas de Viena**

**200 grs. de manteca de cerdo**

**100 grs. de azúcar**

**300 grs. de harina**

**100 grs. almendra molida**

**Una cucharadita de canela en polvo**

**Azúcar glas para cubrirlos**

**2 cucharaditas de Royal**

Se mete la harina en el horno, desparramada (en un molde de bizcochos), y se deja tostar un poco.

Se mezclan en una fuente la grasa de cerdo, el azúcar, la almendra molida, la canela y se agrega la harina. Se amasa un poco, se forman unas bolas y se colocan en una placa engrasada y espolvoreada de harina. Se cuecen a horno fuerte. Una vez cocidos se sacan del horno, se cubren de azúcar glas y se envuelven en papeles blancos de seda.



# Mantecadas de Astorga

**1/4 kilo de mantequilla**

**1/4 kilo de harina**

**6 yemas**

**1/4 kilo de azúcar**

**Una cucharadita de canela en polvo**

**3 claras**

**2 cucharaditas de Royal**

Se preparan las cajitas de papel.

Se pone en un recipiente la mantequilla y el azúcar, se bate hasta ponerlo

cremoso; a continuación se van agregando las yemas una a una sin dejar de batir, seguidamente la harina y la canela en polvo. Se mezcla y se agregan las tres claras batidas a punto de nieve, se llenan las cajitas (no del todo) y se cuecen a horno moderado, hasta que estén doradas. (No se sacan de las cajas).

# **Mantecadas de El Escorial**

**250 grs. harina / 2 huevos**

**Una copita de aguardiente**

**Una cucharadita de Royal**

**200 grs. manteca cerdo**

**150 grs. de azúcar glas**

**Ralladura de limón**

**Azúcar glas para espolvorear**

Se preparan las cajitas de papel.

En una fuente se pone la manteca de cerdo, el azúcar y la ralladura del limón, se bate hasta que esté cremoso, entonces se agregan las yemas, el aguardiente, la canela y el Royal. Se remueve y se agregan las claras batidas a punto de nieve, se introducen y se mezcla poco a poco la harina. Se cuece como las anteriores y se espolvorean, una vez cocidas, con azúcar glas.

# Mantecadas caseras

**1 taza de nata / 2 huevos**

**Igual cantidad de azúcar**

**Una copita de aguardiente**

**Dos pocillos de harina**

**Dos cucharaditas de Royal**

Se preparan las cajitas de papel.

Se baten en un recipiente la nata con el azúcar hasta que esté cremoso, entonces se agrega el Royal, el aguardiente, el huevo batido, se remueve todo y se mezcla poco a poco la harina.

Se cuecen como las anteriores.

# **Manzanas a la crema**

**6 manzanas reinetas**

**Un litro de leche**

**Una taza de melocotón**

**4 cucharadas de maicena**

**25 grs. de mantequilla**

**1/4 kilo de azúcar (aproximadamente)**

**3 huevos**

**2 copas de coñac**

**Una cáscara de limón**

**6 cerezas confitadas**

Se eligen las manzanas iguales de tamaño, se lavan y con un cuchillo se hace un corte circular por el tallo y se

saca el corazón. En el hueco se pone una cucharadita de azúcar, otra de coñac y una bola de mantequilla. Se colocan en una placa, en la que habrán puesto tres cucharadas de agua, y se meten al horno hasta que estén bien asadas.

Con la leche, las yemas, la maicena, ocho cucharadas de azúcar y la cáscara de limón se hace una *crema pastelera* (véase fórmula). Una vez hecha se separa del fuego y se vierte sobre un plato de postre (grande) reservando unas cucharadas.

Cuando las manzanas están asadas se coloca una en el centro del plato y las demás haciendo círculo sobre la crema y se echa una cucharadita de crema dentro

de cada manzana. Se tapa el relleno con medio melocotón boca abajo. Se prepara con las claras un *merengue* (véase fórmula), se coloca en manga pastelera con boquilla y se decoran las manzanas, sobre cada una se pone una cereza. Se hace un cordón de merengue alrededor del plato.

## **Manzanas a la francesa**

**6 manzanas**

**2 huevos**

**2 claras**

**2 plátanos**

**1/2 pocillo de jugo de naranja**

**2 pocillos de leche**

**1/2 kilo de azúcar (aproximadamente)**

**Una copa grande de coñac**

**50 grs. de almendras tostadas**

**Canela en rama**

En un cazo se ponen tres pocillos de azúcar, tres de agua, la canela y el coñac, se acerca al fuego y se deja hervir hasta que se consigue un almíbar a punto de hebra flojo. Entonces se pasa el almíbar a una tartera amplia. Las manzanas se pelan y con un cuchillo se les hace un corte circular por el tallo y se saca el corazón, con el ahuecador de las patatas y las pepitas, sin llegar hasta



el fondo, se colocan en la tartera donde está el almíbar y se cuecen lentamente tapadas. Con mucho cuidado, de vez en cuando, para que se cuezan por todos los lados, se les da vuelta y se va echando en el hueco almíbar.

Con los huevos, dos cucharadas de azúcar y dos pocillos de leche se prepara un *flan corriente* (véase fórmula). Una vez cocido se saca del molde y se deja enfriar. Frío se aplasta en una fuente con los plátanos, dos cucharadas de azúcar y el jugo de naranja. Con todo se hace papilla y se reserva.

Las almendras se tuestan (véase *Almendras tostadas*), se muelen y se

reservan.

Cuando las manzanas están tiernas (se comprobará pinchándolas con una aguja) se sacan con mucho cuidado del almíbar y se colocan en un plato de postre (redondo), se rellenan con la papilla preparada y el resto se coloca entre las manzanas y alrededor de éstas. Con las dos claras se hace un *merengue* (véase fórmula), se coloca en una manga con boquilla y sobre cada manzana se forma una pirámide de merengue, terminando de decorarlas a capricho. Alrededor del plato se hace un cordón de merengue. Se salpican manzanas y merengue con las almendras molidas y se termina el adorno con las cerezas. Se colocará una

sobre cada manzana.

# Merengue

Debe  
tenerse  
en  
cuenta  
el  
tamaño  
de  
la  
fuente  
(ésta  
depende  
de  
la

cantidad  
de  
claras;  
téngase  
en  
cuenta  
que  
éstas  
aumentan  
mucho).

Una  
vez  
que  
empezaron  
a  
batirse  
no  
pueden  
cambiarse  
de  
recipiente

hasta  
que  
el  
merengue  
está  
confeccionado.

Para que el merengue resulte mejor no deben ser los huevos recién cogidos del gallinero. Para batir el merengue se pueden usar varillas u otro objeto destinado a este fin.

El recipiente debe estar completamente seco, ya que la humedad impide la subida de las claras. El éxito del merengue depende del batido. Es necesario batirlo mucho antes y después de ponerle el azúcar.

Se pasa un paño a una fuente para que esté bien seca y se ponen las claras que se desee. Se les adiciona unas gotas de limón o vinagre y se bate fuerte hasta que tenga bastante consistencia (se conocerá cuando al coger un poco de clara con batidor ésta no se desprende). En este punto se va agregando el azúcar sin dejar de batir, dos cucharadas llenas por clara espolvoreadas. No se pondrá la siguiente hasta que no se haya batido unos minutos la anterior. Cuando ya se ha agregado todo el azúcar se sigue batiendo hasta que tenga brillo y esté muy espumoso. En este punto se emplea.

# **Merengue (otra fórmula)**

**2 claras**

**1/2 vaso de agua fría**

**200 grs. de azúcar**

**Unas gotas de limón o vinagre**

Se separa y se reserva una cucharada llena de azúcar. Con el resto del azúcar y el medio vaso de agua se prepara un almíbar muy fuerte. Se conocerá que está en su punto cuando al echar una gota en un vaso de agua la gota cae derecha al fondo del vaso. Si no ocurre esto se seguirá cociendo el almíbar (cuidando

que no se quemem) hasta que se consigue el punto.

En una fuente muy limpia se ponen las claras y se adicionan con las gotas de limón o vinagre, se baten fuertemente hasta que están muy consistentes, entonces se agrega la cucharada de azúcar reservada y se sigue batiendo unos minutos más, seguidamente se echa el almíbar caliente en chorrito sin dejar de batir y cuidando que no caiga sobre el tenedor o batidor, pues se cristalizaría y estropearía el merengue.

Es aconsejable que el almíbar sea echado por otra persona. Una vez puesto todo se bate unos segundos más y se utiliza. Este merengue se conserva en las



tartas y pasteles más tiempo que el anterior.

# Milhojas

## **HOJALDRE**

**1/2 kilo de mantequilla o margarina**

**1/2 kilo de harina**

**2 pocillos de agua fría**

**2 cucharaditas de sal**

**Un poco de harina para espolvorear**

## **CREMA**

**3 huevos**

**2 cucharadas llenas de maicena**

**Una cáscara de limón**

**1/2 litro de leche**

**4 cucharadas de azúcar**

## **MERENGUE**

**3 claras**

**6 cucharadas de azúcar**

**Azúcar glas para espolvorear**

**Unas gotas de limón**

Se confecciona el *hojaldre* como se ha explicado (véase fórmula). El hojaldre para la milhoja debe reposar, a ser posible, en nevera o sitio muy fresco tres horas por lo menos.

Con los ingredientes de la crema se prepara una crema pastelera. Ésta debe quedar bastante espesa. Una vez hecha se deja enfriar.

Con las claras y el azúcar se prepara un *merengue* (véase fórmula).

Una vez reposada la masa hojaldre se divide en tres partes. Se espolvorea la masa, se coloca una parte en el centro de ésta, se espolvorea, igualmente, rollo y masa y se extiende dejándola un poco gruesa. Se coloca sobre una placa de horno alargada (puede emplearse un molde de empanadas largo) y se cuece a horno fuerte. Una vez cocido se pone sobre la mesa y se deja enfriar. De la misma manera se cuecen las otras dos partes, dejando enfriar completamente el molde para colocar nuevamente la masa. Cuando están cocidas todas las partes se coloca una de ellas (se deja para la última la de mejor representación) sobre una bandeja, sobre ésta se extiende la

crema, se tapa con otra parte de hojaldre, se extiende encima el merengue y se coloca la última parte de hojaldre, se espolvorea la superficie con azúcar glas.

Con un cuchillo largo y que corte bien se recortan los bordes para igualarlos y se corta la milhoja en tiras y después en cuadros.





# Natillas

**3 yemas de huevo**

**4 ó 5 cucharadas llenas de azúcar**

**Un trocito de canela en caña**

**1/2 litro de leche**

**Una cáscara de limón**

**Un poco de canela en polvo**

Agregando

a

las

natillas

media

cucharadita

de

maicena,

cuando  
se  
deslíen  
las  
yemas  
con  
el  
azúcar,  
no  
se  
cortan.

Se pone a hervir la leche con la corteza de limón y un trocito de canela (ésta se ata con un hilo para que no se suelte por la leche). Una vez hervida se separa del fuego y se conserva al calor. En un cazo que no sea de aluminio se ponen las yemas y el azúcar, se remueve bien



(siempre para el mismo lado) con una cuchara de madera y se va echando la leche a chorrito, sin dejar de remover. Seguidamente se ponen a cocer al baño de María removiéndolas sin parar para que no se corten (haciéndolo siempre para el mismo lado).

Las natillas no deben llegar a hervir (al hervir se cortan).

Se notará que están en su punto cuando desaparece de la superficie la espuma y se empaña la cuchara. Entonces se retiran, se pasan a un recipiente de cristal o porcelana y se dejan enfriar; mientras enfrían se mueven de vez en cuando con una cuchara de madera para que no se les forme tela en la superficie.

Se sirven espolvoreadas con canela.

# **Naranjas a la crema**

**6 naranjas**

**3/4 litro de leche**

**2 huevos**

**300 grs. de azúcar (aproximadamente)**

**Un tarro de mermelada de albaricoque**

**3 cucharadas de maicena**

**50 grs. de cerezas confitadas**

**Una cáscara de limón**

Se elegirán naranjas de tamaño corriente, iguales, con la piel bien

resistente. Se cortan por la mitad en sentido horizontal y con una cuchara se vacían, quedando como cazuelas.

En un cazo se pone la mermelada de albaricoque con una cucharada de azúcar, se acerca al fuego y se cuece un cuarto de hora, removiéndola con frecuencia para que no se pegue. Transcurrido el tiempo se pasa por un pasador.

Con la leche, seis o siete cucharadas de azúcar, la cáscara de limón, las yemas y la maicena se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula).

Las cazuelitas de naranja se colocan en una bandeja y se rellenan con la crema (no del todo), en cuanto se separa del

fuego. Se terminan de rellenar con la mermelada y se adorna cada una alrededor con merengue.

## **Pan especial de desayuno y té**

**1/2 kilo de harina (aproximadamente)**

**150 grs. de azúcar**

**4 huevos**

**Una cucharada de mantequilla**

**7 cucharadas de leche**

**Una yema**

**3 cucharadas de Royal**

**2 cucharadas más de leche**

En un recipiente se ponen los huevos. Se baten, se les agregan las siete cucharadas de leche y la mantequilla derretida (pero fría), se va agregando la harina hasta conseguir una masa, entonces se pone sobre la mesa espolvoreada de harina y se amasa durante unos cinco minutos.

Se unta con mantequilla un molde grande o dos pequeños de los de cake y se pone la masa sólo hasta la mitad del molde, se tapa y se deja reposar en sitio templado una hora. A continuación se mete a horno moderado durante veinte minutos. Pasados éstos se calienta más el horno y se cuece hasta que esté en su

punto.

Se disuelve una yema batida con las dos cucharadas de leche y se pasa este batido por la superficie del pan, unos minutos antes de sacarlo del horno. Ya cocido se saca del molde, se deja enfriar, se espolvorea con azúcar glas y se sirve en rebanadas.

Si se necesita un poco más de harina de la pesada, puede añadirse. También puede ocurrir que no sea necesario poner el medio kilo, ya que depende de la calidad de la harina. El punto se conoce pinchándolo con una aguja larga. Debe salir limpia.

# **Panecillos dulces**

**400 grs. de harina**

**125 grs. de mantequilla**

**1/2 litro de leche**

**2 yemas**

**2 cucharadas de azúcar**

**4 cucharaditas de Royal**

**Una cucharadita de sal fina**

**Mantequilla para engrasar**

**Un huevo para pintarlos**

Apropiados para el té.

Se junta la harina, la mantequilla (los 125 gramos), sal, el Royal, las dos yemas y el azúcar, se añade la leche, amasándolo hasta formar una masa

consistente, espolvoreando la mesa y la masa con harina.

Hecha la masa se extiende con el rollo hasta dejarla fina, se corta en rectángulos, se extiende sobre ellos un poco de mantequilla derretida con un pincel y se enrollan éstos como si fueran cigarros, se colocan en una placa de horno, engrasada con mantequilla, y se pintan con huevo batido, cociéndolos a horno moderado durante media hora.

## **Pastas dobles de**



# almendra

**350 grs. de azúcar glas**

**125 grs. de mantequilla**

**5 claras de huevo**

**1/2 tarro de mermelada de albaricoque**

**200 grs. de almendra molida**

**100 grs. de harina**

**Una cucharada de coñac**

**Una cucharada de azúcar corriente**

Se pone la mermelada en un cazo al fuego, con la cucharada de azúcar, se cuece hasta que queda bastante espeso, removiéndolo con frecuencia para que no se queme. Si las almendras no se adquieren ya molidas, véase *Almendras molidas*. Se pone la almendra en una

fuente, se añade una clara de huevo, se mezcla, se agrega otra clara y el coñac y se vuelve a mezclar. Se reserva.

La mantequilla se pone a derretir, procurando que no se caliente.

Se baten las otras tres claras a punto de nieve, cuando están bien subidas se les agrega el azúcar glas, se siguen batiendo y se agrega la harina moviéndolas despacio con la espátula y en seguida se agrega también la mantequilla desleída pero fría y el preparado de almendra.

Se engrasa una placa ligeramente con mantequilla. Se coloca la masa en una manga pastelera con boquilla de puré rizada y se van colocando montoncitos separados unos de otros (no deben ser

mayores que monedas de peseta). Se cuecen a horno moderado hasta que estén doradas unos quince minutos. Ya doradas se retiran de la placa y se untan con mermelada por el lado que pegaba con la placa, juntándolas de dos en dos.

## **Pasta de almendra (otras)**

**400 grs. de almendra**

**200 grs. de azúcar**

**200 grs. puré de patata**

**100 grs. de azúcar para almíbar**

**50 grs. de cerezas escarchadas**

Para  
el  
puré  
se  
cuecen  
las  
patatas,  
se  
escurren  
y  
se  
secan  
unos  
minutos  
en  
el  
horno  
o  
sobre  
la  
chapa,

y  
calientes  
se  
pasan  
por  
el  
pasador.  
Una  
vez  
pasadas  
se  
pesan  
los  
200  
gramos.

En una fuente se pone el puré de patata frío, la vainilla y el azúcar. Se mezcla bien con una cuchara de madera y se agrega la almendra, se coloca la manga

pastelera y se forman las pastas redondas, en una placa engrasada con mantequilla. Se cuecen a horno moderado hasta que estén doradas (unos veinte o veinticinco minutos). Una vez cocidas se retiran de la placa, pasándolas por debajo un cuchillo de hoja alargada. En un cazo se ponen los 100 gramos de azúcar con un pocillo escaso de agua, se acerca al fuego y se deja hervir hasta que se forma un almíbar a punto de hebra. En este punto se pintan las pastas cuando están cocidas. A medida que se van pintando se les pone, antes que se seque el almíbar, encima media cereza colorada (éstas se pondrán unos minutos en agua

fría para quitarles el azúcar).

## **Pastas de almendras (otras)**

**1/4 kilo de almendras tostadas**

**1/2 copa de coñac**

**2 yemas y una clara**

**150 grs. de azúcar**

**2 cucharadas rasas de harina**

**Ralladura de 1/2 limón**

**50 grs. de cerezas escarchadas**

Una vez tostadas las almendras se muelen finas. En una fuente se mezclan

con las yemas el coñac, el azúcar, la ralladura de limón y la clara batida a punto de nieve. Cuando está todo mezclado se agregan las dos cucharadas de harina, no agregando la siguiente hasta no haber introducido la primera (si la pasta se secura demasiado se pone solamente una cucharada, y si estuviera demasiado blanda entonces se aumenta). Tiene que quedar la pasta muy jugosa.

Se coloca en manga pastelera con boquilla rizada y se van formando las pastas en pequeñas porciones, sobre una placa engrasada ligeramente con mantequilla, y se cuecen a horno moderado hasta que están doradas, unos veinticinco minutos. Ya cocidas se



retiran de la placa pasándolas por debajo un cuchillo de hoja alargada.

Se prepara con dos pocillos de agua y medio de azúcar un almíbar a punto de hebra y se pintan las pastas, una vez cocidas. A medida que se van pintando se coloca (antes que se sequen) media cereza escarchada (las cerezas se tendrán unos minutos en agua para quitarles el azúcar).

## **Pastas de avellana**

**250 grs. de avellanas tostadas**

**250 grs. de harina**

**2 huevos enteros**

**2 yemas más**

**250 grs. de azúcar**

**1/2 cucharada de corteza de limón  
rallada**

Se muelen las avellanas, dejándolas muy finas. Se mezclan éstas con el azúcar y harina añadiendo los dos huevos enteros; a continuación las dos yemas y la ralladura de limón. Con una cuchara muévase todo hasta mezclarlo, sin removerlo demasiado para que no se ponga espumoso.

Se unta una placa de horno con mantequilla, espolvoreándola además con harina, en ella se ponen las pastas redondas y delgadas colocándolas

distanciadas para que no se peguen unas a otras. Se meten a horno fuerte durante unos cinco minutos (este tiempo es suficiente, pues deben ser muy delgadas). Si se cuecen en varias veces debe dejarse enfriar la placa, para colocarlas nuevamente, volviendo a untarla con mantequilla y espolvorearla de harina.

## **Pastas de coco**

**200 grs. de coco**

**200 grs. de azúcar**

**200 grs. de mantequilla**

**Una copita de anís**

**Una yema / Harina**

**Raspadura de medio limón**

**Un huevo para barnizar**

En una fuente se trabaja la mantequilla, el azúcar, la yema, el anís, la raspadura de limón y el coco. Se trabaja bien y se agrega la harina que admita hasta formar una pasta fina, a continuación se cortan unas pastas redondas, se pintan de huevo batido, se rebozan de coco y se meten en el horno hasta que estén doradas.

**Pastas de coco y**

# almendra

**200 grs. de harina**

**250 grs. de coco**

**50 grs. de almendras molidas**

**2 huevos**

**200 grs. de azúcar glas**

**Una yema para barnizar**

**Un tubo de vainilla**

Se mezclan en una fuente la mantequilla, los huevos, la vainilla, la almendra molida, el azúcar y el coco (reservando un poco para espolvorear las pastas). Una vez mezclado se agrega la harina. Se amasa bien y se extiende con el rollo. Se cortan las pastas en pequeños discos y se colocan sobre una placa untada con

mantequilla, se barnizan con yema de huevo, se espolvorean con coco y se cuecen a horno moderado.

## Pastas empiñonadas

**1/2 kilo de almendra molida**

**200 grs. de piñones**

**400 grs. de azúcar**

**50 grs. de azúcar más**

**Una clara**

**100 grs. de azúcar glas**

**Obleas**

Con los 400 gramos de azúcar y una taza de agua se prepara un *almíbar a punto*

*de bola blanda* (véase almíbar). Cuando está en este punto se agrega la almendra y se dan cuatro o cinco hervores para que espese. Inmediatamente se separa del fuego y se deja enfriar. Cuando está frío, con las manos untadas de clara de huevo (sin batir) se forman unas bolas, pequeñas, se achatan un poco y se colocan en las obleas. Se les clavan los piñones por encima y se dejan reposar media hora. Mientras reposan se prepara un almíbar a punto de hebra floja con los cincuenta gramos de azúcar. Pasada la media hora se meten en el horno, y cuando se hayan dorado se pasan por almíbar y se espolvorean con azúcar glas.

# Pastas especiales

**6 yemas / Harina**

**5 grs. de mantequilla**

**Un pocillo de azúcar**

**Una copa de coñac**

**50 grs. de azúcar glas**

En una fuente se ponen las yemas, el azúcar, la mantequilla y el coñac, se mezcla todo y se agrega poco a poco harina hasta conseguir una pasta fina, se extiende con el rolo y se forman las pastas, metiéndolas a continuación en el horno, moderado, hasta que están



doradas.

## **Pastas Natacha**

**Una tarrina de Natacha**

**250 grs. de azúcar**

**50 grs. de azúcar glas**

**Harina (la que admita)**

**2 yemas**

**Una copita de anís**

**1/2 tarro de mermelada de  
albaricoque**

Se pone la mermelada en un cazo con una cucharada de azúcar, se acerca al fuego y se cuece hasta que se ponga

dura, removiéndola con frecuencia para que no se pegue.

