

**Las
recetas
de la
abuela
2^a edición**

"Es tan grave ofensa a la esencia de este mundo el no preocuparse del hambre ajena como de la propia. "

Ventrilocuo hambriento del siglo XX,
mendicante algunas veces, de gran apetito...

En agradecimiento a la abuela Caita y a Antonia, de todos sus nietos bien alimentados y que lo esperan seguir siendo, gracias en parte a este libro que fue mecanografiado por la Peque y maquettato e ilustrado por un humilde, hambriento y sediento servidor.

Pau Mik

pau mik
www.paumik.es

EDICIÓN DE VÍDEO
ESCENOGRAFÍA, 3D
ARTES GRÁFICAS, PINTURA



donaciones Paypal usuario: paumik6@gmail.com

Índice

Ensaladas.....	5
Canapes.....	17
Arroces.....	26
Pasta.....	31
Sopas y cremas	36
Potajes y legumbres.....	43
Patatas y verduras.....	46
Huevos, tortillas y souffles.....	61
Salsas.....	68
Pescados.....	73
Carnes.....	94
Consejos.....	115
Helados, cocktails y refrescos.....	116



ENSALADA DE ENDIBIAS

Preparar las endibias vaciando el pie para sacar un poco el gusto amargo. Lavarlas y dejarlas escurrir. Preparar una salsa vinagreta con ajo picado, pimienta, sal, azúcar, mostaza, aceite y zumo de limón. Deshacer las hojas de la endibia y cortarlas a rodajas. Añadir la salsa vinagreta y mezclarla bien. Adornarla con huevo duro y tomate.

ENSALADA DE ESPINACAS

Espinacas frescas cortadas tipo juliana, bastante bacon cortado a trocitos, pedacitos de aguacate rociados con limón para que no se ennegrezcan, aliñarlo con aceite y vinagre.

ENSALADA DE REPOLLO

Repollo y carlota cortado juliana, piña en almíbar troceada (medio bote) unas cucharadas de vinagreta, otras de mahonesa aclarada con un poco de almibar y adornarla con nueces.

ENSALADA DE PECHUGA

Pechuga cocida o asada, troceada pequeña, lechuga cortada juliana, gambitas, manzana a cuadritos, un poco de piña en almíbar y aliñarla con salsa mahonesa coloreada con ketchup y adornarla con aceitunas negras.

ENSALADA DE QUESO

Abrir las hojas y bañarlas con queso danés, mantequilla y aclararlo con un poco de nata líquida.

Cortada la endibia o escarola tipo juliana, trocitos de queso la vaca que ríe, de manzana a cuadritos y aliñarla con salsa mahonesa.

ENSALADA DE MAIZ

Maíz, guisantes, pasas de corinto, pimienta roja, queso, dos manzanas, salsa mahonesa y sal. Cortar a trocitos y mezclar con los guisantes y el maíz cocidos, regar con la salsa y adornar con tiritas de pimiento.

ENSALADA CAMPERA

4 patatas, 4 puerros, un corazón de lechuga, 3 huevos cocidos, un puñado de aceitunas sin hueso, 1 cebolla grande, 1/4 vasito de vino de vinagre, 1/2 de aceite de oliva y sal. Cortar a ruedas las patatas y puerros cocidos finamente cortados. Cortar la lechuga tipo juliana y muy fina la cebolla, mezclar todo y aliñar con el aceite, vinagre, 1/2 vasito de vino fino y sal. Adornar con los huevos y aceitunas. el aliño batirlo.

ENSALADA DE COLIFLOR

Una coliflor, 2 huevos cocidos, 200 grs. de pasas de corinto, un puñado de nueces, 150 grs. de queso de Parma rallado, 250

grs. de yemas de espárragos, 1 bol de mahonesa avinagrada, perejil picado. Cocer la coliflor con una miga de pan mojado en vinagre para que no huela, escurrirla y dejar enfriar. Cocer 10 minutos las pasas con agua y un chorrito de jerez, escurrirlas y dejar que se enfríen. Cortar la coliflor a ramitas, mezclar las pasas, queso, nueces y mahonesa. Aliñar con esto la col y adornar con espárragos y huevos rallados.

ENSALADA DE ARENQUE

Picar cebolla, carlota rallada, remolacha a cuadritos, arenques o anchoas. Aliñar con aceite, zumo de limón y 1/2 bote de leche Ideal. Arreglarlo 4 horas antes de servir.

ESCAROLA AL ROCHEFORT

Poner en un cuenco 25 grs. de Rochefort, un decilitro de aceite de oliva, un diente de ajo, sal, pimienta blanca molida, unas cucharadas de vinagre de jerez, batir formando emulsión, aliñar con ésto la escarola formando un bonito ramo y ponerla en ensaladera. Como base carlota rallada y adornarla con cebolletas en vinagre.

COLIFLOR AL MINUTO

Pasar por el molinillo fino la pella de una coliflor pequeña cruda, lavada previamente y escurrida. Disponer en una rabanera y rociarla inmediatamente con zumo de limón. En el

último momento sazonar con sal, pimienta y aceite de oliva. Recubrir con ruedas de huevo cocido y espolvorear con perejil.

COL ROJA CON NUECES

Partir por mitad una col roja de 800 grs., lavar y cortar tipo juliana. pasar a una terrina y espolvorear con sal gruesa y dejar en maceración dos horas. Lavar, escurrir, sazonar con una buena vinagreta, mezclar y adornar con 50 grs. de nueces. Servir muy frío.

ENSALADA ASADA

Dos berenjenas, 1/2 kg de tomates, 4 cebollas medianas, 1 manojo de ajos tiernos, 2 pimientos verdes, 1

pimiento rojo, 4 ajos secos, aceite, limón y sal.

En rustidera poner primero la cebolla y un poco después las berenjenas, los tomates, los ajos tiernos, los pimientos verdes y los rojos. Embadurnar con una pluma por encima con aceite, y meter al horno unos 90 minutos. Dejar enfriar un poco y pelarlo todo quitando las semillas. Trocear, mezclar y aliñar con el aceite, zumo de limón y filetear los ajos secos y sal.

ENSALADA WALDORF

Dos manzanas, 1 lechuga, 1 apio, 100 grs. de nueces, 1 limón, 2 cucharadas de nata y 4 de mahonesa. Mezclar la nata con la mahonesa y una

cucharada de zumo de limón. Pelar las manzanas y cortarlas a dedos y los tallos del apio mezclar con las nueces y cubrir con la salsa.

ENSALADA DE KIWI

Media lechuga, 3 tomates de ensalada, 1 manojo de rábanos, 2 kiwis pelados cortados a rodajas, 1/2 lombarda pequeña, 1 limón, aceite de oliva, sal y mostaza. Cortar tipo juliana la lechuga y la lombarda a rodajas, los rábanos y los kiwis, los tomates troceados finos. Batir el aceite el zumo de limón y una cucharadita de mostaza, sal y aliñar.

CANUTILLOS DE YORK

Enrollar lonchas de jamón untadas con mantequilla y en las puntas huevo hilado

ENSALADA DE COL MORADA

Una col morada, un repollo blanco. cortarlo juliana sin mezclar y tenerlo dos horas a remojo. Batir aceite, zumo de limón, salsa Perry, agregar un yogur natural, mezclar bien. Mezclar la mitad de cada col y la otra mitad sin mezclar. Aliñarlas y arreglarlas para que queden según gusten alternando los colores. Servir muy frío.

CHOUCROUT

Hervir la col, escurrirla, picarla y adobarla con un moje de ajos picados con bastante perejil, pimienta blanca aceite y vinagre.

ENSALADA DE ARROZ

1/4 de gambas, 3 tomates, 3 pimientos rojos, 1 cebolla, 1 lata de anchoas, 1 huevo cocido, 1 lata de atún en aceite, 1/4 de arroz (cocido) todo troceado pequeño, aliñar con aceite vinagre y sal batido y adornar con aceitunas y tiritas de pimiento rojo.

ENSALADA DE REMOLACHA

Un kg de remolacha cocida, 2 manzanas reinetas, 1 cebolla, 100 grs. de nata líquida, 1 vasito de aceite de oliva, 1/2 vasito de vinagre, 80 grs. de nueces y un pellizco de sal. Cortar la remolacha a rodajas finas, lo mismo la cebolla, trocear las nueces, cortar las manzanas a cuadritos, mezclar, aliñar y por último regar con la nata.