Se pone en una fuente la natacha, las yemas, 200 gramos de azúcar y el anís. Se trabaja todo con cuchara de madera hasta dejarlo cremoso, entonces se va agregando poco a poco la harina que admita hasta conseguir una pasta fina. Se estira con el rollo y se cortan las pastas redondas. Se colocan en una placa espolvoreada de harina y se cuecen a horno moderado. Cuando están doradas se retiran de la placa. Se untan con la mermelada por el lado que pegaba con la placa, juntándolas de dos en dos. Se cubren con azúcar glas.

# Pastas para té

**250 grs. de harina**

**Un huevo**

**125 grs. de mantequilla**

**125 grs. de almendra tostada**

**Un huevo más para pintarlas**

Se muelen las almendras dejándolas lo más finas posible. Se mezclan en una fuente todos los ingredientes hasta conseguir una masa fina. Una vez conseguido fórmese con la masa una bola lisa, se coloca ésta en un plato espolvoreado de harina y se deja reposar en sitio fresco durante una hora,

cubriéndola con un paño humedecido para que no se seque. Pasado ese tiempo se coloca la masa sobre la mesa espolvoreada de harina, se extiende con el rollo y se forman las pastas redondas, se colocan en una placa de horno ligeramente untada con mantequilla. Sobre cada pasta se forma con las puntas de un tenedor un enrejado. Se cuecen a horno fuerte hasta que estén muy doradas.

Estas pastas bien tapadas se conservan buenas muchos días.

# **Pastel de arroz con leche**

## **ARROZ**

**Un pocillo de arroz**

**6 cucharadas de azúcar**

**Una cáscara de limón**

**Un litro de leche**

**Un trozo de canela en caña**

## **GUARNICIÓN**

**3 huevos**

**250 grs. de frutas escarchadas**

**250 grs. de pasas**

**Un bote de mermelada de albaricoque**

**Un poco de mantequilla**

Con los ingredientes del arroz se prepara el *arroz con leche* (véase fórmula). Una vez hecho se deja enfriar. La mermelada se pone a cocer con dos cucharadas de azúcar, durante unos minutos, removiéndolo de vez en cuando para que no se quemé.

Se les quitan a las pasas los rabos y pepitas y se agregan al arroz, cuando está frío, junto con las frutas picadas, se remueve bien y se añaden las tres yemas, se mezclan y se incorporan las tres claras batidas a punto de nieve. Todo mezclado se vierte en un molde untado con mantequilla y se cuece a horno moderado hasta que esté cuajado.

Se comprobará, cuando al pincharlo con una aguja larga ésta sale limpia. Entonces se saca del horno y se deja enfriar, dentro del mismo molde. Una vez frío se desmolda y se cubre con la mermelada de albaricoque extendiéndola por todo el pastel. Se sirve muy frío.

## **Pastel asturiano**

**6 huevos**

**1/4 kilo avellanas tostadas**

**Un pocillo de miga de pan**

**6 cucharadas de azúcar**

**2 cucharadas de coñac**  
**3 cucharaditas de Royal**  
**Ralladura de medio limón**  
**Mantequilla para engrasar**  
**Papel blanco para molde**

## **CREMA**

**150 grs. mantequilla**  
**100 grs. de azúcar glas**  
**1/2 cucharadita de canela en polvo /**

**Un huevo**

## **ALMÍBAR**

**6 cucharadas de azúcar**  
**Trozo de canela en rama**  
**2 tazas de agua**

Se muelen las avellanas (antes de molerlas se reservan 50 gramos). Se engrasa un molde redondo, después de haberle colocado un papel en el fondo.



Se baten las claras a punto de nieve, cuando están bien subidas se agregan una a una las seis cucharadas de azúcar, se sigue batiendo durante unos minutos y se añaden, sin dejar de batir, las yemas y la miga de pan (ésta será miga natural bien deshecha con las manos), el Royal, las avellanas molidas, la ralladura de limón y el coñac. Se vierte en el molde preparado y se cuece a horno moderado. Cuando está cocido (se conocerá pinchándolo con una aguja larga, tiene que salir limpia) se retira del horno y se vuelca sobre un plato para que enfríe. En un cazo se ponen dos pocillos de agua, las seis cucharadas de azúcar y la canela en caña, se acerca al fuego y se

cuece durante unos minutos. Con este almíbar se remoja el pastel una vez frío. Con los ingredientes de la crema se prepara la crema de mantequilla (véase fórmula), se coloca en manga pastelera con boquilla rizada y se adorna el pastel. Sobre el adorno se colocan las avellanas cortadas a la mitad.

## **Pastel de avellana**

**250 grs. de avellanas tostadas**

**100 grs. de mantequilla**

**100 grs. de galletas tostadas**

**4 huevos**

**1 cucharadita de Royal**  
**Ralladura de medio limón**  
**Vegetal amarillo**  
**50 grs. de azúcar glas**  
**Una copita de coñac**  
**2 tarros de mermelada de albaricoque**

Se  
puede  
suprimir  
el  
vegetal  
amarillo,  
pero  
no  
quedaría  
tan  
vistoso.  
Éste  
se  
pone  
disuelto

en  
un  
poco  
de  
agua.

Se muelen 200 gramos de avellanas, el resto se reservan enteras. Las galletas se aplastan con el rollo hasta hacerlas harina.

Se bate la mantequilla con el azúcar hasta ponerla cremosa, seguidamente se incorporan 200 gramos de avellana molida, la harina, la levadura, la ralladura de limón, la galleta molida, el coñac, se mezcla, batiéndolo siempre con una cuchara de madera y sin dejar de batir se incorporan los huevos, uno a

uno, se trabaja bien toda la pasta y se divide en dos partes, a una de ellas se le agrega un poco de vegetal amarillo. Se coloca extendida una parte (la otra se reserva) en una placa engrasada de mantequilla y espolvoreada de harina y se cuece a horno lento durante unos veinte o veinticinco minutos. Una vez cocida se saca del horno, se deja enfriar un poco y se retira de la placa. Se vuelve a untar la placa (ya fría) con mantequilla, se espolvorea de harina y se cuece la otra parte como la primera. Ya cocida se saca y se corta cada porción en dos, se unta cada parte con una ligera capa de mermelada y se colocan unas encima de otras,

empezando por una que tenga vegetal, para que quede encima una que no lo tenga. Se unta por fuera con mermelada, se trituran las avellanas reservadas y se cubre todo el pastel espolvoreándolo de azúcar glas.

# Pastel Covadonga

**1/4 kilo de almendra molida**

**6 claras**

**1/4 kilo de azúcar**

**CREMA PASTELERA Y DE  
CHOCOLATE**

**6 yemas**

**3/4 litro de leche**

**6 cucharadas de azúcar**

**1/2 cucharada de mantequilla**

**1/2 libra de chocolate**

**Una cáscara de limón**

## **CREMA DE NARANJA**

**4 yemas**

**Un pocillo de jugo de naranja**

**8 cucharadas de azúcar**

## **MERENGUE**

**4 claras**

**8 cucharadas de azúcar**

**Unas gotas de limón o vinagre**

A

una

pequeña

parte

del

merengue

se

le  
puede  
agregar  
un  
poco  
de  
vegetal  
verde,  
rosa  
o  
amarillo  
y  
cuando  
los  
bordes  
del  
pastel  
están  
adornados,  
se  
intercalan



unos  
puntitos  
distanciados,  
del  
color  
que  
se  
haya  
elegido.

El  
vegetal  
se  
disuelve  
en  
un  
poco  
de  
agua,  
se  
agregan  
al

merengue  
unas  
gotas  
y  
se  
bate  
para  
mezclarlo.

Se unta un molde alargado con mantequilla (debe estar todo muy bien engrasado), y se espolvorea de harina colocando a continuación el molde boca abajo para que caiga la harina sobrante. Se baten las seis claras a punto de nieve, poniéndoles al empezar a batir unas gotas de limón o vinagre, cuando están bien subidas se les agrega poco a poco

el azúcar, se sigue batiendo hasta que esté bien introducida, se mezcla entonces la almendra. Se vierte sobre el molde preparado, extendiéndolo (debe quedar una placa delgada). Se cuece a horno moderado hasta que esté dorado (debe quedar muy tostada). Cuando haya cogido la superficie color, se tapará el molde con un papel engrasado para evitar que se quemé. Bien doradito se saca del horno y se deja enfriar dentro del mismo molde. Se conoce que está cocido cuando se separan las paredes del molde y se desprende el fondo.

Se prepara con las seis yemas, el azúcar, la leche, la cáscara de limón y la maicena una *crema pastelera* (véase

fórmula). En un cazo se pone la mantequilla con el chocolate y medio pocillo de agua, se acerca al fuego hasta que se deshaga y quede el chocolate líquido y se remueve para que no se formen grumos. Cuando la crema pastelera está en su punto se vierte un poco menos de la mitad sobre el chocolate, se remueve bien para mezclarla (véase *crema de chocolate*). El resto de la crema pastelera se pone a enfriar en otro recipiente. La crema de chocolate también se deja enfriar.

Con las yemas, el azúcar y el jugo de naranja se prepara la *crema de naranja* (véase fórmula); una vez hecha se cambia de recipiente y se deja enfriar

completamente. Ya frío el bizcocho se saca el molde, si no se desprendiera se le pasa alrededor la punta de un cuchillo, se coloca el molde boca abajo y se le da unos golpes. Se corta éste en tres partes, horizontalmente, se coloca una de ellas sobre un plato de repostería y sobre ella se pone la crema de chocolate, extendiéndola bien en todas direcciones procurando que quede igualada. Se cubre con otra de las partes cortadas y se pone sobre ésta la crema pastelera, se tapa con la última parte cortada y sobre ella se extiende la crema de naranja (ésta debe estar muy fría), pues esta crema espesa al enfriarse y si se pone blanda sobre el pastel se

escurre y se le estropea el adorno.

Se prepara con las cuatro claras un merengue muy consistente (véase fórmula) y se adornan a capricho las paredes del pastel.

## **Pastel de castañas y chocolate**

**1 kilo de castañas frescas**

**200 grs. de mantequilla**

**3/4 litro de leche**

**200 grs. de azúcar**

**1/2 libra de chocolate de leche**

Se ralla el chocolate y se reserva.

Se les quita la piel a las castañas y se cuecen con la leche (si fuera poca leche, agréguese un poco de agua). Una vez cocidas se escurren y se pasan por pasador de puré (deben pasarse calientes). Cuando el puré está todavía caliente se agrega la mantequilla, el chocolate rallado y el azúcar, se mezcla todo.

Se unta un molde de los de cake y se le coloca un papel en el fondo, untado también, cortado a la medida. Se vierte en el molde el conjunto, se aplasta bien y se pone en sitio fresco hasta el día siguiente. (Si se dispone de nevera, con

unas horas es suficiente). Para retirarlo del molde se acerca un poco al calor, se pasa alrededor del pastel un cuchillo y se da vuelta al molde sobre un plato. Prepárese un *baño de chocolate* (véase fórmula) y cúbrase el pastel. Una vez cubierto puede volver a ponerse en la nevera.

## **Pastel de crema tostada**

**3 1/2 docenas de bizcochos de  
Soletilla**



**Un litro de leche**

**3 huevos**

**350 grs. de azúcar (aproximadamente)**

**4 cucharadas de maicena**

**1/4 litro de vino ajerezado**

**Una cáscara de limón**

**50 grs. de cerezas escarchadas**

**Un limón**

Puede

también

prepararse

este

pastel

con

un

bizcochón

corriente

de

cinco

huevos

(véase

fórmula  
con  
sus  
correspondientes  
ingredientes).

Se  
corta  
en  
dos  
discos  
y  
se  
prepara  
como  
si  
fuera  
con  
bizcochos.

Con la leche, tres yemas, la maicena, el  
azúcar y la cáscara de limón se prepara

una *crema pastelera* (véase fórmula).

No debe quedar demasiado espesa.

Se separan ocho cucharadas del vino de jerez y se reservan. Al resto se le agrega un vaso de agua y una cucharada de azúcar y se acerca al fuego para que se caliente un poco. Se reservan cinco bizcochos.

En un plato redondo (de repostería) se coloca la mitad de los bizcochos, formando una capa, se remojan con un poco del vino templado y se vierte sobre ellos la mitad de la crema, hirviendo, cubriéndolos. Se coloca la otra mitad de bizcochos, formando otra capa, se remojan ligeramente con vino templado y se cubren con el resto de la crema

extendiéndola para que quede lo más lisa posible.

Se ponen en un cazo el jugo de limón y seis cucharadas de azúcar para que se tuesten sin que se quemem. Cuando está dorada se separa un poco del fuego, sin que se enfríe, y se bañan las puntas de los bizcochos cortados que se habían reservado, por el lado que se cortaron, y se van pegando al borde de la crema procurando que tengan la misma separación unos de otros (se sujetan un poco hasta que el azúcar se enfríe). Cuando están pegadas todas las mitades de bizcochos se vuelve a acercar el azúcar al fuego y se le agregan las ocho cucharadas de jerez reservadas. Se

hierve hasta que el azúcar quede bien deshecho y se vierte sobre la crema.

Se prepara con las tres claras que quedaron de hacer la *crema un merengue* (véase fórmula) y se adorna el pastel (a capricho) terminando el adorno con unas cerezas (éstas se pondrán unos minutos en agua fría para quitarles el azúcar).

# **Pastel de leche condensada**

**Un bote de leche condensada**

**3 huevos**

**125 grs. de mantequilla**

**1/4 kilo de harina**

**Una cucharadita de Royal**

**50 grs. de cerezas confitadas**

**Raspadura de limón**

Se prepara un molde redondo bien untado de mantequilla. En una fuente se mezclan, con una cuchara de madera, la mantequilla, las yemas, la raspadura de limón y la leche condensada, cuando está bien mezclado se agrega la harina y el Royal, se junta todo y se incorporan las claras batidas a punto de nieve. Se coloca en el molde preparado y se cuece a horno moderado. Cuando está cocido (para comprobarlo se pincha con una

aguja y tiene que salir limpia) se retira del molde y se deja enfriar.

Se prepara un *baño blanco para dulces* (véase fórmula) y se cubre el pastel. Antes que el baño se enfríe se pegan (a capricho) las cerezas para adornarlo (se les habrá quitado el azúcar, introduciéndolas en agua templada).

## **Pastel Lolita**

**150 grs. de azúcar glas molida**

**150 grs. de azúcar glas**

**50 grs. de almendras tostadas**

**50 grs. de frutas confitadas**

**50 grs. de mantequilla**

**4 huevos**

**Una copita de anís**

**Una cucharada de maicena**

**Un poco de mantequilla para untar el molde**

**PARA BAÑARLO**

**Un frasco de mermelada de albaricoque**

**2 cucharadas de azúcar**

Se pone a derretir la mantequilla al baño de María (se reserva líquida, pero fría). Se unta el molde, redondo, con bastante mantequilla, se espolvorea de harina y se vuelca para que caiga lo sobrante.

Se pican las frutas y se ponen con el anís en un pocillo. En un recipiente se pone la almendra molida y el azúcar, se



mezcla y se agrega una cucharada de mermelada de albaricoque. Todo mezclado se incorporan una por una las cuatro yemas, trabajándolo de prisa. A continuación se echan las frutas confitadas con el anís y la cucharada de maicena. Se baten las claras a punto de nieve, cuando están bien subidas se les agrega una cucharada de azúcar y se siguen batiendo unos minutos más. En seguida y poco a poco se introducen, de dos veces, en el preparado, moviéndolo despacio con la espátula, y por último se agrega la mantequilla derretida en chorro, levantando la mezcla con la espátula y llevando ésta hasta el fondo, para que quede bien repartida, pues la

mantequilla tiende a caer formando un charco.

Se vierte la mezcla en el molde preparado, sin llenarlo del todo, y se cuece a horno moderado durante cuarenta o cincuenta minutos. Mientras se cuece se hará girar el molde para que se dore por igual. Se conocerá que está en su punto pinchándolo con una aguja que debe salir limpia, de lo contrario hay que cocerlo más. En su punto se retira del horno y se vuelca sobre un plato. Se deja enfriar.

Para bañarlo se pone la mermelada en un cazo (ésta pasada por el pasador), se añaden las tres cucharadas de azúcar y se pone a hervir hasta que tome buena

consistencia, removiéndolo con frecuencia con cuchara de madera para que no se pegue.

Cuando el pastel está frío báñese, vertiendo en el medio el baño y alisándolo a la vez con un cuchillo hasta dejarlo bien cubierto con una capa espesa. Se untan las paredes y se les pegan las almendras picadas. Se deja al fresco hasta que cuaje.

## **Pastel moka**

**5 huevos**

**5 cucharadas de harina**

**5 cucharadas de azúcar**  
**Un poco de mantequilla para engrasar**  
**Un papel blanco para cubrir el fondo del molde**

### **CREMA**

**200 grs. de mantequilla**  
**2 cucharadas de Nescafé**  
**2 yemas**  
**2 cucharadas de coñac**  
**200 grs. de azúcar glas**  
**Una clara**  
**Un tubo de vainilla**  
**150 grs. de almendras tostadas**

### **ALMÍBAR**

**6 cucharadas de azúcar**  
**Un trozo de canela en caña**

Se hace un *bizcocho corriente* (véase fórmula) y se cuece en un molde

alargado. Una vez cocido se saca del molde y se deja enfriar.

Se separan veinte almendras y el resto se muelen. En un recipiente se pone la mantequilla, se bate añadiéndole poco a poco todo el azúcar hasta que esté espumosa, entonces se agregan dos yemas y la vainilla se sigue removiendo hasta introducirlas incorporando seguidamente la clara batida a punto de nieve. Bien mezclado se separa una pequeña parte para decorar el pastel conservándolo en sitio fresco, y al resto se le agregará el Nescafé poco a poco, las almendras tostadas y molidas y el coñac.

En un cazo se ponen dos pocillos de

agua, las seis cucharadas de azúcar y la canela en caña, se acerca al fuego y se hierve unos minutos. Cuando el bizcocho está frío se corta en dos partes; una de ellas se coloca sobre un plato y se baña con la mitad del almíbar. Se cubre con la crema, reservando un poco (para untar con ella los bordes y la superficie), se tapa con la otra parte, se baña con el resto del almíbar, se cubre con un poco de crema y se pasa por todo el pastel un cuchillo para alisarlo. Las almendras reservadas se trituran y se salpica todo el pastel (superficie y bordes) pegándolas. La crema de mantequilla que se había reservado se coloca en manga pastelera con boquilla

rizada y se adorna a capricho.

## **Pastel de nuez**

**6 huevos**

**350 grs. de nuez**

**3 cucharadas de harina**

**1/2 copita de jerez**

**8 cucharadas de azúcar**

**Un pocillo más de azúcar**

**50 grs. de pasas**

**3 cucharaditas rasas de Royal**

**Raspadura de 1/2 limón**

**Un trozo de canela en caña**

**2 claras**

Se prepara un molde con un papel en el

fondo, cortado a la medida, untando todo con mantequilla.

Se separan de las nueces 100 gramos y se reservan, el resto se muelen. Se baten en una fuente las seis claras a punto de nieve; al empezar a batirlas se les pone unas gotas de limón o vinagre, cuando están bien consistentes se agregan una a una las ocho cucharadas de azúcar, a continuación las yemas y la ralladura de limón y se sigue batiendo. Se mezclan las nueces molidas, las pasas sin pepitas, las tres cucharadas de harina, el Royal y por último el jerez. Se vierte en el molde preparado y se cuece a horno suave (si tostara demasiado de prisa se cubre con un papel engrasado). Una vez



cocido (se comprobará pinchándolo con una aguja larga, ésta tiene que salir limpia) se retira del horno y se saca del molde.

Se prepara con el pocillo de azúcar y otro de agua y la canela un almíbar y se baña el pastel. Se cubre con el resto de las nueces un poco trituradas. Con las dos claras se prepara un *merengue* (véase fórmula) y se adorna a capricho.

## Pastel ruso

**200 grs. de almendra molida**

**1/4 kilo de azúcar**

**6 claras**

**100 grs. de almendras tostadas**

**CREMA**

**6 yemas**

**1/2 litro de leche**

**Una cáscara de limón**

**150 grs. de mantequilla o margarina**

**2 cucharadas de maicena**

**4 cucharadas de azúcar**

Se baten las claras a punto de nieve, cuando están consistentes se agrega a cucharadas el azúcar, se sigue batiendo hasta mezclarlo y se incorpora poco a poco la almendra molida. Se vierte en un molde alargado bien untado con mantequilla, fondo y paredes, y espolvoreado de harina y se cuece a

horno moderado hasta que está muy dorado. Si se tostara la superficie demasiado pronto se cubre con un papel engrasado.

Con los ingredientes de la crema, menos la mantequilla, se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula). Se bate la mantequilla con una cucharada de azúcar hasta dejarla espumosa y poco a poco se va incorporando a la crema, cuando ésta está muy fría sin dejar de batir con las varillas.

Una vez cocido (hay que asegurarse antes tocándolo con la palma de la mano, si ofrece resistencia) se retira del horno y se deja enfriar dentro del molde. Ya frío se saca del molde, si no se

desprende se le pasa un cuchillo, se coloca el molde boca abajo y se le dan unos golpes. Se corta en dos partes, se cubre una de ellas con crema, reservando un poco, se tapa con la otra parte y con la crema reservada se unta la superficie y los lados. Se alisa con la hoja de un cuchillo. Se trituran con una botella las almendras tostadas para que no queden demasiado finas y se cubre todo el pastel (este pastel puesto en nevera resulta buenísimo; si no se dispone de nevera, consérvese en sitio fresco). Se puede adornar si se desea con merengue. Éste se cubre también con almendra.

# Pastel de zanahoria

**6 bollos suizos**

**1/4 kilo de azúcar**

**1/2 kilo de zanahorias**

**1/4 kilo de coco**

Este  
pastel  
también  
se  
pueden  
preparar  
con  
un  
bizcocho  
corriente,  
sustituyendo

a  
los  
bollos;  
en  
este  
caso,  
se  
corta  
el  
bizcocho  
en  
tres  
discos  
y  
se  
rellena.  
Lo  
demás  
se  
hace  
de

la  
misma  
forma.

Se cuecen las zanahorias cortadas en rodajas. Una vez cocidas se escurren y se pasan por el pasador, calientes Se mezclan con el azúcar y coco (antes de mezclar el coco se reservarán dos cucharadas).

Se cortan los bollos en rodajas finas, en sentido horizontal, y se coloca en un molde una capa de bollos, procurando que la parte de brillo de los bollos quede pegando al fondo del molde, encima se pone una capa de crema, otra de bollos, otra de crema, terminando con

bollos. Se pone sobre el pastel un plato y se coloca peso encima, se deja así durante veinticuatro horas. Pasadas éstas se retira el peso, se saca del molde y se espolvorea de coco.

## **Pastelillos variados**

Todos los bizcochos, pasteles, tartas, cakes, etc., explicados pueden hacerse en pequeños tamaños, repartiendo el preparado en varios moldecitos, que rellenándolos, bañándolos o decorándolos de modo distinto formarán



pasteles variados, dependiendo su decoración del buen gusto.