ENSALADA ITALIANA

1 kg de zanahorias, 300 grs. de queso de Parma rallado, 4 ajos, 2 cucharadas de vinagre y 10 de aceite, sal y pimienta blanca. Rallar las zana-

horias, añadir los ajos picados con 2 cucharadas de albahaca, aliñar con el aceite y vinagre batidos y remover.

ENSALADA TUNANTA

1 kg. de patatas, 200 grs. de York, 300 grs de champiñones frescos, 2 tomates maduros pero duros, 6 cucharadas de aceite, 4 de vinagre y 4 de vino fino, 2 cucharaditas de mostaza y zumo de limón. Pelar los tomates, cocer las patatas y frías cortarlas a rodajas de 1 cm. de gruesas. Lavar los champiñones y filetearlos, rociarlos con limón para que no se ennegrezcan, trocear los tomates y el jamón. Mezclar y aliñar con el aceite y vinagre batidos con la mostaza.

ENSALADA BODEGON

Tomate pelado y troceado, cebollitas, jamón a daditos, pimiento rojo, apio, pepinillos, lengua escarlata troceada, carlota rallada, aceitunas sin hueso y huevo duro a rueditas y remolacha lo mismo. Aliñarlo con mahonesa.

ENSALADA FINLANDESA

4 patatas cocidas, 4 manzanas ácidas asadas, 2 arenques 1 pepinillo en vinagre, 75 grs de mahonesa y 1 huevo cocido. Cortarlo todo a trocitos y mezclarlo con la mahonesa.

ENSALADA DE PATATAS

Cocer sin pelar las patatas, cuando estén quitarles el agua y volverlas al fuego que acaben de secarse. Ya frías cortarlas a láminas finísimas y ponerlas en ensaladera alternando con cebolla rallada adobada con aceite vinagre y un poco de zumo de limón, un poquitín de agua, sal, pimienta blanca y un poco de azúcar. Si gusta un poco de bacon.

ENSALADA TROPICAL

Un repollo blanco y prieto, 1 piña natural 1 kg aprox o bien de bote, 200 grs de pasas de corinto, 200 grs de nueces peladas. Cortar el repollo juliana y ponerlo a remojo por 2

horas. Cocer las pasas con agua y un poquito de jerez durante unos diez minutos. Trocear la piña, mezclarla con el repollo bien escurrido, las pasas y las nueces. aliñar con mahonesa aclarada con el zumo de piña si es natural, y si no con un poco del almíbar, adornarlo con una raja de piña en medio y las nueces. Tenerlo dos horas por lo menos en la nevera.

ENSALADILLA DE HUEVAS DE ATUN

Hervir 1/4 de huevas unos 8 minutos, pasarlas por agua fría, escurrir y enfriar. Pelarlas y cortarlas a rajitas. cortar pequeño tomates, cebolla, pimiento verde y pepino. aliñar con aceite vinagre y sal.

Mezclar y añadir las huevas. Servir bien frío.

COCKTAIL DE MARISCO

Manzanas espedriegas cortadas a cuadritos, gambas o langosta o cangrejo japonés (lata) cortado fino, lechuga cortadita juliana, todo mezclado y revuelto con salsa mahonesa. Sazonada con mostaza, vinagre Ketchup para darle color y aclararla con crema de leche. Debe estar fuertecita. Servir muy frío

ENSALADA CAROLINA

Apio, carlota cortada juliana, maíz, lechuga, rajitas de palmito, trocitos de nuez y hojitas de endibias. Poner la lechuga en

el fondo y luego todo a grupos menos los palmitos y nueces y endibias

ENSALADA MARINERA CON SALSA DE HIERBAS

Medio kg.de gambas, 300 grs. de tronquitos de mar, 1 lata de espárragos, 1 limón. cocer y dejar enfriar las gambas con agua y sal, arreglar en fuente de espárragos y tronquitos en el centro el medio limón y en salsera servir la siguiente salsa: 1/4 L. de mahonesa, 2 cucharas de jerez, 4 de nata líquida, unas gotas de zumo de limón, hierbas aromáticas a gusto y por último una clara de huevo montada a nieve.