# **Pastelillos de albaricoque**

**6 cucharadas de azúcar**

**6 cucharadas de harina**

**Un papel blanco para el molde**

**6 huevos**

**Cajitas rizadas de papel**

**Mantequilla para engrasar**

**PARA EMBORRACHAR**

**1/4 litro de jerez dulce**

**4 cucharadas de azúcar**

**Canela en caña**

## **BAÑO**

**Un tarro de mermelada de albaricoque**

**2 cucharadas de azúcar**

**100 grs. almendras tostadas**

Se prepara un *bizcocho corriente* (véase fórmula). Se cuece en molde alargado. Una vez cocido se saca del molde y se deja enfriar.

Con el vino, el azúcar y la canela se prepara un almíbar. La mermelada se pone en un cazo y se prepara un *glaseado de albaricoque* (véase fórmula).

Las almendras una vez tostadas se trituran un poco con una botella. Cuando el bizcocho está completamente frío se

corta en tiras de cinco centímetros aproximadamente y después en cuadros. Se abren al medio, se emborrachan con el almíbar, se rellenan con el glaseado de albaricoque preparado, reservando un poco para pintarlos. Una vez rellenos se colocan en las cajitas, se pintan con el albaricoque reservado y se les pega antes que se sequen las almendras preparadas.

## **Pastelillos de almendra rellenos con**

# **mermelada de albaricoque**

**200 grs. de harina**

**100 grs. de azúcar**

**100 grs. de almendra molida**

**4 yemas**

**Un tarro de mermelada de  
albaricoque**

**Un huevo para barnizar**

**50 grs. de almendras tostadas**

Se mezclan la almendra, la harina y el azúcar; se añaden las yemas y se hace una masa. Con ella se forman unas bolitas, se les hace un hueco en el medio, se pintan con huevo batido y se cuecen a horno moderado sobre una

placa untada con mantequilla. Una vez cocidos se dejan enfriar. Con la mermelada de albaricoque (puede ponerse otra) se prepara un glaseado muy espeso, ya fríos los pastelillos se rellena el hueco con el glaseado preparado. Se espolvorean con las almendras picadas.

## **Pastelillos suizos**

### **BIZCOCHO**

**6 cucharadas de azúcar**

**6 cucharadas de harina**

**Mantequilla para engrasar**

**Un papel blanco para el molde**  
**6 huevos Cajitas rizadas de papel**

### **PARA EMBORRACHAR**

**2 copas de ron o coñac**  
**4 cucharadas de azúcar**  
**Una taza de agua**  
**Una cáscara de limón**

### **COBERTURA**

**Ingredientes para la crema de  
mantequilla**  
**50 grs. de almendras tostadas**

Se hace un *bizcocho corriente* (véase fórmula), se cuece en molde redondo. Una vez cocido se retira del molde y se deja enfriar.

Se prepara la *crema de mantequilla* (véase fórmula) y se reserva en sitio

fresco.

Se mezcla el agua, el ron o coñac, el azúcar y la cáscara de limón y se cuece unos minutos. Cuando el bizcocho está cocido se corta en triángulos, se bañan con el almíbar y se dejan enfriar completamente. Ya fríos se colocan en las cajitas (éstas se ponen un poco ovaladas), se cubren con crema de mantequilla, pasándoles un cuchillo colocado plano para alisarlos. El resto de la mantequilla se coloca en manga con boquilla rizada y se les hace en la parte más ancha un cordón. Las paredes se untan con un poco de crema de mantequilla y se les pegan las almendras picadas.

# **Pastelillos de Zaragoza**

## **BIZCOCHO**

**6 huevos**

**6 cucharadas de harina**

**Mantequilla para engrasar**

**6 cucharadas de azúcar**

**Papel blanco para molde**

**Cajitas rizadas de papel**

## **EMBORRACHAR**

**1/4 litro de jerez dulce**

**4 cucharadas de azúcar**

**Canela en caña**

## **COBERTURA**

**Un tarro de mermelada de albaricoque**



## **ADORNO**

**50 grs. de cerezas escarchadas**

**2 claras**

**2 cucharadas de azúcar**

**50 grs. de avellanas tostadas y  
molidas**

Se hace un *bizcocho corriente* (véase fórmula). Se cuece en molde redondo, cuando está cocido se retira del molde y se deja enfriar.

Se pone en un cazo el jerez, la canela y el azúcar y se hierve unos minutos.

Con la mermelada y dos cucharadas de azúcar se prepara un *glaseado de albaricoque* (véase fórmula).

Las cerezas se ponen en agua para que suelten el azúcar. Cuando el bizcocho

está frío se corta en triángulos, se remojan con el almíbar y se colocan en las cajitas de papel (éstas se ponen un poco ovaladas). Se pintan con el glaseado de albaricoque, se salpican con las avellanas molidas. Con las dos claras se hace merengue. Cuando está en su punto se separa la mitad y se le pone unas gotas de vegetal rojo (téngase en cuenta que tiñe mucho). Se bate un rato para mezclarlo. Se coloca el merengue en manga pastelera con boquilla rizada y se adornan los pasteles con un cordón de merengue blanco, pegando a éste otro rosa. En el pico del pastel se coloca media cereza.

# Petitsus

**150 grs. de mantequilla**

**200 grs. de agua**

**2 cucharaditas de Royal**

**150 grs. de harina**

**4 huevos**

Se pone el agua a hervir en un cazo, con la mantequilla; cuando está hirviendo se agrega, de golpe, la harina y el Royal, se remueve a un lado del fuego hasta que la pasta se separa de las paredes del cazo y se forma una bola en la cuchara; entonces se retira del fuego y se deja enfriar. Cuando está fría se añaden uno a

uno los huevos, no echando el siguiente hasta que la masa no haya absorbido el anterior. Se trabaja un rato para que la masa quede fina. Una vez fría se coloca en manga con boquilla lisa y se van depositando en una placa engrasada montoncitos, del tamaño de una nuez, separados unos de otros. También se pueden depositar a cucharaditas, del mismo tamaño. Se cuecen a horno fuerte sin exageración hasta que están doradas. Ya cocidos se retiran del horno y se dejan enfriar (fuera de la placa). Una vez fríos se abren con una tijera, con una cuchara se les quita lo que quedó sin cocer y se rellenan de *crema pastelera* (véase fórmula). Se bañan con *baño de*

*caramelo* (véase fórmula).

## **Petitsus (otros)**

**2 cucharadas de mantequilla**

**Una cucharadita de Royal**

**Una cáscara de limón**

**125 grs. de harina**

**2 huevos**

**10 cucharadas de agua**

Se pone en un cazo a hervir el agua, la cáscara de limón y la mantequilla, cuando está hirviendo se agrega de golpe la harina y el Royal, se remueve al lado del fuego hasta que la pasta se

separa de las paredes del cazo y se forma una bola en la cuchara. Entonces se retira del fuego y se deja enfriar, cuando está frío se agregan uno a uno los huevos no introduciendo el segundo hasta que la pasta no ha absorbido el primero. El resto igual que los anteriores.

## **Polvorones**

**200 grs. de manteca de cerdo**

**2 yemas**

**Una cucharadita de canela en polvo**

**50 grs. de azúcar glas**

**Una copita de anís**  
**200 grs. de azúcar**  
**400 grs. de harina**

Se pone la harina en el horno para que se tueste, sin que se queme. De vez en cuando se remueve con una cuchara, tostada se saca del horno y se deja enfriar.

En una fuente se mezcla la manteca de cerdo, las yemas, el azúcar, la canela. Se trabaja con cuchara de madera hasta dejarlo cremoso y se agrega la harina tostada, hasta conseguir una masa floja. Se forman unas bolas y se cuece a horno fuerte sin arrebato. Una vez cocidos se retiran de la placa, con cuidado que no se rompan. Se espolvorean con azúcar

glas y se envuelven en papeles de seda.

## **Polvorones (otros)**

**1/2 kilo de harina**

**125 grs. de azúcar**

**125 grs. de manteca de cerdo**

**Una cucharada llena de canela en  
polvo**

**Azúcar glas para espolvorearlos**

Se pone la harina en una tartera y se mete en el horno para que se tueste, sin que se queme. De vez en cuando se revuelve con una cuchara. Se deja enfriar. Fría se mezcla en una fuente con



los demás ingredientes y se amasa con la mano. Se aplana un poco la masa y se forman los polvorones, cortándolos con un vaso (deben quedar gordos). Se cuecen a horno fuerte, sin arrebatos. Cuando están se retiran de la placa con cuidado, para que no se rompan, se espolvorean con azúcar glas y se envuelven en papeles de seda.

## **Puding de castañas**

**Un kilo de castañas**

**7 huevos**

**3/4 litro de leche**

**150 grs. de mantequilla**

**300 grs. de azúcar**

**Un trozo de vainilla**

**CHANTILLY IMITACIÓN (Véase  
ingredientes)**

Se ponen en un molde alto y alargado (de no disponer de él vale de cualquier otra forma) con cuatro cucharadas de azúcar y el zumo de medio limón. Cuando está tostado se extiende por todo el molde para acaramelarlo y se deja enfriar. Se pone a cocer la leche con la vainilla unos minutos.

Se pelan las castañas y se ponen a cocer unos cinco minutos, cuando están todavía calientes (si enfrían se pelar muy mal), se sacan del agua y se pelan.

Una vez peladas se agregan a la leche hirviendo y se cuecen despacio hasta que han absorbido toda la leche y están tiernas. Si no han cocido lo suficiente se les agrega otro poco de leche (muy poca cantidad, pues deben quedar secas). Ya cocidas se pasan por el pasapuré (calientes), se vuelve a poner el puré en el cazo donde se cocieron las castañas y se agrega el azúcar y la mantequilla en trozos, se acerca al fuego para que se caliente, removiéndolo sin parar con cuchara de madera para que no se agarre. Cuando la mantequilla está bien deshecha se separa del fuego y se deja enfriar; ya frío se agregan una a una las yemas, removiéndolo. Cuando están bien

mezcladas se incorporan las claras a punto de nieve, se mueven con la espátula y se vierte en el molde preparado, cociéndolo al baño de María, primero, sobre la chapa; cuando el agua hierve se mete en el horno y se tapa, para que no se queme, por encima. Pasados cuarenta minutos se pincha para ver si está cuajado, si la aguja sale limpia se retira del horno y se deja enfriar. Una vez frío se vuelca sobre un plato.

Se prepara un *chantilly imitación* (véase fórmula), se coloca en manga pastelera con boquilla rizada y se adorna.

# **Puding Gabinet**

**1/2 litro de leche**

**3 cucharadas de azúcar**

**5 huevos**

**200 grs. de bizcochos de Soletilla**

**100 grs. de frutas confitadas, variadas**

**Mantequilla para untar el molde**

## **ADORNO**

**Un higo**

**4 cerezas**

## **SALSA**

**100 grs. de azúcar**

**8 cucharadas de vino blanco**

**2 yemas**

Se unta un molde redondo con

mantequilla y se espolvorea de harina. Se coloca boca abajo para quitarle lo sobrante.

Se hacen trocitos los bizcochos, se les echa la leche y el azúcar, mezclándolo todo bien, a continuación se agregan las yemas y las frutas picadas removiéndolo hasta conseguir una pasta fina. Por último se incorporan las claras batidas a punto de nieve. Se mezcla bien y se vierte en el molde preparado, cociéndolo al baño de María, primero, sobre la chapa, una media hora, pasada ésta se mete en el horno (también al baño María). Una vez cocido (se conocerá pinchándolo con una aguja, debe salir limpia) se retira del horno y

se deja enfriar, ya frío se vuelca sobre un plato y se le vierte la siguiente salsa.

Se ponen en un cazo las yemas y el azúcar, se remueve para mezclarlo y se agrega el vino. Se pone a cocer al baño de María. Cuando empieza a espesar se vierte sobre el puding. Se adorna colocando en el centro el higo y alrededor de éste las cerezas (higo y cerezas se pondrán en agua para quitarles el azúcar).

## **Puding de manzanas**

**6 bollos suizos**

**200 grs. de azúcar**

**1/2 litro de leche**

**750 grs. de manzanas (de buena clase)**

### **ADORNO**

**Los ingredientes para la crema de mantequilla (Véase fórmula)**

Se pone en un molde redondo y alto seis cucharadas de azúcar y el jugo de medio limón para acaramelarlo (véase cómo se hizo en *Puding de castañas*).

Se pelan las manzanas, se cortan en lonchas finas y se pican los bollos, también finos. Cuando el molde está bien acaramelado y completamente frío se coloca una capa de lonchas de manzana, encima otra de bollos, así



hasta terminar las manzanas. Se calienta la leche con el azúcar y se vierte en el molde hasta que empieza a cubrirlo (apenas debe cubrirlo). Se tapa con una tapadera más pequeña que el molde para que haga presión y se cuece al baño de María, primero sobre la chapa, durante una hora y cuarto. Pasado ese tiempo se le quita la tapadera y se mete en el horno otra media hora aproximadamente. Cuando está cocido se saca del horno y se deja enfriar dentro del molde. Perfectamente frío se vuelca sobre un plato. Se prepara una *crema de mantequilla* (véase fórmula) y se cubre el puding, poniéndole con la manga pastelera un cordón alrededor para

adornarlo.



# **Puding de manzanas (segunda fórmula)**

**750 grs. de manzanas**

**Una taza de miga de pan**

**8 cucharadas de leche**

**(aproximadamente)**

**4 huevos**

**1/4 kilo de azúcar (aproximadamente)**

**Un trozo de canela en caña**

**Una copa de coñac**

La  
miga  
de  
pan  
se

deshace  
con  
las  
manos;  
ésta  
debe  
ser  
del  
día  
anterior.

Se pelan las manzanas y se cuecen con un trozo de canela (ésta se atará con un hilo para que no se suelte), la copa de coñac, una copa de agua y cuatro cucharadas de azúcar. Deben quedar como una mermelada.

Mientras se cuecen las manzanas se pone el molde al fuego con unas gotas de

zumo de limón y tres cucharadas de azúcar, cuando empieza a tostarse se extiende por todo el molde para acaramelarlo.

Se pone la miga de pan a remojar con la leche.

Cuando las manzanas están cocidas se separan del fuego, y se dejan enfriar. Una vez frías se mezclan con la miga de pan (se le quita bien la leche), se agregan las cuatro yemas y tres cucharadas de azúcar. Por último se incorporan las claras batidas a punto de nieve, se mezcla todo y se vierte en el molde preparado (éste debe estar frío). Se cuece al baño de María primero sobre la chapa, cuando el agua lleva

hirviendo diez minutos se mete en el horno (al baño de María) hasta que está cuajado, se conocerá cuando al pincharlo sale la aguja limpia. Entonces se retira del horno y se deja enfriar. Se vuelca sobre un plato.

## **Puding de manzanas (tercera fórmula)**

**Un kilo de manzanas**  
**8 cucharadas de leche**  
**100 grs. de azúcar**  
**2 cucharadas de azúcar**  
**4 huevos**

## **Una docena de bizcochos de Soletilla 2 claras, para merengue**

Acaramélese el molde como se ha explicado para el *Puding de castañas*.

Se pelan las manzanas, se cortan en rodajas finas y se ponen a cocer con muy poca agua, lentamente, removiéndolas con frecuencia para que no se peguen.

Ya cocidas se pasan por el pasador.

Se ponen a remojar los bizcochos con la leche, se forma con ellos una masa blanda y se mezclan con el puré de manzanas, se agregan las yemas y el azúcar, se mezcla bien y se incorporan las claras batidas a punto de nieve, mezclándolas con la espátula. Se cuece

al baño de María sobre la chapa media hora, después se mete en el horno hasta que está cocido (se tapará con un papel fuerte para que no forme corteza). Se conocerá que está cocido cuando al pincharlo con la aguja sale limpia y cuando al moverlo se despega del molde. Se retira del horno y se deja enfriar. Perfectamente frío se vuelca sobre un plato. Con las dos claras se prepara un *merengue* (véase fórmula) y se adorna el puding.

## **Puding de piña**



**4 huevos**

**4 cucharadas de harina**

**Una lata de piña**

**Un vasito de leche**

**4 cucharadas de azúcar**

**4 cucharadas más de azúcar para  
acaramelar**

**Cerezas escarchadas**

Se ponen en un molde las cuatro cucharadas de azúcar y el jugo de medio limón, cuando está hecho almíbar se extiende por todo el molde para acaramelarlo y se deja enfriar.

Se baten los huevos con las cuatro cucharadas de azúcar, se les agrega la leche, el jugo de media lata de piña, dos ruedas de piña cortadas en cuadritos y

harina. Se vierte en el molde preparado y se cuece al baño de María, primero encima de la chapa hasta que hierve el agua, entonces se mete en el horno cuidando que hierva el agua despacio, pero sin parar. (Para que no se le forme corteza debe taparse con un papel fuerte, si el molde no tiene tapadera).

Se conoce que está cocido cuando moviéndolo se desprende del molde, entonces se saca del horno, se deja enfriar dentro del agua; cuando está perfectamente frío se vuelca sobre un plato, se adorna con rodajas de piña y en cada rodaja se coloca una cereza.

# **Roscos de Reyes**

**1/2 kilo de harina**

**4 cucharadas de leche**

**100 grs. de almendras**

**20 grs. de levadura prensada**

**4 huevos**

**100 grs. de mantequilla**

**200 grs. de azúcar**

**Un poco de sal**

**200 grs. de frutas confitadas  
(variadas: cortezas de naranja, cerezas,  
etc.)**

Si

el

horno

calienta

mucho

se

meten  
en  
la  
parte  
más  
baja  
del  
mismo,  
subiéndolo  
si  
es  
necesario  
para  
que  
se  
doren.  
Una  
vez  
cocidos  
se  
retiran

de  
la  
placa  
y  
se  
dejan  
enfriar.  
Cuando  
están  
fríos  
se  
bañan  
con  
el  
almíbar  
y  
se  
meten  
unos  
minutos  
a

horno  
suave.

Se ponen las almendras en agua caliente, se les quita la piel y se parten en trozos pequeños.

Se pone a desleír la levadura en la leche.

En un recipiente se ponen las yemas, tres claras (la clara que sobra se reserva), la leche con la levadura desleída, se mezcla todo y se va echando la harina poco a poco para hacer una masa fina y compacta que se pueda extender con el rollo. Conseguida la masa se tapa con un paño y se deja reposar una hora (sin ponerlo en nevera). Pasada ésta se

extiende hasta dejarla fina y se dobla en cuatro partes como si fuera un pañuelo. Se vuelve a estirar otra vez, repitiendo esta operación tres veces más. La última vez que se estira se deja del grueso de dos centímetros, aproximadamente, y se cortan círculos de quince centímetros. En el centro se corta otro más pequeño. Se juntan todos los recortes y se vuelve a estirar para hacer más roscos. (Pueden hacerse del tamaño que se quiera, pudiendo formar, si se desea, uno solo). Se bate ligeramente la clara; con un pincel se barnizan los roscos y se cubren con la almendra. Se incrustan de trecho en trecho frutas confitadas, las grandes, cortadas en trozos (altérnense los

colores). Se coloca en una placa engrasada y espolvoreada de harina y se cuecen a horno caliente (no mucho) hasta que están dorados.

## **Rosquillas de hojaldre con baño blanco**

**1/4 kilo de mantequilla**

**1/4 kilo de harina**

**Una cucharadita rasa de sal**

**Un pocillo de agua**

**Un poco más de harina para  
espolvorear**

**BAÑO**



**2 claras**

**4 cucharadas de azúcar**

Con la mantequilla, el agua, la sal y el harina se prepara un *hojaldre* (véase fórmula). Una vez hecho se deja reposar en nevera o sitio muy fresco una o dos horas (cuanto más tiempo mejor). Pasado este tiempo se coloca la masa sobre la mesa espolvoreada y con el rollo se extiende hasta dejarla de un centímetro de espesor. Con un vaso se cortan discos y con una copa pequeña se corta otro disco pequeño en el centro, quedando formadas las rosquillas. Se colocan en una placa y se meten a horno fuerte hasta que estén doradas. (Si quedó

más masa de hojaldre se pone en nevera o sitio fresco hasta que se vuelvan a formar más).

Se prepara con las claras y el azúcar un baño blanco (véase fórmula). Una vez cocidas las rosquillas se dejan enfriar. Ya frías se pintan con un pincel por la parte de arriba. Se colocan en un larguero unas al lado de otras y se dejan secar donde les dé el aire. (El baño quedará duro).

Bien tapadas se conservan mucho tiempo.

# **Rosquillas fritas**

**6 cucharadas de aceite**

**6 cucharadas de azúcar**

**2 cucharadas de Royal, pequeñas**

**50 grs. de azúcar glas**

**2 huevos Una cucharada de agua**

**Ralladura de limón**

**Aceite para freír**

**Harina**

En una fuente se baten los huevos con el azúcar, la ralladura de limón, el Royal y el agua; cuando ha aumentado bastante se agrega el aceite frío y se sigue

batiendo para mezclarlo. Una vez mezclado, se agrega poco a poco la harina hasta conseguir una masa muy blanda. Con las manos espolvoreadas se hacen las rosquillas, se les da un corte alrededor, poco profundo, y se fríen en aceite no demasiado caliente hasta que estén doradas. Ya fritas se sacan a un plato, se dejan enfriar y se espolvorean de azúcar glas.

## **Rosquillas de San Leandro**

**1/2 kilo de harina**

**Un paquete de levadura Royal**

**3 huevos**

**200 grs. de azúcar**

**10 cucharadas de aceite frito**

**Una copa de anís**

Se fríe el aceite y se deja enfriar.

En un recipiente se ponen los huevos con el azúcar, se baten fuertemente hasta que estén cremosas (unos veinte minutos); entonces se incorpora el aceite frío y la copa de anís. Por último, se añade la harina con la levadura mezclada, se mezcla bien y se hace una masa blanda. Se recoge toda la masa formando una bola, se envuelve en un paño humedecido con agua fría y se deja

reposar al fresco durante una hora. Pasada ésta, con las manos engrasadas, se hacen unas bolas. En el centro se hace un orificio para darles forma de rosquillas y se van colocando en una placa engrasada. Se cuecen a horno fuerte. Mientras se cuecen se ponen al fuego dos pocillos de azúcar y uno de agua, se prepara un almíbar a punto de hebra fuerte. Una vez cocidas se retiran de la placa y se dejan enfriar. Cuando están frías se bañan en el almíbar y se meten unos minutos en horno suave.

# Suspiros de manteca de cerdo

**200 grs. de harina**

**100 grs. de manteca de cerdo**

**2 cucharadas de azúcar**

**Una cucharadita de canela en polvo**

**Un huevo**

Se mezcla en una fuente la manteca, el huevo, la canela y el azúcar; se le va agregando poco a poco la harina hasta conseguir una masa bien blanda, se coloca en un plato ligeramente

espolvoreado de harina, se cubre con un paño humedecido y se deja reposar en sitio fresco durante media hora. Pasada ésta se forman unas bolas, se aplastan un poco, se colocan sobre una placa engrasada y se cuecen a horno moderado durante unos quince minutos aproximadamente.

## **Suspiros de Cudillero**

**250 grs. de mantequilla**

**200 grs. de azúcar**

**500 grs. de harina**

**2 claras de huevo**



Se pone en una fuente la mantequilla, se le va agregando el azúcar y se bate hasta que esté cremoso; a continuación se añaden las claras (sin batir), se mezcla y se va introduciendo poco a poco la harina, amasándolo hasta que todo está bien unido; entonces se van formando con las manos unas bolitas del tamaño de una nuez, se aplastan un poco y se colocan en una placa ligeramente untada de mantequilla. Se cuecen a horno suave. Una vez cocidas, se retiran del horno y se rebozan en azúcar.

# Suspiros de Pajares

**1/2 kilo de mantequilla**

**300 grs. de azúcar**

**Un huevo**

**800 grs. de harina (aproximadamente)**

Se cuece la mantequilla, se cuela y se deja enfriar hasta que quede cuajada (esto debe hacerse con anticipación). Completamente fría la mantequilla, se deslía un poco al calor (solamente hasta que se ablande). Cuando está blanda se mezcla el azúcar, se bate y se agrega el

huevo entero, se sigue batiendo y, por último, se agrega la harina (la cantidad indicada es una aproximación). Debe quedar la masa más bien blanda.

Se hacen unas bolas un poco mayores que nueces, se aplastan un poco y se colocan en una placa de horno. Se cuecen a horno suave. Cuando están dorados se sacan. Bien tapados se conservan buenos varios días.

## **Salchichón de dulce**

**300 grs. de nueces peladas**

**350 grs. de dátiles**

**Un tazón de azúcar**

**Un trozo de canela en caña**

**2 cucharadas de coñac**

**Un poco de azúcar glas**

En un cazo se pone el tazón de azúcar con otro tazón de agua y la canela atada con un hilo, se acerca al fuego y se deja hervir hasta que se consigue un almíbar a punto de hebra; entonces se le quitan a los dátiles las pepitas y se agregan al almíbar; se cuecen hasta formar como una mermelada, removiéndolo con cuchara de madera para que no se queme. En este punto se agregan las nueces y se sigue hirviendo, sin dejar de removerlo, hasta que se forma una bola. Conseguido esto, se agregan las dos

cucharadas de coñac, se remueve para mezclarlo y a continuación se separa la canela, se espolvorea un poco con azúcar glas y se coloca encima todo el conjunto, se extiende un poco la cuchara, se envuelve para darle la forma de salchichón, se aprietan bien los extremos y se atan con un hilo, se coloca en sitio muy frío o nevera hasta que se enfría perfectamente y se endurece (debe prepararse de un día para otro).

Cuando está muy duro se le quita el paño, se le recortan los extremos para darle buena forma y se corta para servirlo en rodajas muy finas (un poco al biés).

# Tarta de almendra

## MASA

250 grs. de mantequilla

250 grs. de harina

Un pocillo de agua

Una cucharadita de sal

Harina para espolvorear

## RELLENO

1/4 kilo de almendras tostadas y  
molidas

Ralladura de 1/2 limón

1/4 kilo de azúcar

6 huevos

## ADORNO

2 claras

50 grs. de cerezas confitadas

**1/4 litro de vino ajerezado para  
bañarlo**

**2 cucharadas de azúcar**

**Canela en polvo para espolvorear**

**2 cucharadas de azúcar**

Se tuestan las almendras (véase almendras tostadas). Una vez tostadas, se muelen.

Con la mantequilla, la sal, el agua y la harina se prepara un *hojaldre* (véase fórmula). Una vez hecho, se pone en nevera o sitio muy fresco y se deja reposar el tiempo que se quiera (una hora o más). Reposada la masa hojaldre se espolvorea la mesa, se coloca encima la masa, se espolvorea ésta y el rollo y se extiende hasta dejarla fina. Se cubre

con ella un molde redondo y se reserva preparado en sitio fresco o nevera.

Se baten un poco los seis huevos (del relleno), se les agrega ralladura de limón y el azúcar, se siguen batiendo hasta mezclarlo todo y se van echando poco a poco las almendras, removiéndolo para introducirlo. Se vierte en el molde preparado (conviene que sea amplio para que la tarta resulte más bien baja que alta) y se cuece a horno suave al principio, después se aumentará el calor para que se cueza bien la masa. Se vigilará con frecuencia para que no se queme la superficie. En cuanto coja color se tapará con un papel fuerte. Debe cocerse hasta que, al

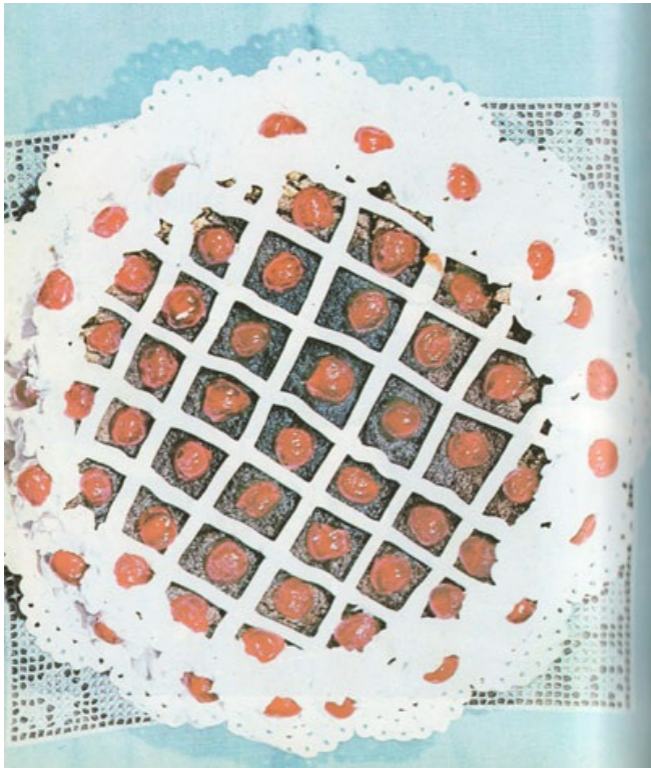


pincharla, salga la aguja completamente limpia. Si se pone en molde desmontable se le quita el aro y se comprueba si está en su punto la masa; si no estuviera bien cocida ésta, se tapa la superficie para que no se quemé y se vuelve a meter al horno para que termine de cocerse. Si no se prepara en molde desmontable hay que asegurarse antes de sacarlo del horno que la masa está cocida; ya cocida, se deja enfriar y se saca del molde.

Se pone el vino en un cazo con las dos cucharadas de azúcar, se acerca al fuego; cuando empieza a hervir se baña la tarta, pinchándola por diversas partes para que el vino penetre por todo el

relleno. Una vez bañada, se deja secar y se espolvorea con la canela (ésta se coloca en un colador para espolvorearla).

Con las claras y el azúcar se prepara un *merengue* (véase fórmula), se coloca en manga pastelera con boquilla rizada y se adornan las paredes de la tarta, colocando alrededor, en el mismo borde, un cordón. Se colocan sobre éste unas cerezas (se ponen en agua para quitarles el azúcar).



# Tarta alemana

**1/4 kilo de mantequilla**

**Un pocillo de agua**

**1/4 kilo de harina**

**Una cucharadita rasa de sal**

**Un poco más de harina para  
espolvorear**

## **RELLENO**

**Un kilo de manzanas grandes**

**Un trozo de canela en caña**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de maicena**

**3 copas de coñac**

**300 grs. de azúcar**

**Una cáscara de limón**

**2 yemas y un huevo para barnizar**

Con la mantequilla, la harina, el agua, el royal y la sal se hace un hojaldre (véase fórmula).

Se pelan las manzanas y se cortan en lonchas grandes y finas, quitándoles los corazones. Se colocan en un cazo, se les añade el coñac, la canela, diez cucharadas de azúcar y un vaso de agua. Se cuecen despacio, destapadas, hasta que están tiernas, procurando que no se deshagan. Ya cocidas, se dejan enfriar.

Con la leche, la maicena, la cáscara de limón, las yemas y cuatro cucharadas de azúcar, se hace una *crema pastelera* (véase fórmula). Una vez preparada se cambia de recipiente y se deja enfriar.

Cuando la masa hojaldre ha reposado se

coloca sobre la mesa espolvoreada de harina, se espolvorea también la masa, se extiende con el rolo, espolvoreado, dándole la forma de un disco. Se forra con él todo el molde y se coloca en el fondo una capa de rodajas de manzana; sobre éstas la crema pastelera, se alisa bien y se cubre con las lonchas de manzana, formando círculos hasta rellenarla. Se colocan por encima tiras de hojaldre formando un enrejado. Las tiras que se ponen en la parte de arriba se humedecen con agua por donde van pegadas. A continuación, tapando los bordes, se pega por toda la vuelta una tira estrecha humedecida con un poco de agua. Se barniza el enrejado con huevo

batido y se cuece a horno fuerte. Necesita por lo menos para cocerse de cincuenta a sesenta minutos. Una vez cocida, se deja enfriar en el molde antes de pasarla al plato.

# **Tarta de avellana**

## **BIZCOCHO**

**5 cucharadas de harina**

**5 cucharadas de azúcar**

**2 cucharaditas de Royal**

**Un papel blanco para el molde**

**5 huevos**

**Mantequilla para engrasar**

## **ADORNO**

**50 grs. de cerezas confitadas**

**2 claras**

**4 cucharadas de azúcar**

### **COBERTURA**

**1/4 kilo de avellanas tostadas y molidas**

**Ralladura de limón**

**3 claras / 4 yemas**

**8 cucharadas de azúcar**

### **BAÑO**

**1/4 litro de jerez suave**

**2 cucharadas de azúcar**

Se prepara con los ingredientes un *bizcocho sencillo* (véase fórmula) y se cuece a horno moderado unos quince minutos. Pasado este tiempo se pone la mano encima para comprobar si ofrece resistencia; entonces se retira del horno.



En una fuente se mezclan las cuatro yemas con las ocho cucharadas de azúcar, un poco de raspadura de limón y las avellanas molidas.

Mezclado, se agregan las tres claras batidas a punto de nieve (deben estar bien subidas), se une todo y se coloca sobre el bizcocho, se extiende con la espátula por toda la superficie y se mete al horno hasta que se cuece (se comprobará pinchándolo con una aguja: debe salir limpia); entonces se retira del horno, se saca del molde, se coloca en un plato de repostería y se deja enfriar.

Se pone el jerez con las dos cucharadas de azúcar al fuego. Cuando empieza a hervir se baña, pinchándola por diversas

partes para que quede jugosa.

Con las claras se prepara un *merengue* (véase fórmula), se coloca en manga pastelera con boquilla lisa y se forman en la superficie unos cuadros; con el resto se adornan los bordes. En cada cuadro se coloca una cereza (se pondrán en agua para quitarles el azúcar).

## **Tarta de coco**

### **MASA**

**1/4 kilo de mantequilla o margarina**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita de sal**

**1/4 kilo de harina**

## **CREMA**

**Un tazón de puré de patata**

**1/4 kilo de coco**

**Raspaduras de limón**

**Un tazón de azúcar**

**4 claras**

## **ALMÍBAR**

**2 pocillos de agua**

**2 pocillos de azúcar**

## **ADORNO**

**2 claras**

**Una gotas de limón**

**2 cucharadas de azúcar**

**Vegetal rojo**

**2 cucharadas de coco para  
espolvorear**

Con la mantequilla, harina, agua y sal se

hace el *hojaldre* (véase fórmula); ya preparado, se deja en reposo, en nevera o sitio fresco, durante una hora o más tiempo. Para el puré de patata se cuecen las patatas en agua con un pellizco de sal; ya cocidas, se escurren perfectamente, se ponen en el horno a secar y, calientes, se pasan por el pasador.

Cuando está frío se coloca en una fuente un tazón de puré, se agrega el tazón de azúcar, la raspadura de limón y el cuarto kilo de coco. Se mezcla y se incorporan las claras batidas a punto de nieve.

Con el hojaldre se forra un molde y se rellena con el preparado, se cuece a horno fuerte, cuidando colocarle un

papel encima cuando toma calor. Una vez cocida (se comprueba pinchándola con una aguja: debe salir limpia), se retira del fuego y se deja enfriar; ya fría, se saca del molde.

Con el agua y azúcar se prepara un almíbar a punto de hebra. Se pinta la superficie e inmediatamente, para que se pegue, se espolvorea con la mitad del coco.

Con las claras se prepara un *merengue* (véase fórmula); cuando está bien hecho se ponen unas gotas de vegetal rojo para darle un tono rosado. Se coloca en manga pastelera con boquilla y se adornan los bordes; se espolvorea el merengue con coco.

# Tarta de coco (otra fórmula)

## **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de azúcar**

**Mantequilla para engrasar**

**5 cucharadas de harina**

**Papel blanco para molde**

## **GLASEADO**

**Un tarro de mermelada de albaricoque**

**2 cucharadas de azúcar**

## **CREMA**

**2 yemas**

**200 grs. de coco**  
**300 grs. de azúcar**

### **ADORNO**

**2 claras / Gotas de limón**  
**2 cucharadas de azúcar**  
**50 grs. de coco para espolvorear**

### **BAÑO**

**Vaso de vino ajerezado**  
**2 cucharadas de azúcar**

Se hace un *bizcocho corriente* (véase fórmula).

Se separan de los 300 gramos de azúcar destinados para la crema ocho cucharadas. El resto se pone al fuego en un cazo con medio pocillo de agua. Se acerca al fuego y se hierve hasta que se consigue un almíbar a punto de hebra

floja.

Se deslíen en un recipiente las dos yemas con las ocho cucharadas de azúcar, se agrega el coco y se mezcla bien. Cuando el almíbar está en su punto se agrega poco a poco a la mezcla hasta conseguir la crema (se pondrá solamente el almíbar que sea necesario para que no resulte demasiado líquida).

Se corta el bizcocho en dos discos, se coloca uno de ellos sobre un plato, se baña con el vino que se habrá puesto al fuego con el azúcar, se coloca la crema extendiéndola, se cubre con el otro disco y se baña de la misma manera.

Se pone la mermelada al fuego con dos cucharadas de azúcar, se hierve



removiéndola hasta que está muy espesa y se vierte sobre la tarta extendiéndola para cubrirla, se espolvorea con el coco del adorno. Se prepara con las dos claras *merengue* (véase fórmula) y se adornan los bordes.

## **Tarta asturiana**

**5 huevos**

**Una copa de jerez**

**Un tubo de vainilla**

**5 cucharadas de harina**

**1/2 pocillo de mantequilla**

**6 cucharadas de azúcar**

**Raspaduras de limón**

**350 grs. de avellanas tostadas**

**Una cucharadita de Royal**

**BAÑO Y ADORNO**

**Un trozo de canela en caña**

**Unas gotas de limón**

**4 cucharadas de azúcar**

Se separan 150 gramos de avellanas; el resto se muele y se mezcla con las cinco cucharadas de harina. Se deshace la mantequilla y se reserva.

Se baten las claras a punto de nieve. Cuando están bien subidas se les agregan las yemas y el jerez. Se siguen batiendo, se agregan las seis cucharadas de azúcar, la raspadura de limón y la vainilla. Se bate unos minutos más y se mezclan las avellanas con la harina y el

Royal. Por último, se mezcla poco a poco la mantequilla y se cuece a horno moderado.

Se ponen al fuego dos pocillos de agua, dos cucharadas de azúcar y un poco de canela en caña, se cuece unos minutos y se baña la tarta. Una vez cocida, se coloca en un plato.

Con las dos claras, cuatro cucharadas de azúcar y unas gotas de limón se prepara un *merengue* (véase fórmula). Se coloca en manga y se marca, en el centro de la tarta, un redondel ovalado; éste se rellena con las avellanas reservadas picadas. Se forma un dibujo alrededor y se salpica de avellanas picadas.

# Tarta duquesa

**6 huevos**

**5 cucharadas de almendra molida**

**1/2 kilo de azúcar (aproximadamente)**

**6 cucharadas de harina**

**2 cucharaditas de Royal**

**Mantequilla para engrasar**

## **RELLENO**

**1/2 litro de leche**

**2 cucharadas de maicena**

**3 yemas**

**Una cáscara de limón**

## **COBERTURA**

**Un tarro de mermelada de albaricoque**

**50 grs. de almendra tostada**

## **BAÑO**

**1/4 litro de vino ajerezado**

## **ADORNO**

**Hojaldre**

**Baño blanco**

**50 grs. de cerezas confitadas**

**2 claras**

Para esta tarta se prepara con anticipación un poco de hojaldre y se reserva en nevera o sitio fresco. Se cubre el fondo de un molde redondo con un papel blanco cortado a la medida y se engrasa molde y papel con mantequilla. Se mezclan las seis cucharadas de harina con las cinco cucharada de almendra, el Royal, y se reserva. Se baten en un recipiente seis claras a

punto de nieve; cuando están consistentes se agregan las yemas, se sigue batiendo y se añaden seis cucharadas de azúcar, una a una. Cuando están bien mezcladas, después de batir unos minutos más, se introduce poco a poco (removiéndolo) la mezcla de harina reservada. Se vierte en el molde y se cuece a horno moderado. Una vez cocido se saca del horno, se retira del molde y se deja enfriar.

Se espolvorea la mesa y se coloca en el centro la masa hojaldre, se espolvorea ésta y el rollo y se extiende hasta dejarla de un centímetro de grueso; entonces con un cortapastas o cuchillo se cortan seis herraduras, de unos dos centímetros de

ancho y siete de largo. En cada extremo se les clavan dos palillos, se colocan sobre una placa y se cuecen a horno fuerte. Cuando están doradas se retiran de la placa y se dejan enfriar.

La mermelada se pone al fuego con dos cucharadas de azúcar, se deja hervir removiéndolo con frecuencia hasta que esté muy fino.

Con la leche, la cáscara de limón, las yemas, la maicena y seis cucharadas de azúcar se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula). Ya hecha, se cambia de recipiente y se deja enfriar.

Frío el bizcocho, se corta por la mitad en dos discos. Se coloca el del fondo en un plato y se baña con jerez, que se

habrá puesto a calentar con dos cucharadas de azúcar. Se cubre con la crema y se tapa con el otro disco, bañándolo con jerez. Se deja que se seque bien y con un pincel se barniza con la mermelada de albaricoque y se salpica con las almendras tostadas y trituradas.

Se prepara con una clara y dos cucharas de azúcar un *baño blanco* (véase fórmula).

Se clavan a la misma distancia las herraduras formando aros y se pintan con el baño blanco. Inmediatamente se clavan unos trocitos de cerezas en cada una (antes se les quitará el azúcar con agua). No se tocan hasta que se sequen.



Con dos claras, cuatro cucharadas de azúcar y unas gotas de limón se prepara un *merengue* (véase fórmula). En su punto se coloca en manga pastelera con boquilla y se adorna la tarta con gusto, terminando el adorno con las guindas restantes.

## Tarta deliciosa

Para  
el  
fondo  
del  
molde  
prepárese

un  
hojaldre  
o  
pasta  
Orliz  
(véase  
fórmula  
en  
una  
u  
otra).

## **RELLENO**

**Un tazón de puré de patata**

**Un tubo de vainilla**

**100 grs. de coco**

**100 grs. de almendra molida y cruda**

**Un tazón de azúcar**

**Ralladura de limón**

**6 huevos**

## **ADORNO Y BAÑO**

**Un vaso de vino ajerezado**  
**2 claras**  
**3 cucharadas de azúcar**  
**50 grs. de cerezas confitadas**

Si  
no  
gusta  
el  
coco,  
se  
pondrá  
doble  
cantidad  
de  
almendra.

Las patatas se cuecen sin sal; una vez cocidas, se escurren, se secan en el horno, se pasan por el pasador y se mide un tazón.

Una vez preparada la masa hojaldre u Orliz (la que se prefiera), se cubre un molde redondo.

En una fuente se pone el puré (frío), ralladura de limón, el tazón de azúcar, la vainilla y seis yemas. Se mezcla todo y se añade el coco y la almendra, removiéndolo. Se baten cuatro claras a punto de nieve (las dos que quedan se reservan para el adorno), poniéndoles al empezar a batir unas gotas de limón o vinagre. Cuando están bien consistentes se agregan poco a poco al preparado, mezclándolas con la espátula. Con este preparado se llena el molde y se cuece a horno moderado. Cuando coja color si aún no está cocido (se pincha con una

aguja: tiene que salir limpia), se cubre con un papel para evitar que se quemé la superficie y se siga cociendo. Ya cocida se saca del horno y se deja enfriar dentro del molde. Cuando está fría se retira del molde y se coloca en un plato. Se calienta un poco el vino ajerezado con el azúcar y se baña, pinchándolo según se va bañando por diversas partes para que quede jugoso.

Con las dos claras reservadas y dos cucharadas de azúcar se hace un *merengue* (véase fórmula). Cuando está en su punto se coloca en manga pastelera con boquilla y se adorna, terminando el adorno con las cerezas (se les quita el azúcar antes, poniéndolas en un poco de

agua).

# Tarta familiar

## **BIZCOCHO**

**250 grs. azúcar / 2 huevos**

**4 cucharaditas de levadura Royal**

**250 grs. de harina**

**1/4 litro de leche**

**Raspadura de limón**

**100 grs. de mantequilla**

**Un papel para el molde**

## **RELLENO**

**Un tarro de mermelada de  
albaricoque**

**1/4 kilo de azúcar**

**2 cucharadas de maicena**

**Una cáscara de limón**  
**1/2 litro leche / 2 yemas**  
**Canela en caña**  
**7 cucharadas de azúcar**

### **EMBORRACHAR**

**1/4 litro ajerezado dulce**  
**2 cucharadas de azúcar**

### **COBERTURA Y ADORNO**

**1/2 libra de chocolate**  
**4 cucharadas de azúcar**  
**1/2 cucharada mantequilla**  
**50 grs. guindas / 2 claras**

Se prepara un bizcocho (véase *bizcocho económico*, segunda fórmula). Una vez cocido, se deja enfriar.

Se pone la mermelada al fuego con una cucharada de azúcar y se cuece hasta que adquiera bastante consistencia,

removiéndola con frecuencia para que no se pegue. Con la leche, la cáscara de limón, cuatro cucharadas de azúcar, la maicena y las dos yemas se hace una *crema pastelera* (véase fórmula). Una vez preparada se cambia de recipiente y se deja enfriar un poco.

Se pone el jerez al fuego con las dos cucharadas de azúcar para que se caliente. Cuando el bizcocho está frío se corta por la mitad en dos discos, se coloca el del fondo sobre un plato y se emborracha con el jerez (se echará con una cuchara). Cuando está bien empapado se pone en el centro la crema pastelera y se extiende por todo el bizcocho. Sobre la crema se vierte la



mermelada, procurando que cubra toda la crema. Se tapa con el otro disco y se vuelve a emborrachar.

Se pone en un cazo el chocolate con medio pocillo abundante de agua, la mantequilla, dos cucharadas de azúcar, se acerca al fuego hasta que se deshaga; entonces se remueve muy deprisa con cuchara de madera y se deja hervir, sin dejar de removerlo, hasta que quede como una crema floja. Se vierte, antes que se enfríe, en el centro del bizcocho y rápidamente se extiende con la hoja de un cuchillo hasta cubrirlo. Se prepara con las dos cucharas un merengue y se adorna a capricho.

# Tarta al flan

## BIZCOCHO

5 cucharadas de azúcar

5 cucharadas de harina

Mantequilla para engrasar

5 huevos

Papel blanco para molde

## RELLENO

Un tarro grande de mermelada de albaricoque

5 cucharadas de azúcar

1/2 limón / Una naranja

2 huevos

2 pocillos de leche

100 grs. de almendras tostadas y molidas

## **BAÑO**

**Un vasito de jerez dulce**

**Una cucharada de azúcar**

## **ADORNO**

**2 pocillos de leche**

**5 cucharadas de azúcar**

**Una cucharadita de canela en polvo**

**150 grs. de azúcar glas**

**50 grs. de almendras tostadas**

**3 huevos**

**200 grs. de mantequilla**

Se prepara un *bizcocho corriente* (véase fórmula). Una vez hecho se retira del molde y se deja enfriar.

Se pone la mermelada al fuego con dos cucharadas de azúcar y se deja cocer unos minutos, removiéndola con

frecuencia.

Con dos huevos, dos cucharadas de azúcar (tres cucharadas más para acaramelar el molde) y dos pocillos de leche se prepara un *flan corriente* (véase fórmula). Con los mismos ingredientes se prepara otro flan igual; se harán en un molde liso y más bien ancho que alto. Una vez cuajado se deja enfriar. El molde debe ser de menor tamaño que la tarta.

Cuando está cuajado uno de los flanes, el que peor presencia tenga se vuelva sobre un plato y se aplasta con un tenedor (el otro se reserva), se le agrega la mitad de la mermelada de albaricoque (el resto se deja hervir hasta que

adquiere bastante consistencia), dos cucharadas de zumo de naranja y los 100 gramos de almendras tostadas y molidas. Se hace con todo una pasta cremosa (si quedara seca se le agrega un poco más de zumo de naranja). Se pone el vino ajerezado con la cucharada de azúcar al fuego un momento. Cuando el azúcar está deshecha, se vierte la mitad en el plato en que se va a colocar la tarta.

Ya el bizcocho frío, se corta por la mitad en dos discos. El del fondo se pone en el plato que tiene el jerez (solamente debe quedar remojada la parte de abajo). Se rellena con la crema preparada y se cubre con el otro disco de bizcocho, con mucho cuidado para

que sólo quede remojada la superficie, se baña con una cuchara (echando poquísimo) la parte de arriba de la tarta. Con un pincel se barniza con la mermelada cuando esté bastante consistente.

El flan que se reservó se vuelca sobre un plato y con mucho cuidado se coloca en el centro de la tarta. Con 200 gramos de mantequilla, la cucharadita de canela, 150 gramos de azúcar y un huevo se prepara la *crema de mantequilla* (véase fórmula). Una vez hecha se pone en manga pastelera con boquilla rizada y se forma un cordón alrededor del flan. Sobre éste se marca una cruz, se forma en la superficie de la tarta en el borde

otro cordón, se untan las paredes de ésta con la misma crema y se pegan en los bordes de la tarta que están untados de crema almendra tostada y triturada.

## Tarta girasol

Se  
necesitan  
dos  
bizcochos;  
uno  
redondo  
y  
otro  
alargado

0

cuadrado.

**10 huevos**

**10 cucharadas de harina**

**Mantequilla para engrasar**

**10 cucharadas de azúcar**

**Papel para los moldes**

**4 cucharadas de Royal**

**RELLENO**

**Se pondrá la crema que se prefiera**

**BAÑO**

**Jerez dulce**

**ADORNO Y COBERTURA**

**4 claras**

**Unas gotas de limón**

**Un tarro de mermelada de  
albaricoque**

**2 cucharadas de Nescafé**

**8 cucharadas de azúcar**



Si  
se  
pone  
una  
crema  
que  
lleve  
coñac  
u  
otro  
licor,  
se  
bañará  
con  
agua  
azucarada  
(para  
dos  
pocillos  
de  
agua,

dos  
cucharadas  
de  
azúcar  
y  
un  
poco  
de  
canela  
en  
caña),  
pues  
si  
se  
baña  
con  
vino  
resulta  
el  
sabor  
muy

fuerte.

Se prepara con cinco huevos, cinco cucharadas de azúcar, dos cucharaditas de Royal y cinco cucharadas de harina, un bizcocho redondo. Cuando está en su punto se retira del molde y se deja enfriar.

Con las mismas cantidades que el anterior se prepara otro bizcocho cuadrado o alargado. Una vez cocido se retira del molde y se deja enfriar.

(Véase *cremas* y prepárese la que más guste). Una vez preparada se cambia de recipiente y se deja enfriar.

Ya fríos los bizcochos, se corta el redondo por la mitad en dos discos; el

cuadrado se corta primero en tiras y después en cuadros; cada cuadro se corta en sentido inclinado, formando de cada uno dos triángulos.

Se pone la mermelada en un cazo con dos cucharadas de azúcar, se deja hervir, removiéndola con frecuencia hasta que se pone muy dura.

En un plato grande se coloca el disco del fondo; alrededor, pegando al fondo unos al lado de otros, los triángulos, formando una cenefa de picos; se baña todo (insisto que si la crema para el relleno lleva coñac u otro licor se baña simplemente con agua un poco azucarada). Se pondrá al fuego para dos pocillos de agua un poco de canela en

caña y dos cucharadas de azúcar. Se hierva unos minutos para que tome el gusto de la canela y se baña. A continuación se cubre fondo y picos con la crema y se coloca sobre ésta, en el centro, el otro disco, y sobre cada pico otro, se vuelve a bañar todo. Cuando está seco se barnizan con la mermelada espesa todos los picos.

Se prepara con las cuatro claras unas gotas de limón o vinagre y ocho cucharadas de azúcar un *merengue* (véase fórmula). Ya en su punto, se pasa a otro recipiente un poco menos de la mitad y se le agrega poco a poco, sin dejar de batir, el Nescafé, batiendo durante un buen rato para que no se baje.

Se coloca en manga pastelera con boquilla lisa y se van colocando sobre todo el bizcocho redondo (para imitar las pipas) puntos alrededor formando círculo hasta terminar. Al resto del merengue se le pone unas gotas de vegetal verde (poquísima cantidad), se mezcla y se bate un rato más. Se coloca en manga con boquilla rizada y se adorna todo alrededor cubriendo las paredes de los picos.

## **Tarta imitación de**

# **huevos al plato**

## **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de harina**

**5 cucharadas de azúcar**

**Un papel blanco para el molde**

## **RELLENO**

**Un bote de leche condensada**

**Una cucharada de coñac**

## **BAÑO**

**2 pocillos de agua**

**Un poco de canela en caña**

**2 cucharadas de azúcar**

## **ADORNO**

**Un tarro de mermelada de albaricoque**

**Una lata de melocotón (de buena calidad)**

**4 onzas de chocolate**

**50 grs. de almendras tostadas**

**5 cucharadas de azúcar**

**2 claras**

Se

puede

sustituir

la

crema

del

relleno

por

otra

que

guste

más

(véase

fórmulas).

Se cuece el bote de leche con



anticipación (sin abrirlo) durante dos horas, contadas desde que rompe el hervor. Se pone sobre un papel el chocolate al horno para que se ablande, se saca ya blando y se deja enfriar un poco. Con la ayuda de un poco de harina se hacen dos bolas, se alargan con las manos dándoles la forma de herradura y se les clava en cada extremo dos palillos. Se dejan endurecer antes de usarlas. Si se dispone de nevera se endurecen en seguida; de lo contrario, deben prepararse con tiempo.

Se hace un *bizcocho corriente*, en molde amplio (véase fórmula). Cuando está en su punto se retira del molde y se deja enfriar.

Transcurridas las dos horas de cocción de la leche se separa del agua y se deja enfriar. Una vez frío, se abre. Se pone el contenido en una fuente y se mezcla con la cucharada de coñac.

Se ponen al fuego los dos pocillos de agua, las dos cucharadas de azúcar y un trocito de canela en caña; se hierve unos minutos. Se pone la mermelada al fuego con dos cucharadas de azúcar; se hierve hasta que se pone dura (se remueve con frecuencia para que no se pegue). Ya frío el bizcocho se corta por la mitad en dos discos, se coloca el del fondo sobre un plato, se baña con parte del agua y azúcar puesta al fuego, se coloca sobre él la crema preparada, se tapa con el

otro disco y se sigue bañando. Cuando la mermelada está espesa se remueve para que quede bien mezclado y se extiende sobre la tarta.

Con las dos claras, unas gotas de limón o vinagre y cuatro cucharadas de azúcar se prepara un *merengue* (véase fórmula), se coloca en manga pastelera con boquilla y se hacen en la superficie unos montoncitos (se extienden un poco), separados unos de otros para no ocultar del todo la mermelada. El merengue así colocado imitará las claras del huevo. En el centro de estas «claras» se coloca una tajada de melocotón boca abajo, quedando de esta manera formados los huevos. Con el resto de

merengue se dibuja alrededor de la tarta un festón y se salpica con las almendras tostadas y molidas. En los extremos se clavan las asas de chocolate.

# **Tarta imperial**

## **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de harina**

**5 cucharadas de azúcar**

**Una cucharadita de Royal**

**Mantequilla para engrasar**

**Un papel blanco para el fondo**

## **RELLENO**

**200 grs. de almendra cruda molida**

**2 cucharadas de coñac**

**Un tazón de azúcar**

**2 yemas**

**BAÑO**

**3 pocillos de agua**

**Un trozo de canela en caña**

**2 cucharadas de azúcar**

**MAZAPÁN Y ADORNO**

**250 grs. de almendra cruda molida**

**250 grs. de azúcar glas**

**2 claras**

**4 cucharadas de azúcar**

**Una gotas de limón o vinagre**

Se prepara con los ingredientes del relleno la *crema de almendra* (véase fórmula). Cuando está en su punto se cambia de recipiente y se deja enfriar.

Se ponen al fuego dos pocillos de agua

con un pellizco de canela y dos cucharadas de azúcar; se hierve unos minutos.

Ya frío el bizcocho, se corta por la mitad en dos discos. Se coloca el del fondo en un plato y se baña con parte del almíbar preparado. Se extiende sobre él la crema de almendra y se cubre con la otra parte del bizcocho. Se sigue bañando.

Se pone la almendra destinada a la cobertura sobre la mesa, se añade el azúcar glas, reservando un poco, se mezcla todo y se agrega una cucharada de agua; se amasa y si se necesita otro poco de agua se le pone, pero con mucho cuidado para no poner

demasiado. Se sigue amasando hasta que se hace una masa que no se pega a las manos. Se deja reposar un buen rato. Se espolvorea la mesa con el azúcar reservado y se extiende con el rolo formando un disco del tamaño de la tarta, se le pasa por debajo un cuchillo de hoja alargada para despegarlo y se coloca sobre la tarta, cubriendo toda la superficie. Con un cuchillo se le hacen unos cortes de un lado a otro, formando paralelas (los cortes deben cortar sólo la capa de mazapán). Se prepara con las claras, las dos cucharadas de azúcar y unas gotas de limón un *merengue* (véase fórmula). Cuando está en su punto se le ponen unas gotas de vegetal rojo

(poquísima cantidad, para que el merengue sólo quede rosado). Se coloca en manga pastelera con boquilla y se pone un adorno muy fino alrededor. En el mismo borde de la superficie se colocan uno al lado de otro unos puntitos, formando un cordón.

Con los recortes de mazapán se cortan unas hojas y se clavan separadas en el merengue.

## **Tarta de manzana (empanada)**



**1/4 kilo de mantequilla**

**1/4 kilo de harina**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita rasa de sal**

## **RELLENO**

**Un kilo de manzanas**

**1/4 kilo aproximadamente de azúcar**

**Un vaso de vino blanco**

**2 copas de coñac**

**Un trozo de canela en caña**

Con los ingredientes de la masa se prepara el *hojaldre* (véase fórmula).

Se pelan las manzanas, se les quitan pepitas y corazón y se cortan en rodajas finas. Se ponen en un cazo y se les agrega el vino blanco, el coñac, la canela (ésta se atará con un hilo para

que no se suelte) y el azúcar (un cuarto de kilo aproximadamente; puede ponerse más o menos, según el gusto). Se acerca el cazo al fuego y se cuecen hasta que están muy tiernas, casi hechas mermelada. Entonces se separan del fuego y se dejan enfriar completamente. Se coloca el hojaldre sobre la mesa espolvoreada, se espolvorea el rollo y la masa y se extiende hasta dejarla fina. Se cubre el molde, y con una espumadera para que no vaya demasiado caldo, se coloca la mermelada de manzana. Se vuelve a extender la masa y se corta un disco a la medida del molde. Se tapa y se enrollan los cantos sobre la pasta; a continuación se pega por toda la

vuelta, humedecida con agua, una tira estrecha de pasta. Se barniza con huevo batido y se cuece a horno fuerte hasta que está dorada.

## **Tarta de manzana (segunda fórmula)**

Para  
el  
fondo,  
prepárese  
pasta  
de  
hojaldre  
o

pasta  
Orliz  
(véase  
una  
u  
otra  
fórmula).

## **RELLENO**

**750 grs. de manzanas**

**300 grs. de azúcar (aproximadamente)**

**150 grs. de almendra cruda molida**

**50 grs. de almendras crudas**

**Un vaso de vino blanco**

**3 huevos**

**2 cucharadas de coñac**

**Un trozo de canela en caña**

Las almendras crudas se filetean (véase *almendras fileteadas*) y se reservan.

Se confecciona el *hojaldre* o la *pasta*

*orliz* (véanse fórmulas).

Se pelan las manzanas, se cortan en rodajas y se ponen a cocer con el vino blanco la canela y ocho cucharadas de azúcar. Deben quedar muy cocidas, completamente deshechas, para lo que se cocerán destapadas; entonces se separan del fuego y se dejan enfriar.

Se mezclan en una fuente tres yemas, cuatro cucharadas de azúcar y la almendra molida. Bien mezclado, se agregan las tres claras a punto de nieve. Se forra un molde redondo con la masa elegida. Si las manzanas al cocer no se hubieran deshecho, se aplastan un poco y se colocan extendidas sobre el fondo de la masa. Encima se extiende la

mezcla de las yemas con la almendra, se cubre con las almendras fileteadas, luego se enrollan los cantos de la pasta junto al borde de la guarnición.

Se extiende la masa sobrante de cubrir el fondo, se corta una tira estrecha, se barniza con un poco de agua y se coloca por todo el borde (la parte barnizada se pone sobre la masa para que se pegue). Se unta la tira con huevo batido. Se cuece a horno fuerte sin exageración durante treinta minutos. En cuanto coja color se tapará con un papel para que se siga cociendo sin que se queme

# Tarta de manzana (tercera fórmula)

**PASTA**

**ORLIZ**

(Véase  
fórmula).

**RELLENO**

**850 grs. de manzanas**

**1/2 kilo de azúcar (aproximadamente)**

**2 copas de coñac**

**150 grs. de avellanas tostadas y  
molidas**

**Un tarro pequeño de mermelada de  
albaricoque**

**3 huevos**

**Raspadura de limón**

**Un trozo de canela en caña**

**ADORNOS**

**50 grs. de cerezas confitadas**

**2 claras**

**4 cucharadas de azúcar**

Se hace la *pasta Orlicz* (véase fórmula). Una vez hecha se deja reposar (se necesita poca cantidad).

Se pone la mermelada al fuego con una cucharada de azúcar, se cuece removiéndola con frecuencia hasta que quede bastante espesa. Se pelan las manzanas, se cortan en rodajas, se les quitan los corazones y se cuecen con ocho cucharadas de azúcar, un trozo de canela (ésta se atará con un hilo para que no se suelte), un poco de agua y una copa de coñac (deben quedar deshechas). Una vez cocidas se separan



del fuego y se dejan enfriar. Se cuecen destapadas.

Se coloca la masa, una vez reposada, sobre la mesa espolvoreada de harina; se espolvorea ésta y el rollo y se extiende hasta dejarla fina, se corta un disco y se cubre todo el molde con él. Se ponen sobre la masa las manzanas (si no estuvieran deshechas se aplastan un poco) y se extienden hasta cubrirla.

En una fuente se mezclan las yemas con cuatro cucharadas de azúcar, la raspadura de limón, una copa de coñac y las avellanas molidas, reservando una cucharada. Se une todo y se agregan las claras batidas a punto de nieve. Se extiende esta mezcla sobre las

manzanas, se enrollan los cantos de la pasta justo hasta el borde de la guarnición. A continuación se coloca por todo el borde una tira estrecha, ligeramente humedecida con agua. Seguidamente se cuece a horno fuerte, sin exageración, durante treinta o cuarenta minutos. En cuanto coja color se tapa con un papel para que se siga cociendo sin quemarse. Ya cocida se saca del horno y se deja enfriar. Fría se retira del molde, se coloca en un plato y se cubre con la mermelada y se espolvorea con las avellanas reservadas. Con las dos claras, cuatro cucharadas de azúcar y unas gotas de limón o vinagre se prepara un *merengue*

(véase fórmula). Se coloca en manga con boquilla y se adornan los bordes. Se termina el adorno con las cerezas (éstas se pondrán en agua unos minutos para quitarles el azúcar).

## **Tarta de manzana (cuarta fórmula)**

### **PASTA**

**100 grs. de mantequilla**

**2 huevos**

**2 cucharadas de agua**

**2 cucharadas de azúcar**

**Harina (la que admita)**

## **Ralladura de limón**

### **RELLENO**

**3/4 kilo de manzanas**

**Una copa de coñac**

**Un trozo de canela en caña**

**3 cucharadas de azúcar**

### **CREMA**

**1/2 litro de leche**

**4 cucharadas de azúcar**

**Una cáscara de limón**

**2 cucharadas de maicena**

Puede  
prepararse  
la  
masa  
con  
hojaldre  
(véase  
fórmula).

Se pelan las manzanas, se les quitan los corazones, se cortan en rodajas finas y se cuecen con el coñac, una copa de agua y las tres cucharadas de azúcar (se cocerán muy lentamente para que se conserven las rodajas enteras); cuando están tiernas se separan del fuego y se reservan. Con los ingredientes de la crema se prepara una *crema pastelera* (véase fórmula). Los corazones y peladuras de las manzanas se cuecen, el agua de cocerlos se cuela y se mide, se pone en un cazo y se le agrega la misma medida de azúcar, se acerca al fuego y se hace con ella un almíbar fuerte. Los ingredientes de la pasta se ponen en

una fuente; la mantequilla, los huevos, el agua, la ralladura de limón, se mezcla todo y se va agregando harina poco a poco hasta conseguir una masa blanda, que se extiende con el rollo; entonces se forra el molde, sobre la masa se coloca la crema pastelera, a continuación las manzanas haciendo círculo hasta cubrirla completamente, se enrollan los bordes, se coloca alrededor una tira de masa (humedecida con agua); para rematarla se pinta ésta con huevo batido y se cuece a horno fuerte. Antes de sacarla del horno debe comprobarse si la masa está cocida. Fuera del molde se baña con el almíbar.

# Tarta María Luisa

**200 grs. de galletas tostadas  
(corrientes)**

**4 huevos**

**50 grs. de almendra molida**

**50. grs. de coco**

**Una tarrina de margarina**

**Un limón**

**Un bote de leche condensada**

**8 cucharadas de azúcar**

Si

se

prepara

en

un

molde

que  
no  
sea  
desmontable,  
para  
retirarla  
del  
molde  
se  
corta  
en  
trozos.

Se muelen las galletas con el rolo hasta dejarlas hechas harina; a continuación se pasan a una fuente y se les agrega la margarina, una cucharada de leche condensada. el coco y la almendra. Se mezcla todo con las manos hasta



conseguir una masa que no se pegue a las manos (debe estar blanda). Si fuera necesario se le agrega unas cucharadas de leche común. Se coloca en un molde desmontable y se extiende por todo el fondo, prensándolo con las manos.

En un recipiente se pone la leche condensada, el zumo del limón y cuatro yemas; se mezcla y se vierte sobre la masa, cubriéndola toda. Se mete en horno moderado hasta que la parte de arriba está cuajada. Entonces se saca y se deja enfriar un poco.

Se baten las cuatro claras a punto de nieve, poniéndoles antes de empezar unas gotas de limón; bien subidas, se agregan una a una ocho cucharadas de

azúcar, se sigue batiendo hasta mezclarlas y se cubre con ellas toda la tarta, alisándolas con espátula. Se mete a horno moderado (unos minutos) hasta que esté tostadita (debe vigilarse, pues se quema en seguida). En este punto se retira del horno y se deja enfriar dentro del molde. Ya frío se le pasa un cuchillo alrededor, se le quita el aro y con la ayuda de un cuchillo se traslada a un plato. Si se quiere se puede adornar con una clara hecha merengue (se puede presentar sin adorno alguno).

# **Tarta de naranja**

## **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de azúcar**

**5 cucharadas de harina**

**Un papel blanco para el molde**

**Mantequilla para engrasar**

**Cucharadita de Royal**

## **COBERTURA Y ADORNO**

**2 ó 3 naranjas / 4 huevos**

**350 grs. de azúcar**

**Unas gotas de limón o vinagre**

**Canela en caña**

## **RELLENO**

**200 grs de almendra molida / 2 yemas**

**2 cucharadas de coñac**

**Un tazón de azúcar**

Se prepara un *bizcocho corriente* (véase fórmula).

Con un tazón de azúcar, un tazón de agua, dos yemas y dos cucharadas de coñac se prepara la *crema de almendra* (véase fórmula).

Con cuatro yemas, ocho cucharadas de azúcar y un pocillo de jugo de naranja (colado) se prepara la *crema de naranja* (véase fórmula). Se ponen tres pocillos de agua con dos cucharadas de azúcar al fuego y un poco de canela y se hierve un minuto.

Ya frío el bizcocho se corta por la mitad

en dos discos, se coloca el del fondo en un plato y se baña con el agua azucarada. En el centro se coloca la crema de almendra y se extiende hasta cubrirlo, se tapa con el otro disco y se sigue bañando; se deja secar un poco y se vierte en el centro la crema de naranja (muy fría), se extiende por toda la tarta, alisándola con la hoja de un cuchillo. Con dos claras, cuatro cucharadas de azúcar y unas gotas de limón se prepara un *merengue* (véase fórmula). Se coloca en manga con boquilla rizada y se adorna la tarta, colocándole un dibujo alrededor. Por el centro se hacen unos dibujos, a capricho.

# Tarta de nuez

## BIZCOCHO

**5 huevos**

**5 cucharadas de harina**

**5 cucharadas de azúcar**

**Un papel para el fondo**

## BAÑO

**Un vaso de vino ajerezado**

**2 cucharadas de azúcar**

## CREMA

**150 grs. de mantequilla**

**2 huevos**

**Un tubo de vainilla**

**100 grs. de azúcar glas**

**350 grs. de nueces peladas**

Se hace un bizcocho corriente (véase fórmula).

Se separan seis nueces enteras; el resto se muele.

CREMA. En una fuente se bate la mantequilla, el azúcar y la vainilla hasta que está cremoso; entonces se agregan las dos yemas, se remueve y se añaden las nueces molidas (separando una cucharada llena que se reserva). A continuación se mezclan las claras batidas a punto de nieve. Se introducen removiendo hasta que se consigue una crema muy fina (se pone hasta que vaya a utilizarse en sitio fresco).

Cuando el bizcocho está frío se corta

por la mitad en dos discos. Se coloca el del fondo en un plato y se baña con el jerez que se había puesto al fuego con una cucharada de azúcar; se deja enfriar y se cubre con una capa de crema, se tapa con el otro disco, se baña, se deja enfriar y se cubre toda la tarta con otra capa de crema, alisándola con una espátula o la hoja de un cuchillo. El resto de la crema se coloca en manga pastelera con boquilla y se forma encima de la tarta, alrededor, unos redondeles. Sobre cada uno se coloca media nuez. Los bordes se salpican con la nuez molida que se reservó.



# **Tarta real (corona)**

## **BIZCOCHO**

**6 huevos**

**6 cucharadas de azúcar**

**6 cucharadas de harina**

**3 cucharaditas de Royal**

**Un poco de mantequilla para engrasar**

**Un papel para el fondo del molde**

## **RELLENO**

**100 grs. de almendra cruda molida**

**2 cucharadas de coñac**

**1/2 tazón de azúcar**

**Una yema**

## **BAÑO**

**3 pocillos de agua**

**Un poco de canela en caña**

**2 cucharadas de azúcar**

## **ADORNO Y COBERTURA**

**Docena y media de bizcochos de Soletilla**

**50 grs. de cerezas confitadas (coloradas y verdes)**

**Una lata de melocotón**

**1/2 libra de chocolate**

**2 cucharadas de azúcar**

**Una cucharada de mantequilla**

**2 claras**

Se engrasa un molde de rosca con mantequilla, todo alrededor; de no disponer de él se prepara un molde redondo grande con un papel en el fondo, cortado a la medida, y se unta con mantequilla. Se unta también con mantequilla la parte de fuera de un tazón de bola y se coloca en el centro del

molde.

Se prepara el batido para un *bizcocho corriente* (véase fórmula). Una vez hecho se vierte con cuidado en el molde preparado (si es el que tiene el tazón se sujeta éste para que quede bien centrado). Se cuece a horno moderado. Una vez cocido se saca del horno. Se vuelca sobre un plato, se le saca el tazón. Se deja enfriar.

Se prepara con medio tazón de azúcar, medio de agua, los cien gramos de almendra, yema y las dos cucharadas de coñac, la *crema de almendra* (véase fórmula). En su punto se cambia de recipiente y se deja enfriar.

En un cazo se ponen los tres pocillos de

agua, un pellizco de canela en caña y dos cucharadas de agua. Se acerca al fuego y se hierva unos minutos.

Cuando el bizcocho está frío se corta en dos discos. Se coloca el del fondo en un plato y se baña. Se cubre con la crema y se tapa con el otro disco, volviendo a bañarlo con el agua y azúcar.

En un cazo se pone el chocolate con medio pocillo de agua, una cucharada de mantequilla y dos cucharadas de azúcar, se acerca al fuego y cuando empieza a deshacerse se remueve y se sigue hirviendo hasta que se forma una crema líquida muy fina; entonces se baña la corona, extendiéndolo bien para cubrirla (debe hacerse deprisa, antes que se

enfríe).

En otro caso se ponen dos o tres cucharadas de azúcar con una cucharada de agua y se acerca al fuego para que se haga un almíbar muy fuerte.

Se les quitan las puntas a unos bizcochos. Se remojan uno a uno por la parte que se les quitó la punta y se colocan de pie (quedan pegados con el almíbar al secarse) uno al lado del otro en el hueco del centro de la corona. Los restantes bizcochos se cortan en dos y se pegan, de la misma manera, alrededor de la corona, guardando la misma distancia unos de otros por la parte de fuera.

Con las dos claras, cuatro cucharadas de

azúcar y unas gotas de limón se prepara un *merengue* (véase fórmula). Se coloca en manga pastelera con boquilla y se marca un cordón alrededor de todos los bizcochos (los de dentro y los de fuera). En la parte superior de los bizcochos se les marca a cada uno un redondelito, sobre éste se coloca media cereza verde en los bizcochos del centro y colorada en los de fuera (se pondrán todas en agua para quitarles el azúcar). Por la parte de fuera de la corona se hacen unos adornos con el merengue alrededor y se termina el adorno colocando en la parte superior, sobre el chocolate, rodajas cortadas finas (en forma de medias lunas) de melocotón. Alrededor

de éstos se ponen unos puntitos de merengue.

# Tarta de reloj

## **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de azúcar**

**5 cucharadas de harina**

**Un papel para el fondo del molde**

**Mantequilla para engrasar**

## **RELLENO**

**1/2 litro de leche**

**Una cáscara de limón**

**2 yemas**

**4 cucharadas de azúcar**

## **BAÑO**

**Un vaso de vino ajerezado dulce**

**2 cucharadas de azúcar**

## **COBERTURA Y ADORNO**

**1/2 libra de chocolate**

**Una cucharada de mantequilla**

**2 claras**

**Unas gotas de limón**

**1/2 pocillo de agua**

**4 cucharadas de azúcar**

**2 cerezas confitadas, verdes**

Se

puede,

si

se

prefiere,

rellenar

con

otra

crema.



Se prepara un *bizcocho corriente* (véase fórmula).

Con los ingredientes del relleno se hace una *crema pastelera* (véase fórmula). En su punto se cambia de recipiente y se deja enfriar.

En un cazo se pone el vino, dos cucharadas de azúcar, se acerca al fuego para que hierva.

Cuando el bizcocho está frío se corta por la mitad en dos discos. Se coloca el del fondo en un plato, se baña con el vino, se cubre la crema fría, se tapa con el otro disco y se vuelve a bañar.

Con el chocolate, el agua, dos cucharadas de azúcar y la cucharada de

mantequilla se prepara el *baño de chocolate* (véase fórmula). En su punto se vierte en el centro del pastel y se extiende por toda la superficie. Con las dos claras, cuatro cucharadas de azúcar y unas gotas de limón o vinagre se prepara un *merengue* (véase fórmula), se coloca en manga pastelera con boquilla lisa y se marcan alrededor y a la orilla los números, a la misma distancia unos de otros. (Se ponen las doce en la parte de arriba, en parte de abajo y en frente las seis, en el medio y a la derecha las tres, en medio a la izquierda las nueve. Los otros números se harán en los huecos que quedan). Alrededor, cubriendo las paredes, se

hace un festón. Ya hecho se marca en cada onda, tapando los bordes, un punto. En la parte superior se pone un redondel pegando al plato para formarle la cuerda. A cada lado se coloca media cereza. En el centro se hacen las agujas marcando la hora que se desee y en el medio de las agujas se pone la otra cereza (éstas se pondrán antes en agua para quitarles el azúcar).

## **Tarta San Honorato**

**Para el fondo (Pasta Orliz).  
250 grs. de mantequilla**

**3 cucharadas de azúcar**  
**9 cucharadas de agua**  
**2 yemas**

## **RELLENO DEL PASTEL**

**3 huevos**  
**2 cucharadas de maicena**  
**Un trocito de vainilla o canela en caña**  
**50 grs. de almendras tostadas**  
**1/2 litro de leche**  
**4 cucharadas de azúcar**  
**2 hojas de cola de pescado**

## **PETISUS**

(Véanse  
ingredientes  
en  
una  
de  
las  
fórmulas).

## **RELLENO DE LOS PETISUS**

**1/2 litro de leche**  
**Una cáscara de limón**  
**4 cucharadas de azúcar**  
**2 yemas**  
**2 cucharadas de maicena**

BAÑO  
DE  
LOS  
PETISUS

Baño  
blanco  
y  
de  
caramelo  
(Véanse  
ingredientes  
y  
fórmula).

Se hace la *pasta Orliz*, con anticipación

(véase fórmula). Una vez hecha se envuelve en una servilleta ligeramente humedecida y se deja reposar en nevera o sitio fresco, cuanto más tiempo mejor. Para hacer los *Petitsus* (véase fórmula y hágase igual). Con los ingredientes del relleno de los *Petitsus* se hace la *crema pastelera* (véase fórmula).

Del medio litro de leche para el relleno del pastel se separa un pocillo, el resto se acerca al fuego con la vainilla o canela (si se pone canela se atará bien con un hilo para que no se deshaga) y cuatro cucharadas de azúcar; se deja hervir lentamente unos minutos. Las hojas de cola de pescado se remojan en agua fría (véase *cola de pescado*). La

leche que se separó se pone en tazón. En ella se disuelven las dos yemas, y las dos cucharadas de maicena se agregan a la leche cuando está hirviendo. Se escurren las hojas de pescado y se añaden también a la crema. Se pone a cocer al baño de María y cuando rompe a hervir se retira del fuego y se reserva. Se baten las tres claras a punto de nieve y cuando están bien subidas se les añade tres cucharadas de azúcar y enseguida se incorporan a la crema.

Se coloca la masa sobre la mesa espolvoreada de harina, se aplana con el rollo dándole forma de torta redonda, dejándole un espesor de un poco más de medio centímetro. Se coloca sobre una

placa de horno (a ser posible redonda) espolvoreada de harina, se pincha la masa con la punta de un cuchillo en tres o cuatro sitios distintos y se cuece a horno moderado durante una media hora. Una vez cocida se saca del horno y se deja sobre la placa unos minutos, pasados éstos se traslada la pasta al plato donde se va a presentar la tarta y se deja enfriar completamente.

Ya cocidos y rellenos los Petitsus se colocan haciendo borde alrededor de la pasta unos al lado de otros, procurando que estén muy juntos, quedando de esta manera preparados para rellenar el pastel. Se cubre todo el fondo con la crema, se rellena todo el pastel con el



resto de los Petitsus haciendo círculo hasta terminar en uno. Se bañan alternando unos con *baño blanco* (véase fórmula) y otros con baño de caramelo. En un cazo se ponen 100 grs. de azúcar y medio pocillo de agua; se hierve hasta que alcance el punto de caramelo sin que llegue a quemarse. Antes de que se enfríe con un pincel se bañan los Petitsus.

## Tarta de limón

**BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de azúcar**  
**5 cucharadas de harina**  
**Un papel para el fondo del molde**  
**Mantequilla para engrasarlo**

### **CREMA**

**150 grs. de margarina**  
**Un tazón de azúcar**  
**3 huevos**  
**Un limón**

### **BAÑO**

**Un vaso de vino ajerezado**  
**2 cucharadas de azúcar**

### **ADORNO**

**2 claras**  
**2 cucharadas de azúcar**  
**Unas gotas de limón o vinagre**  
**50 grs. de almendras**

Se hace un *bizcocho corriente* (véase fórmula). Ya hecho se deja enfriar.

En un cazo de porcelana con el esmalte nuevo se pone la margarina, el tazón de azúcar, un poco de ralladura de limón y el zumo de éste, se revuelve todo y se agregan los tres huevos batidos como para tortilla, se mezcla y se cuece al baño de María hasta que espesa; entonces se retira del agua y se deja enfriar.

Se pone al fuego el vino y el azúcar, se hierva unos minutos.

Cuando el bizcocho está frío se corta por la mitad en dos discos, se coloca en el fondo sobre un plato y se baña con el vino, se cubre con la crema ya fría (reservando un poco menos de la mitad) y se tapa con la otra parte del bizcocho;

se baña y se vierte por encima el resto de la crema procurando que cubra toda la tarta. Se ponen las almendras en agua hirviendo, rápidamente se sacan, se dejan enfriar y se les quita la piel, se cortan en filetes, se colocan en una placa y se ponen en el horno para que se tuesten cuidando que no se quemem. Cuando están doradas se cubre con ellas la superficie de la tarta.

Se prepara *merengue* con las dos claras y cuatro cucharadas de azúcar (véase fórmula). Se adorna la tarta alrededor, a capricho.

# Tarta de melocotón

## **PASTA**

**1/4 kilo de mantequilla**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita de sal**

**1/4 kilo de harina**

**2 cucharaditas de Royal**

**Harina para espolvorear**

## **ADORNO**

**Crema de mantequilla (véanse ingredientes)**

## **RELLENO**

**Un litro de leche**

**4 cucharadas de maicena**

**1/4 kilo de azúcar**

**2 latas de melocotón (de buena calidad)**

**4 yemas**

**Una cáscara de limón**

**Un tarro de mermelada de  
albaricoque**

Se  
puede  
sustituir  
el  
melocotón  
por  
fresa  
del  
tiempo.

En  
ese  
caso  
se  
suprime  
la  
mermelada.

La  
crema  
de

mantequilla  
se  
sustituye  
por  
nata  
montada.

Se hace el *hojaldre* (véase fórmula). Una vez reposado se coloca sobre la mesa espolvoreada, se espolvorea la masa y el rollo y se extiende hasta dejarlo fino. Se forra un molde redondo, se pincha en el fondo por varios sitios (para que no abombe y se deforme) y se llena hasta el borde de legumbres, para que la pasta no se encoja quedando sin bordes; se cuece a horno fuerte hasta que esté dorada.

Con las yemas, la leche, la cáscara de limón, ocho cucharadas de azúcar y las cuatro cucharadas de maicena se prepara la *crema pastelera* (véase fórmula).

Se pone la mermelada de albaricoque al fuego con dos cucharadas de azúcar y se cuece hasta que ésta quede bien espesa.

Se prepara la *crema de mantequilla* (véase fórmula) y se reserva en sitio fresco.

Cuando la pasta está dorada se saca del horno, se retiran las legumbres, y si el fondo no estuviese dorado se vuelve a meter unos minutos más. Se deja enfriar dentro del molde. Ya fría se desmolda con cuidado de no romperla; se coloca



en un plato y se rellena con la crema pastelera. Sobre ésta se colocan boca abajo los melocotones, haciendo círculo, un poco separados unos de otros (debe quedar toda la tarta llena).

Se coloca la crema de mantequilla en manga con boquilla rizada, se forma un cordón alrededor de cada melocotón y se pone una cucharada de mermelada (ya espesa) encima de cada melocotón. Alrededor de la tarta en el mismo borde se forma otro cordón con la crema de mantequilla.

# Tarta de dos gustos

## **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**5 cucharadas de azúcar**

**5 cucharadas de harina**

**Un papel para el molde**

**Mantequilla para engrasar**

## **HOJALDRE**

**1/4 kilo de mantequilla**

**1/4 kilo de harina**

**Un pocillo de agua**

**Una cucharadita de sal**

## **RELLENO**

**300 grs. de almendra molida**

**2 yemas**

**Tazón y medio de agua**  
**2 cucharadas de coñac**  
**1/2 kilo de azúcar**

### **ADORNO**

**4 cucharadas de azúcar**  
**Una lata de mermelada de**  
**albaricoque**  
**2 claras**

Con los ingredientes del bizcocho se hace un *bizcocho corriente* (véase fórmula).

Con los ingredientes del *hojaldre* se prepara éste (véase fórmula).

Con los ingredientes de la crema se prepara la *crema de almendra* (véase fórmula). Una vez cocido el bizcocho se deja enfriar; ya frío se corta por la mitad

en dos discos. Uno de ellos se coloca en un plato y se baña con un almíbar preparado con tres pocillos de agua, dos cucharadas de azúcar y un trozo de canela en caña. Se corta el hojaldre una vez reposado en dos discos del mismo tamaño que el bizcocho (deben estar bien tostados).

Sobre el disco de bizcocho preparado se extiende un poco de crema, se cubre con una tapa de hojaldre, sobre ésta se extiende crema; se tapa con el otro disco de hojaldre, se vuelve a extender crema y se cubre finalmente con el otro disco de bizcocho; se baña y se cubre con la mermelada de albaricoque que se habrá puesto con anticipación al fuego con dos

cucharadas de azúcar, hirviéndolo hasta que se haya puesto fuerte.

Se prepara con las claras un *merengue* (véase fórmula) y se adorna los bordes.

## Ponche ruso

### **BIZCOCHO**

**8 huevos**

**8 cucharadas de azúcar**

**8 cucharadas de harina**

**Papel blanco para molde**

### **BAÑO**

**Un vaso de vino ajerezado**

**4 cucharadas de azúcar**

**Canela en caña**

## **RELLENO**

**Ingredientes para la crema de mantequilla.**

## **OTRO RELLENO**

**Ingredientes para la crema de almendra.**

## **COBERTURA**

**1/2 litro de leche**

**2 yemas**

**4 cucharadas de azúcar**

**Una cáscara de limón**

**Una cucharada maicena**

**50 grs. de cerezas confitadas**

Con los ingredientes del Bizcocho se preparan dos bizcochos corrientes (véase fórmula) de cuatro huevos cada uno, se cuecen en un molde alargado. Una vez cocidos se dejan enfriar, fríos

se cortan cada uno en dos partes. Se prepara la *crema de mantequilla* (véase fórmula). Se deja enfriar.

Se pone en un cazo al fuego el vino con dos cucharadas de azúcar. En otro cazo se ponen dos pocillos de agua con un trozo de canela en caña y dos cucharadas de azúcar, se hierve unos minutos.

Se coloca una parte de bizcocho en un plato, se baña con la mitad del vino, se deja enfriar y se extiende la mitad de la crema de la mantequilla, se cubre con otra parte de bizcocho y se baña con la mitad del agua azucarada; se extiende toda la crema de almendra, se cubre con bizcocho, se baña con el agua

azucarada, se extiende el resto de la crema de mantequilla, se pone la última parte del bizcocho y se baña con el resto del vino.

Con los ingredientes de la *Cobertura* se prepara una crema pastelera (debe quedar blanda, se le pone sólo una cucharada rasa de maicena), cuando está hecha se separa el limón, se extiende caliente sobre el pastel y se alisa con la hoja de un cuchillo.

Con dos claras, dos cucharadas de azúcar y unas gotas de limón se prepara *merengue* (véase fórmula), se coloca en manga con boquilla y se adorna el pastel. Sobre la crema se colocan las cerezas confitadas (se pondrán antes en



agua para quitarles el azúcar).

## **Pasta Orliz**

**150 grs. de mantequilla o margarina**

**7 cucharadas de agua**

**2 yemas**

**Harina (la que admita)**

**4 cucharadas de azúcar**

**Una copita de coñac**

En un recipiente se ponen las yemas, el agua, la mantequilla, el coñac y el azúcar; se mezcla todo y se va añadiendo harina poco a poco hasta conseguir una masa que no se pegue a

las manos (no debe manipularse mucho). Conseguido esto se estira con el rollo, espolvoreándola de harina, y se le dan dos o tres dobleces (no importa la manera de dárselos), se coloca una vez doblado sobre un plato espolvoreado de harina, se cubre con un paño humedecido y se deja reposar en sitio fresco o nevera (de una a dos horas, cuanto más tiempo mejor).

## **Tarteletas con rellenos variados**

## **MASA**

**Los mismos ingredientes que para la  
«Pasta Orliz»**

## **RELLENO**

**Se puede emplear cualquiera de las  
cremas explicadas**

Para  
los  
moldes  
de  
las  
tartaletas  
se  
pueden  
utilizar  
los  
botes  
que  
van  
quedando

de  
leche  
condensada,  
cortándolos  
alrededor,  
dándoles  
una  
altura  
de  
3  
centímetros,  
aproximadamente.

Se prepara la *Pasta Orlicz* (véase fórmula).

Para la crema se puede utilizar cualquiera de las explicadas en el capítulo de cremas.

Reposada la masa se coloca sobre la

mesa espolvoreada de harina; se extiende con el rolo hasta dejarla fina y se cortan discos un poco mayores que los moldes, se forran apoyando por toda la masa el dedo, hasta pegarlos bien; se recorta lo sobrante y se pincha el fondo de cada tartaleta dos o tres veces con la punta de un cuchillo para que no se ahueque y se deforme. Se llenan de legumbres hasta el mismo borde (pues si no la pasta se encoge quedando sin borde). Se cuecen a horno fuerte (sin exceso) hasta que están doradas. Entonces se sacan del horno y se vacían las legumbres. Si el fondo no estuviera tostado se vuelven a meter unos minutos. Se dejan enfriar dentro del molde y una

vez fríos se rellenan con la crema que se haya elegido. Se adornan con una cereza en el centro o se salpican de almendra tostada y picada y se espolvorean de azúcar glas.

## **Tocinillo de cielo**

**10 yemas**

**300 grs. de azúcar cortadillo**

**Una clara**

**Un trozo de vainilla**

Se necesita un molde bajo y ancho con tapa que ajuste. De no disponer de él

sirve una fiambarrera con tapadera de grapas.

En un cazo se pone el azúcar, un vaso pequeño de agua y el trozo de vainilla. Se acerca al fuego y cuando empieza a hervir se le quita la espuma y se cuece lentamente durante unos minutos hasta darle el punto de hebra floja. Se baten las yemas con la clara un poco (lo justo para mezclarlas). Cuando el almíbar tiene el punto de hebra se separan ocho cucharadas y el resto se echa hirviendo sobre las yemas (antes se separa la vainilla), se mezcla bien y se reserva a un lado.

Las ocho cucharadas de almíbar se hierven un poco más y cuando tienen

punto muy fuerte se baña el interior del molde, se echan las yemas preparadas, se tapa el molde y se pone en una cacerola con agua fría. (Debe llegar ésta hasta la mitad del molde). Se tapa la cacerola y se hierve cinco minutos contados desde que rompe el hervor, entonces se mete a horno fuerte dentro del agua tapando un cuarto de hora; pasado este tiempo se saca, se pincha y si está cuajado se deja enfriar y se desmolda en un plato.

## **Tocinillo sencillo**



**3 huevos**

**3 pocillos de azúcar**

**1/2 vaso de agua**

**1/2 limón**

**3 cucharadas de azúcar para  
acaramelar**

Se pone en un molde liso el zumo de medio limón y tres cucharadas de azúcar; se acerca al fuego y se tuesta el azúcar sin que se queme; se extiende por todo el molde para acaramelarlo. (El molde debe de ser amplio, ya que el tocinillo resulta mejor con poca altura).

En un recipiente se baten los tres huevos con el azúcar hasta que esté cremoso, entonces se agrega el medio vaso de agua, se remueve y se vierte sobre el

molde acaramelado y frío.

Se pone a cocer al baño María en agua fría; cuando rompe el hervor se tapa el molde y se mete en el horno hasta que esté cuajado.

Para comprobarlo, se pincha con una aguja; debe salir limpio. Se saca entonces del horno y se deja enfriar en el molde. Ya frío se vuelca sobre un plato.

## **Tocinillo de leche condensada**

**Un bote de leche condensada**  
**4 huevos**  
**Un bote de leche común**  
**4 cucharadas de azúcar**  
**1/2 limón**

En un molde liso (de la forma que se desee) se ponen las cuatro cucharadas de azúcar y el zumo de limón, se acerca al fuego para tostarlo (sin que se quemé) y se acaramela el molde.

En un recipiente se baten los cuatro huevos unos minutos, se agrega el bote de leche condensada, raspadura de limón y a continuación el bote de leche común. Se vierte en el molde preparado (debe estar frío el caramelo), y se pone al baño de María. Cuando el agua

empieza a hervir se cuece cinco minutos; pasados éstos se tapa el molde para que el tocinillo no coja corteza y se mete (al baño María) en el horno fuerte (sin exceso) hasta que esté cuajado. Para comprobarlo se pincha con una aguja, ésta debe salir limpia. Una vez cuajado se deja enfriar en el molde y se vuelca sobre un plato.

## **Tronco**

### **BIZCOCHO**

**5 huevos**

**4 cucharadas de harina**

**5 cucharadas de azúcar**  
**Mantequilla para engrasar**  
**Un papel para el molde**

### **RELLENO**

**200 grs. de almendras**  
**Un tazón de agua**  
**2 cucharadas de coñac**  
**Un tazón de azúcar**  
**2 yemas**

### **COBERTURA**

**1/2 libra de chocolate**  
**2 cucharadas de azúcar**  
**Cucharada de mantequilla**  
**Un pocillo de agua**

### **BAÑO**

**2 cucharadas de azúcar**  
**2 pocillos de agua**  
**Trozo de canela en caña**

Se hace un *bizcocho corriente* (véase

fórmula). Debe utilizarle para este bizcocho un molde alargado. (Se tendrá en cuenta, al ponerle la harina, que son cuatro cucharadas, una menos que huevos para que no rompa al doblarlo). Cuando está cocido se saca del horno, se vuelca sobre un paño, se enrolla rápidamente para darle la forma y se deja enfriar (enrollado en el paño).

Con los ingredientes del relleno se prepara la *crema de almendra* (véase fórmula). Una vez hecha se deja enfriar. Se pone en un cazo al fuego los dos pocillos de agua y las dos cucharadas de azúcar con la canela, se hierve unos minutos.

Cuando el bizcocho está frío se le quita

el paño y se coloca sobre un plato; se rellena con la crema fría y se corta un trozo al biés, éste se coloca al lado del otro pegándolo por la parte que se cortó para formar el tronco; se baña con el almíbar preparado. Se prepara un *baño de chocolate* (véase fórmula) y se cubre el tronco. Se deja reposar unos minutos y antes que se enfríe se pasa por todo un tenedor para formarle la corteza.

Con una clara, una cucharada de azúcar y unas gotas de limón se prepara *merengue* (véase fórmula), se coloca en una manga pastelera con boquilla lisa y se adorna marcando en diversas partes tres puntitos juntos formando un trébol.

Se puede bañar, si no se quiere poner chocolate, con un glaseado de albaricoque.

## **Tronco exprés**

**Una tarrina de margarina**

**3 huevos**

**1/2 litro de leche**

**1/4 kilo de coco**

**200 grs. de azúcar**

**1/4 kilo de galletas, aproximadamente**

**BAÑO**

**1/2 libra de chocolate**

**2 cucharadas de azúcar**

**Un trozo de mantequilla o margarina**



En una fuente se ponen los huevos, la margarina, el azúcar y el coco y se bate bien hasta que quede todo unido.

Se pone a calentar la leche. Cuando esté templada se remojan las galletas (cuidando que no se ablanden demasiado). En un plato se va colocando una capa de galletas en forma alargada para ir formando el tronco. Sobre las galletas se pone una capa de crema, otra de galletas (según se va colocando se va prensando con la mano), otra de crema, y así hasta terminar con galletas. Se mete en la nevera hasta que quede consistente.

Se prepara el *baño de chocolate* (véase

fórmula).

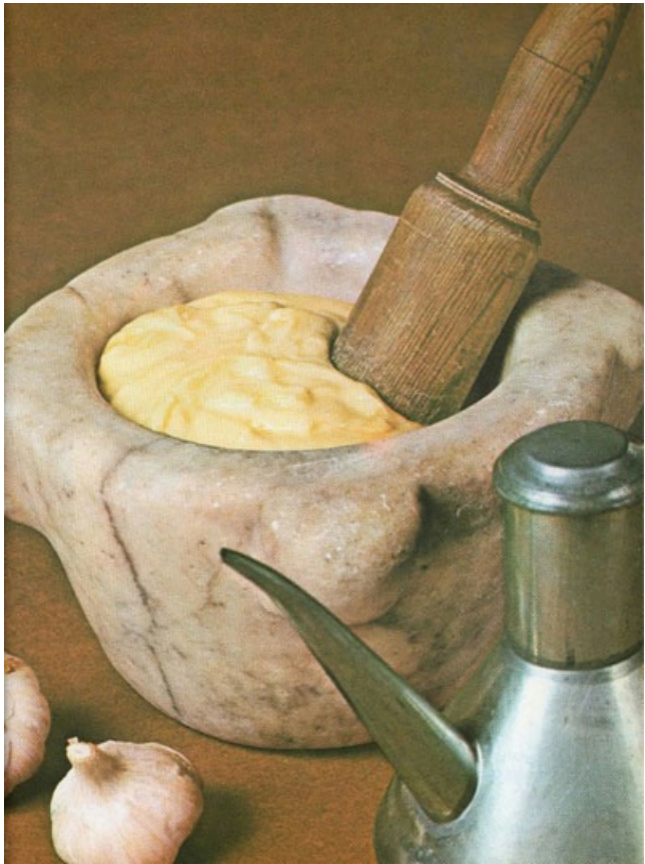
Cuando el tronco está ya un poco duro se baña con el baño de chocolate preparado; se estira con la hoja de un cuchillo, mojándola de vez en cuando en agua caliente para que quede muy fino. Se mete en nevera hasta que endurece.

## **Turrone**

La confección de los turrone es muy sencilla y resultan superiores a los preparados en algunas fábricas, ya que por el coste elevado de la almendra

llevan alguna mezcla en su composición. Adquiriendo la almendra molida se ahorra trabajo, pero resulta mejor con las almendras recién molidas. (En este caso véase *Almendras molidas*). Los ingredientes de los turronec pueden aumentarse o disminuirse proporcionalmente.

Algunos turronec van cubiertos con obleas; esto lo indicará la receta. Como no es fácil conseguirlas en todas partes, puede cubrirse, en este caso, mientras se está secando con un papel blanco que sea fino. Se conservan para que no se sequen envueltos en papel de aluminio.



# **Turrón de frutas**

**1/2 kilo de almendras molidas**

**1/2 kilo de azúcar glas**

**400 grs. de frutas confitadas (ciruelas, cerezas, corteza de naranja, pera, etc.)**

**2 claras (aproximadamente)**

**2 tubos de vainilla**

Se cortan las frutas en trozos.

Sobre la mesa se pone la almendra, el azúcar (se reservarán tres cucharadas para espolvorear) y la vainilla. Se mezcla todo y se va agregando poco a

poco la clara necesaria hasta confeccionar una pasta consistente (las claras se agregarán en pequeña cantidad, con tino, para que el preparado no se ablande demasiado, pues en este caso habría que añadir más almendra y azúcar). Conseguida la pasta se forma con ella una bola, se coloca sobre la mesa, se espolvorea con azúcar (de lo que se reservó) y se aplana con el rollo, espolvoreándolo cuando sea necesario, dándole forma alargada, con un espesor de unos dos centímetros de grueso. Se corta ésta en cuatro partes y se coloca una de ellas sobre una bandeja lisa (puede utilizarse una de cartón) en la que se habrá puesto un papel blanco fino

o un trozo de oblea (si se pone oblea debe ser ésta del tamaño del trozo de turrón). Sobre la pasta se ponen pedazos de frutas confitadas y variadas para que al cortarlo tenga bonita presentación. Una vez colocadas se cubre con la segunda pasta, se vuelven a colocar frutas de la misma manera que las anteriores y se cubre con otra capa de pasta, y así hasta terminar con pasta. Se prensa con las manos, alisándolo bien, y se arreglan los bordes (si hay algún saliente se corta). Se deja reposar cinco o seis días y ya está hecho. No se pone en nevera. A las seis horas aproximadamente de haberlo preparado se envuelve en papel de aluminio para

que se conserve jugoso.

## **Turrón de Jijona**

**Una cucharada de miel**

**300 grs. de almendras tostadas**

**1/2 kilo de azúcar glas**

**200 grs. de avellanas tostadas**

**2 claras**

Una vez tostadas las almendras y las avellanas se muelen.

Sobre la mesa se ponen las almendras, las avellanas molidas y el azúcar glas (reservando tres cucharadas para espolvorear), se mezcla todo y se añade



la miel. Todo esto bien unido se va agregando, poco a poco, la clara necesaria hasta confeccionar una pasta consistente (las claras se agregarán en pequeña cantidad, con tino, para que el preparado no ablande demasiado, pues en este caso habría que añadir más almendra, miel y azúcar). Conseguida la pasta, se forma con ella la barra de turrón, dejándola perfecta, con las manos. Se coloca sobre una bandeja lisa (puede ser de cartón), en la que se habrá puesto un papel blanco fino o un trozo de oblea (si se pone oblea será del mismo tamaño que la barra y se pondrá otra encima también del mismo tamaño). Se deja reposar cinco o seis días y ya

está hecho. No se pone en nevera. A las seis horas aproximadamente de haberlo preparado se envuelve en papel de aluminio para que se conserve más jugoso.

# **Turrón de Guirlache**

**1/2 kilo de almendras**

**1/2 kilo de azúcar corriente**

**Una cucharada de mantequilla**

**Un limón**

**Una cucharadita de canela en polvo**

Pueden  
sustituirse  
las

almendras  
por  
avellanas  
o  
cacahuetes.

Se preparan las almendras para tostarlas (véase *almendras tostadas*). Antes de ponerlas a tostar se cortan en trozos grandes (cada una en dos o tres trozos). Ya tostadas se reservan.

Se pone en un cazo, con esmalte completamente nuevo el azúcar, unas gotas de limón, media cucharadita de ralladura de limón, la canela en polvo y la mantequilla. Se cuece a fuego lento hasta que quede como miel entonces se agregan las almendras. Se mezcla bien y

se extiende, sin perder un instante, sobre el mármol, que estará untado con aceite muy fino; se extiende con el rollo hasta darle el grosor que se quiera y antes de que se enfríe se corta en tiras.

# Turrón de Cádiz

Los  
mismos  
ingredientes  
que  
para  
el  
**Turrón**  
**de**

**Frutas,**  
con  
la  
diferencia  
que  
en  
las  
frutas  
no  
se  
pondrán  
cerezas,  
sólo  
ciruelas,  
higos  
o  
peras.  
Además  
lleva  
yemas  
(tres

aproximadamente).

Se  
puede  
poner,  
sustituyendo  
al  
dulce  
de  
yema  
dura,  
una  
capita  
delgada  
de  
turrón  
de  
yemas  
(véase  
fórmula).

Con la yema y 200 grs. de azúcar se prepara el *dulce de yema dura* (véase fórmula). Las frutas se cortan en trozos. Se confecciona la pasta para el turrón exactamente igual que para el turrón de frutas (véase fórmula). Ya preparada se forma con ella una bola, se coloca sobre la mesa espolvoreada de azúcar glas y se aplana con el rollo hasta dejarla de un espesor de un centímetro, dándole la forma alargada. Se corta en seis tiras y se coloca una de ellas sobre una bandeja preparada como para el *turrón de frutas* (véase). Sobre ésta se pone una capa de yema dura, se cubre con otra de pasta, se pone otra de frutas variadas, otra de

pasta, otra de dulce, y así hasta terminar con pasta. Se prensa con las manos, se alisa bien, se coloca sobre una placa de horno y se pinta todo con yema de huevo. Sin perder tiempo se mete en el horno hasta que tome un color dorado oscuro. Entonces se saca, se deja secar unos cinco días y queda hecho. (No debe ponerse a secar en nevera). Cuando está frío, a las dos horas aproximadamente, se envuelve en papel de aluminio, como los anteriores.

## **Turrón de Alicante**



**150 grs. de azúcar corriente**

**Una clara**

**1/4 kilo de miel**

**1/2 kilo de almendras**

Se preparan las almendras para tostar (véase *almendras tostadas*). Antes de ponerlas al horno se cortan en trozos grandes (cada una en dos o tres), a continuación se meten en el horno y se tuestan ligeramente. Se pone el azúcar al fuego con un pocillo de agua para hacer un almíbar a punto de caramelo (cuidando que no se tueste). Se calienta la miel y una vez deshecha se agrega al almíbar, removiéndolo de prisa fuera del fuego para que no se quemé. Cuando está todo introducido se vuelve a

acercar al fuego y sin dejar de removerlo se le da el punto de lámina (cuando el almíbar cae formando lámina). Conseguido esto se echan las almendras y la clara de huevo batida a punto de nieve. Se trabaja mucho hasta que quede bien unido y se echa en un molde forrado con obleas, poniendo debajo un papel blanco. Se deja endurecer (puede ponerse en nevera), se saca del molde y ya puede utilizarse.

## **Turrón de yema**

**1/2 kilo de almendra molida**

**1/2 kilo de azúcar glas**

**Un tubo de vainilla**

**4 yemas (aproximadamente)**

Se mezcla sobre la mesa la almendra, el azúcar glas (se reservan dos cucharadas para espolvorear) y la vainilla. Cuando está todo bien unido se añaden una a una las yemas (no se pondrán todas a la vez, por si no fueran necesarias, esto depende del tamaño de las yemas). Se amasa hasta confeccionar una pasta consistente (si necesita otra yema más puede ponerse, esto se verá al irlo amasando).

Conseguida la pasta se forma con ella una bola, se coloca sobre la mesa espolvoreada de azúcar glas, se aplana

con el rollo y se forma la barra del tamaño que se quiera (no debe ser muy gruesa). Se pone sobre una bandeja lisa (puede ser de cartón). Se deja reposar cinco o seis días y ya está hecho. No se pone en nevera. A las seis horas aproximadamente de haberlo preparado se envuelve en papel de aluminio para que se conserve más jugoso.

## **Turrón de nieve**

**1/2 kilo de azúcar glas**

**2 tubos de vainilla**

**2 claras**

**350 grs. de almendra**

**150 grs. de coco**

Sobre la mesa se pone la almendra, el coco, la vainilla y el azúcar (se reservan dos cucharadas de azúcar para espolvorear). El resto, véase *Turrón de fruta* (la pasta) y hágase igual.

Conseguida la pasta se forma con ella una bola, se coloca sobre la mesa espolvoreada de azúcar glas, se aplana con el rollo, espolvoreándola cuando sea necesario, y se forma una barra del tamaño que se quiera. (No debe tener mucho grosor). El resto, véase *Turrón y yema*, y hágase igual.

# Turrón de raja- almendra

**600 grs. de almendra molida**

**600 grs. de azúcar glas**

**1/2 libra de chocolate de leche**

**3 huevos**

**2 tubos de vainilla**

**50 grs. de almendras tostadas**

Se pone el chocolate sobre un papel en el horno, para que se ablande; ya blando se saca del horno y se deja enfriar.

Sobre la mesa se mezcla la vainilla, el azúcar glas (reservando tres cucharadas) y la vainilla. Con una de ellas se

confecciona el *Turrón de yema* (véase fórmula). Con las otras dos partes se confecciona la pasta igual que para el *Turrón de fruta* (véase fórmula). Conseguida esta pasta se divide en dos partes. A una de ellas se le agrega, poco a poco, el chocolate blando y frío. Se amasa hasta mezclarlo. Hechas las tres partes se forma con cada una una bola. Se espolvorea la mesa con azúcar glas y se extienden con el rollo, el de yema, dejándolo fino. A continuación se le pasa por debajo un cuchillo de hoja alargada y se separa a un lado. Se vuelve a espolvorear la mesa y se extiende el turrón blanco, dejándolo del mismo tamaño que el anterior. Se le

pasa por debajo el cuchillo y se coloca sobre el de yema. Se hace igual con el de chocolate y se coloca encima. Se envuelve dándole forma de rollo. Se prensa bien con las manos, alisándolo, y se coloca sobre una bandeja lisa (puede ser de cartón, con un papel blanco y fino encima). Se cortan los extremos para dejarlos lisos y de buena forma.

Se pone al fuego un pocillo de azúcar con medio de agua. Se hierve hasta que se consigue un almíbar a punto de hebra y se barniza todo el turrón. Sin perder tiempo se van clavando por encima las almendras tostadas. Se deja reposar cinco o seis días y ya está hecho. No se pone en nevera. A las seis horas



aproximadamente de haberlo preparado se envuelve en papel de aluminio para que se conserve más jugoso.

## **Yemas de San Leandro**

**8 yemas**

**125 grs. de azúcar**

**Un trozo de canela en caña**

**Una cáscara de limón**

**Cápsulas de papel pequeñas,  
especiales para yemas**

Se pone en un cazo el azúcar, siete cucharadas de agua, la canela y el limón. Se acerca al fuego y se deja hervir hasta

que se consigue un almíbar a punto de hebra. Se ponen las yemas en un cazo (éstas deben ser fresquísimas), y cuando el almíbar está en su punto se echa sobre ellas, se remueve con cuchara de madera y se deja cuajar despacio, sin dejar de remover al lado del fuego. Cuando la pasta se desprende del cazo se echa en un plato y se deja enfriar. Bien frío se envuelve en azúcar corriente, haciendo como un cordón grueso. Se corta en pequeñas porciones, se hacen unas bolitas pequeñas y se meten en las cápsulas.

# **Yemas económicas**

**250 grs. de almendras molidas**

**200 grs. de puré de patata**

**250 grs. de azúcar glas**

**Un huevo**

**Vegetal amarillo**

**Azúcar para envolverlas**

**Cápsulas pequeñas, especiales para yemas**

Las patatas, una vez cocidas, se escurren, se ponen a secar en el horno y calientes se pasan por el pasador. Una vez pasadas se pesan doscientos gramos. Se mezcla en un recipiente la almendra, el puré de patata y el azúcar, se bate el huevo, se agregan unas gotas de vegetal

amarillo, se incorpora, se amasa para mezclarlo hasta conseguir una pasta fina, entonces se hacen unas bolas pequeñas y se colocan en una placa, dejándolas secar al aire. Al día siguiente se envuelven en azúcar glas y se meten en cápsulas de papel.

## **Yemas de coco**

**1/2 kilo de azúcar**

**1/2 kilo de coco**

**Una cáscara de limón**

**Un poco de azúcar para envolverlas**

**Cápsulas pequeñas, especiales para yemas**

Se pone en un cazo el azúcar, la cáscara de limón y un pocillo de agua. Se acerca al fuego y se hierve hasta conseguir un almíbar a punto de hebra. Entonces se añade el coco, se hierve un minuto, removiéndolo, a continuación se vuelca sobre el mármol o una fuente y se deja enfriar. Ya frío se hacen bolitas, se envuelven en azúcar y se colocan en las cápsulas.

## **Yemas de coco (otra fórmula)**

**1/4 kilo de coco**

**1/2 kilo de zanahorias**

**1/4 kilo de azúcar**

**Ralladura de limón**

**50 grs. de azúcar glas**

**Cápsulas de papel, especial para yemas**

Se cortan las zanahorias en rodajas y se cuecen hasta que estén tiernas, entonces se escurren bien y se pasan, calientes, por el pasador. (Al empezar a pasarlas se tira el agua que sueltan). Una vez hechas puré se agrega el coco, el azúcar y un poco de ralladura de limón. Se amasa todo, se forman bolitas y se dejan secar; al día siguiente se envuelven en azúcar glas y se meten en cápsulas.

# **Yemas de leche condensada**

**Bote de leche condensada  
200 grs. galletas tostadas  
100 grs. almendras tostadas  
5 grs. de azúcar para espolvorear  
Cápsulas de papel**

Una vez tostadas las almendras se muelen. Se deshacen con el rollo las galletas, se mezclan con las almendras ya molidas y la leche condensada, mezclando con las manos hasta conseguir una masa. Se forman bolitas,

se colocan en una placa y se dejan secar. Al día siguiente se envuelven en azúcar glas y se ponen en las cápsulas.

## **Picatostes**

**6 rebanadas finas de pan duro**

**2 huevos**

**1/4 litro de vino blanco**

**1/4 litro de leche**

**6 cucharadas de azúcar**

**Canela en caña**

**Aceite**

Se ponen a remojar las rebanadas de pan en la leche fría; a continuación se bañan



en huevo batido y se fríen en aceite caliente, hasta que estén doradas.

A medida que se van friendo se colocan en una tartera. Cuando están todas fritas se les pone el azúcar, la canela y el vino blanco, se acercan al fuego y se cuecen unos diez minutos. Se sirven con su jugo.

## **Macedonia de frutas**

Es un compuesto de varias frutas, cortadas y maceradas durante algunas horas con un licor. Se emplean las frutas según el gusto, naranjas, manzanas,

fresas, peras, etc.,

Se les adiciona azúcar, zumo de limón, melocotón en almíbar cortado en trocitos o picado, ambas cosas con su jugo. Los licores empleados dependen del gusto y se mezclan con vinos, champagne o simplemente sidra achampañada, de forma que su conjunto produzca una exquisita armonía en el sabor. Se prepara en un recipiente amplio y se sirve en copas.



Todos los utensilios de cocina expuestos a continuación no son indispensables, pero es conveniente tenerlos para facilitar el trabajo.

- Una mesa de mármol o formica.
- Un pasador de puré.
- Un batidor de huevos.
- Soladores (conviene tener varios de distinto tamaño y uno con agujeros anchos).
- Varillas de alambre muy útiles para hacer cremas y bechamel (indispensables para preparar algunas cremas de helados).
- Rollo de madera para estirar la pasta.
- Cucharas y tenedores de madera. (Conviene tener varias cucharas de madera para no emplear las de los guisos en la repostería).
- Cucharilla especial para ahuecar

patatas.

- Mortero o almirez con su mano.
- Cuchillos grandes, pequeños y medianos bien afilados.
- Un cuchillo de hoja larga de sierra.
- Un machete.
- Fuentes grandes para batir y amasar.
- Máquina de rallar.
- Máquina de picar.
- Una pesa de cocina.
- Varios cazos, de distintos tamaños, de porcelana con el esmalte nuevo.
- Sartenes hondas y planas de varios tamaños y una exclusivamente para tortillas.
- Aguja de mechar.
- Aguja para coser aves y rellenos.

- Un escurridor de verduras.
- Una paellera.
- Medidas graduadas de litro, medio y un cuarto de litro.
- Embudos.
- Un tenedor grande para fritos.
- Tijeras (dos pares, una sólo para pescado).
- Molde especial para nidos de patata.
- Besugueras de varios tamaños.
- Cazuelas refractarias.
- Cazuelas refractarias individuales.
- Espátula de goma.
- Un puchero con colador para recoger el aceite usado de freír.
- Un puchero igual para guisos de carne.
- Otro puchero para aceite de pescado

(deben ser todos distintos para no confundirlos).

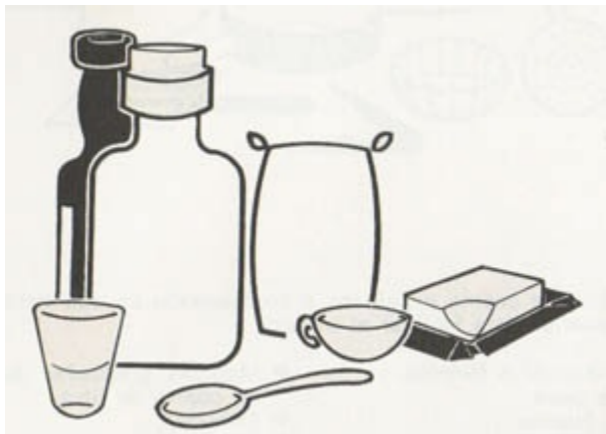
- Una tabla para cortar carne.
- Un molinillo de café.
- Una manga de café.
- Una manga pequeña para colar el caldo de almejas, mejillones, etc.
- Una o dos mangas pasteleras.
- Boquillas rizadas de distintas formas para adornar pasteles y tartas.
- Una boquilla ancha para puré.
- Un abrelatas.
- Un sacacorchos.
- Un cortapastas.
- Uno o más moldes para cortar huevos
- Rallador para cebolla y verduras, para sopa.

- Molde para cortar patatas paja.
- Molde para cortar patatas rizadas.
- Moldes redondos (de distintos tamaños, para cocer bizcochos).
- Moldes alargados (distintos tamaños, para cocer empanadas).
- Placas para horno.
- Moldes individuales para flan.
- Moldes pequeños para tartaletas (pueden aprovecharse para estos moldes los botes que van quedando vacíos de leche condensada, dándoles una altura aproximada de tres centímetros).
- Molde para budín.
- Molde de flan individual.
- Molde para flan de varios huevos.
- Un tarro que cierre bien con pan



rallado.

- Tarros rotulados para guardar pimentón, laurel, manzanilla, etc.
- Uno o más platos de loza, grandes, para tartas.



En casi todas las fórmulas expuestas en este libro se indican las cantidades en

gramos. La equivalencia en estas medidas es la siguiente:

- Para harina, almendra y azúcar, una cucharada equivale a 25 gramos.
- Para coco y café, una cucharada colmada equivale a 25 gramos.
- Una cucharadita de sal equivale a 10 gramos.
- Una cucharadita llena de mantequilla equivale a 25 gramos.
- Un vaso de agua equivale a un cuarto litro.
- Siete cucharadas, un decilitro.



**Acidular:** Poner ácido un líquido o un guiso con limón o vinagre.

**Aderezar:** Preparar un manjar para que tenga buen aspecto y presentación.

**Agitar:** Mover con frecuencia un líquido o salsa.

**Aliñar:** Aderezar, condimentar.

**Aplanar:** Extender una pasta o masa al

grueso que se desee con un rollo de madera, dándole diferentes formas.

**Asar:** Someter un manjar al fuego, generalmente al horno, al asador o a la parrilla, hasta dejarlo bien cocido.

**Bañomaría o baño de María:** Calentar o cocer un manjar colocándolo en un recipiente que no esté en contacto inmediato con el fuego, sino que se pone en otro que se llama el «baño María» y que está lleno de agua, la cual se calienta o se hierve a voluntad.

**Brasear:** Rehogar un trozo de carne, ave, pescado, a fuego lento, mojado con vinos, caldos o salsas y tapar herméticamente, dejándolo en el horno.

**Caldo corto:** Caldo que se prepara para

cozer pescados o mariscos, compuesto de agua con algunas verduras.

**Clarificar:** Es la operación que tiene por objeto hacer límpidas las gelatinas, los jugos, los caldos y la mantequilla.

**Cocer:** Hervir largo tiempo un alimento, ya directamente en el agua, en el caldo o en la salsa, ya al baño de María o al vapor.

**Concentrar:** Aumentar la consistencia de una salsa, líquido, etc., añadiendo ingredientes y restando líquido.

**Condimentar:** Poner al guiso el condimento: sal, especias, etc.

**Costrones:** Detalles hechos con pan de molde, al cuchillo o cortapastas, fritos al aceite o con manteca.

**Cuajar:** Dejar que se espese o solidifique un manjar.

**Deshuesar:** Quitar los huesos a un trozo de carne o a un ave cualquiera.

**Desleír:** Añadir líquido para que no se formen grumos, si se trata de harina o para que no se corten las yemas.

**Desollar:** Quitar la piel a un animal, conejo, cordero, etc.

**Empanar:** Pasar un manjar por huevo batido y por pan rallado.

**Emparedar:** Colocar un manjar (queso, jamón, pepino, carne asada, etc.) entre dos cuadrados o triángulos de pan en forma de emparedado.

**Enharinar:** Envolver en harina pescado

o carne para freír o rehogar.

**Escaldar:** Someter durante unos segundos en agua hirviendo los alimentos, para ablandarlos o mondarlos, quitar las plumas a las aves con más facilidad, etc.

**Escalfar:** Cuajar un manjar en agua hirviendo (generalmente huevos).

**Espolvorear:** Cubrir, en parte, un plato con perejil, miga de pan, queso, huevo rallado, aceitunas picadas, anchoas picadas, etc. (Si se trata de salteados se hace a base de harina).

**Espumar:** Retirar con una espumadera, o con una cuchara, la espuma e impureza que queda sobre un caldo o una salsa, hasta dejarlos completamente limpios

(esta operación debe hacerse siempre que se trate de sopa de cocido, pues de no hacerlo resultaría turbia).

**Estofar:** Guisado en que los componentes de la salsa (cebolla, zanahorias, tomate, perejil, laurel, etc.) se ponen al fuego en crudo. Suele echarse por encima una copita de vino blanco.

**Glasear:** Operación que se realiza principalmente con las frutas y dulces, bañándolos en un líquido azucarado espeso y dejándole secar.

**Gratinar:** Tostar al horno o a la salamandra, por encima, los alimentos preparados con una pasta rallada (suele ser queso y pan) o con una salsa



bechamel, hasta que tome un color dorado.

**Grumos:** Reciben este nombre las bolas que se forman en las sopas, harinas u otras sustancias cuando se cuecen mal o sin revolverlas convenientemente.

**Guarnición:** Todo lo que sirve para guarnecer o adornar los platos. Sirven de guarnición para numerosos platos las setas, las trufas, las salchichas, etc.

**Guisar:** Condimentar al fuego un alimento rehogado que se ha de servir con la salsa en que se ha cocido.

**Hervir:** Llegar a la ebullición un líquido puesto al fuego.

**Macerar:** Poner y dejar un alimento en remojo, bien en agua, vinagre o alcohol.

**Mechar:** Traspasar las carnes con una aguja especial o con la punta de un cuchillo fino para introducir tiras de jamón, pimienta, tocino, trufas, etc., en los agujeros así abiertos.

**Moldear:** Forrar o rellenar un molde para dar la forma requerida a un pastel, manjar.

**Rallar:** Raspar con el rallador o pasar por la máquina de rallar.

**Rebozar:** Enharinar la carne o pescado, o bien empanar y bañar de huevo.

**Reducir:** Dejar cocer un caldo o un líquido cualquiera para que vaya perdiendo volumen por la evaporación y se espese.

**Rehogar:** Dar vueltas sobre fuego vivo, en la sartén o cazuela, a ciertas sustancias para que empiecen a tomar color antes de añadir el caldo o la salsa.

**Rellenar:** Llenar el interior de un ave, pescado, carne o molde, tarta, etc., con distintas clases de rellenos.

**Relleno:** Masa compuesta de carne, legumbres cocidas o crudas, pescado, todo ello finamente trinchado.

**Salar:** Poner la sal a un guiso. Dejar en sal un alimento para conservarlo (tocino, carne, etc.).

**Saltear:** Cocer a buen fuego, sin caldo alguno, alguna cosa, en una sartén que sirve a este fin, haciéndola dar saltitos por medio de movimientos imprecisos

en el mango para que no se pegue el manjar ni se agarre. Esta operación es muy distinta de freír.

**Sazonar:** Condimentar la comida con sal, ajo, perejil, etc.

**Tornear:** Dar con un cuchillo forma de bola, de pera, etc., a las hortalizas que han de servir de adorno o guarniciones. Están en la venta unos cuchillos y aparatitos especiales para moldear, tornear y producir los efectos que se deseen.

**Tostar:** Dorar al horno o con brasas sobre la tapadera hasta dar un color dorado y alguna consistencia a la tapa superior de un manjar.

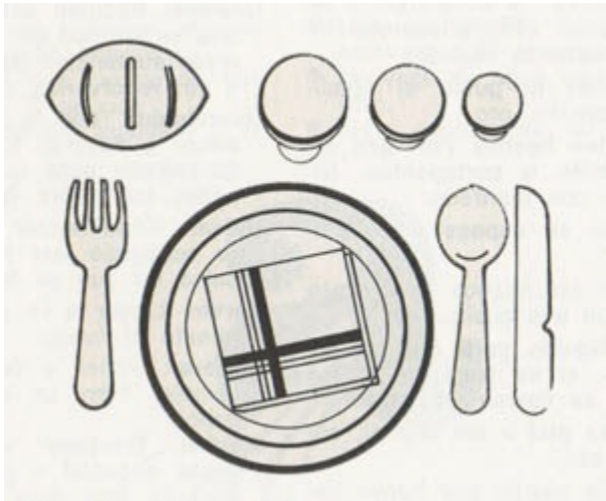
**Trabajar:** Remover durante cierto

tiempo las salsas o las masas y pastas con una cuchara con el fin de hacerlas lisas y trabajarlas bien.

**Trinchar:** Cortar las aves por sus coyunturas y dividir las en trozos, bien para servir las de este modo o para prepararlas antes de guisarlas.

**Zarzuelas:** Guiso de carne o pescado, en el que se mezclan distintas clases de los mismos.

**Zumos:** Líquido que se extrae del limón, naranja, etc.



El ama de casa debe conceder una importancia extraordinaria al diario acto de la vida familiar, la comida. En ella se pone a prueba su buen sentido y gusto. La confección de un menú, su buena presentación, el adorno de la mesa, la

mantelería, las flores; todo cuanto contribuye al encanto de la vista y la alegría de los sentidos decora esa gran escena. La mesa debe ponerse esmeradamente a diario, pues una comida bien presentada y servida con esmero tiene más aliciente y un encanto especial.

Antes de colocar la mantelería que se haya elegido, se cubrirá la mesa con un muletón grueso cortado a la medida para evitar el ruido de platos y cubiertos y para preservar el barniz o la cera del calor que pudiera desprenderse de fuentes y platos; sobre esto es conveniente colocar un plástico para

evitar que llegue al muletón cualquier líquido que pudiera derramarse sobre la mesa. Encima se extiende el mantel, muy limpio y perfectamente planchado, dando aspecto de nuevo, cayendo sus puntas por igual hacia media altura de la mesa.

La mantelería ha de elegirse de acuerdo con la categoría de la comida. Ésta no debe estar recargada de bordados. Actualmente, el lujo de la mantelería reside en la calidad de la tela y el primor del sencillo bordado que debe adornarla.

Para una comida de etiqueta o un banquete, la mantelería habrá de ser, invariablemente, blanca. Cuando el



mantel se adorna con calados o encajes muy transparentes se coloca entre éste y el plástico un forro de tela, que puede ser de color, siempre que su tono sea muy suave, quedando así resaltado el adorno de la mantelería.

Cuando se trate de almuerzos íntimos, comidas de mucha confianza, las mantelerías podrán ser de color o con bordados de colores vivos.

El adorno de la mesa tiene que ser sencillo y de buen gusto. Nada de palilleros. Los centros de flores (si se ponen) se harán muy bajos, a fin de que no estorbe la visibilidad e intimidad de una conversación entablada de lado a

lado de la mesa.

El número de cubiertos debe ponerse en relación al tamaño de la mesa, teniendo en cuenta que cada comensal requiere un espacio de 60 centímetros. Se ponen dos platos por cubierto, colocados a tres o cuatro centímetros del borde de la mesa. Primero uno llano y sobre éste el de sopa; encima de éste se coloca un platillo para los entremeses, si es que los hay; al lado de cada plato se colocan los cubiertos en orden a su utilización, más alejados al plato los que van a usarse en primer lugar. A la derecha, la cuchara de sopa y un cuchillo; a la izquierda, un tenedor nada más (para

evitar aglomeración de cubiertos en la mesa se presenta el resto con cada uno de los platos, al cambiarlo).

Los vasos se colocan enfrente al comensal, de izquierda a derecha, tantos como vinos se vayan a servir, empezando por el vaso de agua; en el lado izquierdo se pondrá un platillo de cristal o juego de la vajilla para el panecillo (éste sin papel).

La servilleta sencillamente doblada sobre el plato. Sobre ésta se pone la tarjeta del menú (si la comida lo requiere).

El pan y el agua no se sirven hasta el momento de comer.

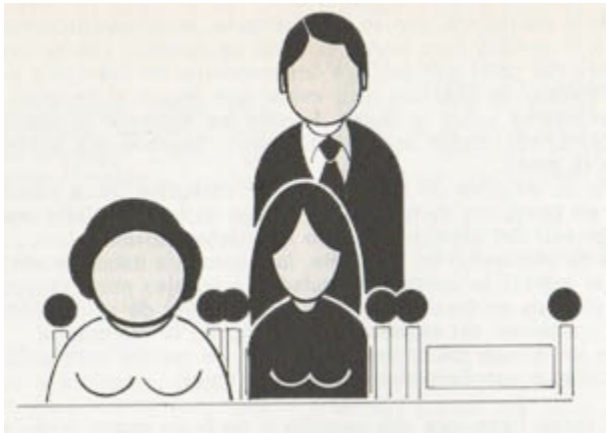
Los platos se cambiarán uno por uno; es de muy mal gusto quitar todos los platos sucios, colocando luego todos los limpios a la vez.

El que sirve la mesa debe estar pendiente de los comensales para retirarles el plato usado y ponerles otro limpio. Llevará en la mano derecha un solo plato, en el que habrá colocado el cubierto correspondiente al manjar. Se colocará detrás del comensal y a la vez retirará con la mano izquierda el plato sucio y colocará con la derecha el plato limpio. Cada comensal dejará en el plato sucio los cubiertos, colocados juntos y derechos. Los platos de

recambio deben tenerse preparados de antemano con sus cubiertos.

Las fuentes se presentan al comensal por la izquierda; éstas llevarán los cubiertos respectivos, siendo, por lo tanto, un tenedor grande y una cuchara sopera, a excepción del pescado, que tiene cubierto especial.

En los banquetes y comidas por la noche no se sirve queso. Los platos deben llevarse a la mesa trinchados.



Primero se sientan a la mesa las señoras de más edad, después las jóvenes y por último los caballeros.

Se coloca una señora y un caballero, alternando; a los lados del dueño de la casa, las señoras de más categoría, y al lado de la señora de la casa los

caballeros principales.



Éste debe hacerse sin ruidos de platos y mucha rapidez.

Se sirve primero a la señora de más categoría, que estará sentada a la derecha del dueño de la casa. Se sigue

luego a la sentada a la izquierda y sucesivamente todas las señoras, luego todos los caballeros y el último el dueño de la casa.

Si sólo hay invitados varones, se sirve a la señora de la casa la primera.

La dueña de la casa es la primera en sentarse y la primera en desplegar la servilleta y empezar a comer. En lo que uno no debe demorarse.

Los vinos, agua y licores se sirven por la derecha.

Para los vinos se coge la botella bastante arriba, colocando el índice sobre el cuello de la misma.



Los entremeses se sirven en fuentes especiales o en platos individuales.

Las carnes, aves, etc., no deben trincharse en la mesa, deben presentarse ya trinchadas y bien colocadas.

Las ensaladas se sirven cortadas en pedazos pequeños.

Las carnes guisadas, aves asadas, etc., se sirven con poca sal; el resto se sirve en salsera.

Antes de servir los postres se retiran las sobras y se quitan las migas de pan con un paño.

El café se servirá al final de la mesa o en otra habitación en mesitas adecuadas.



## **EL ORDEN DE UN ALMUERZO ES:**

1°. Entremeses o aperitivos.

2°. Consomé, caldos, sopas, macarrones, paella, legumbres, etc.

3°. Huevos (se sirven en fuente redonda), tortilla francesa (se sirve en

fuente alargada).

4°. Pescados. (Se sirven en fuentes alargadas o en plato refractario, un plato cubierto con servilleta).

5°. Fritos.

6°. Carnes, caza o aves con salsa o guisados. (Si son piezas pequeñas se sirven en fuente redonda y si son grandes en fuente alargada. En salsera aparte se sirve la salsa).

7°. Carnes asadas o a la parrilla.

8°. Ensaladas.

9°. Pasteles o dulces en fuente o bandeja de la forma que se desee.

10°. Quesos.

11°. Frutas.

12°. Café, licores.

## **COMIDA:**

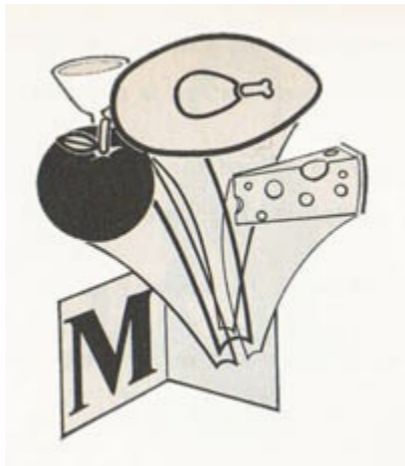
1°. Sopas, caldos o potajes.

2°. Fritos de sesos, pescados, croquetas, empanadillas, etc.

3°. Asados de carne.

4°. Quesos, postres caseros.

5°. Frutas.



## **PARA UN BAUTIZO:**

- Canapés, sandwichs y pastelillos.
- Bizcochos, mantecadas finas, pastas, etcétera.
- Embutidos, fiambres, jamones.
- Repostería.

- Café o té.
- Cigarros.
- Coñac, champán, jerez, madeira, etc.

## **PARA COMUNIÓN:**

- Chocolate, café o té.
- Medias noches, suizos, troncos, croissant, bollos.
- Tostadas con mantequilla, mermelada, miel.
- Sandwichs.
- Emparedados, pastelillos rellenos.
- Tarta, helados.
- Jerez, madeira, solera, etc.

## **PARA UN VINO ESPAÑOL:**

- Sandwichs, emparedados.
- Pastelillos, patatas fritas, foie-gras, canapés, tartaletas, medias lunas, almendras, avellanas, aceitunas, embutidos finos, jamones.
- Pastas, pasteles finos, chantilly, bombones, helados, café o té.
- Vinos de Oporto, cocktail, jerez, manzanilla, etc.

## **PARA UN LUNCH:**

- Consomé, sandwichs, emparedados, medias noches, pastelillos rellenos, fiambres, jamón, huevos helados, solomillo, pollo, gelatina, ensalada, ensaimadas rellenas, flanes, tocinillos, pastas finas, tarta, pasteles.

- Frutas, café o té o chocolate con crema o chantilly.
- Cigarros.
- Champán, vinos amontillados, vinos dulces, manzanilla, etc.
- El almuerzo se sirve a mediodía, según moda del extranjero; es nuestra comida.
- La comida se sirve al atardecer o noche; en España, llamamos cena.
- Ya hemos dicho que en esta comida no se sirven entremeses ni quesos, aunque si no es muy tarde se suelen poner quesos.





Los fritos y asados a la cazuela se sirven escurridos de grasas, en fuentes de metal o de loza.

Los asados al horno se sirven en el mismo recipiente donde se hicieron, pero muy limpio.

Potajes y guisados, en fuentes hondas.

Los estofados, en fuentes planas.

Las frutas, en cestos de mimbre, con tapete blanco, en fruteros, etc.

Las mermeladas se sirven en compoteras de cristal.

Los quesos, en bandejas de madera, con cristal encima, o bandejitas con tapete.

Los postres de cocina, en platos redondos, apropiados.

Los pasteles, en bandeja.

El pan, en platillos individuales o cortado, en la cestita con tapete y tenedor o en paneras de plata.



## **PARA LOS ENTREMESES:**

- Se sirven blancos, corrientes, vermouth, Rioja, Valdepeñas, etc.

## **PARA LAS SOPAS:**

- Jerez, Madeira o vinos amargos.

## **PARA PESCADOS Y FRITOS:**

- Vinos blancos de primera clase.

## **PARA HUEVOS:**

- Vinos como en los entremeses.

## **PARA CARNES: AVES, CAZA, ASADOS:**

- Vinos tintos de Borgoña, Valdepeñas a la temperatura de la salsa.

## **PARA POSTRES DE COCINA:**

- Champaña seco o dulce.

## **CON LOS DULCES:**

- Vinos de Oporto, Málaga, etc.

## **CON EL CAFÉ:**

- Licores, anís, coñac, Cointreau, Benedictine. El champagne, como todos los vinos espumosos, se servirá helado.
- Los vinos de marca se sirven en sus botellas de origen, y siendo mixtos, añejas, se posan con cuidado en botellas o garrafas de cristal a juego con las copas o vasos.

## **NOTA**

Las recetas están calculadas para seis personas, aproximadamente.



MARÍA LUISA GARCÍA SÁNCHEZ, nació en Figaredo (Mieres), cocinera y experta en gastronomía, cursó estudios en la Escuela de Especialidades Julio Ruiz de Alda, de Madrid.

Impartió cursos de cocina en casi toda Asturias, así como por Centros

Asturianos de todo el mundo.

Durante la visita de Juan Pablo II a Covadonga, el arzobispado de Oviedo le encomendó la preparación de las comidas de su Santidad y todo sus acompañantes.

Conocida por sus publicaciones culinarias: *El arte de Cocinar*, *Platos típicos de Asturias* y *El arte de la Repostería*; podría presentarse a esta asturiana con la definición de José María Alfaro: «Un gastrónomo es el hombre que ha convertido la necesidad de alimentarse en el arte entre pantagruélico y sutil, de la cocina y de la mesa. La gastronomía se nos presenta



pues, como un paradigma de la creación cultural. Elevar el apetito primario a maestría civilizada. En cierto modo, una operación contigua a la del amor».

Colaboró también en *El libro de oro de la cocina española*, revistas y programas de radio.

Entre sus numerosos galardones figuran el Urogallo del Centro Asturiano de Madrid o la Insignia de Oro de la Hostelería de Asturias.

María Luisa García Sánchez falleció en Avilés el 17 de febrero de 2011.