ENSALADA DE ENDIBIAS

Cortar a cuadritos 3 manzanas, mezclarlas con 300 grs, de nueces peladas y regarlas con la salsa hecha con 100 grs de queso Rochefort batido con 2 cucharadas de aceite de oliva otras 2 de Brandy y antes rodear con las hojas de endibia los taquitos.

ENSALADA DE PASTA Y SALMÓN AHUMADO

Trescientos Grs de caracolillos , 100 grs. de salmón ahumado, una lechuga, alcaparras, 2 huevos cocidos.

Hervir la pasta, pasarla por agua fría y escurrir, cortar la lechuga en juliana y colocarla en fuente. encima la pasta mezclada con el salmón cortado a tiritas. Decorar con los huevos y alcaparras.

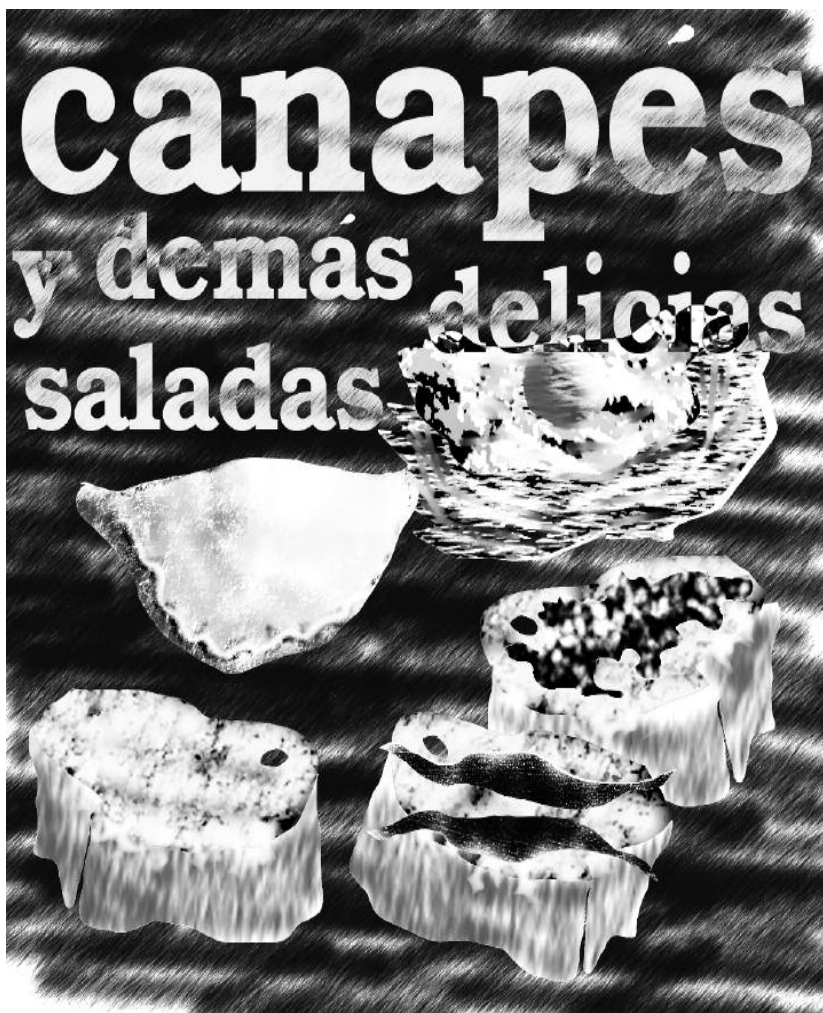
Salsa: Batir 8 cucharadas de aceite de oliva con 2 cucharadas de vinagre de jerez, 1 cucharadita de mostaza, 2 cucharadas de leche y sal y verter esta salsa por encima.

ENSALADILLA AGAZZI

Finamente cortado y mezclado con mahonesa, tomates, pimientos, carlotas, apio, cebolletas y pepinillos en vinagre, trocitos de jamón, lengua escarlata, huevo cocido y aceitunas.

GAZPACHO ANDALUZ

Remojar un migón de pan en vinagre y un poco de agua, pasar por turmix 6 tomates maduros, media cebolla, un trocito de pepino, sal, medio pimientito verde, un ajo y el pan. Batirlo, colarlo, volverlo al turmix, añadir el aceite de oliva, probarlo de sal y vinagre y meterlo en la nevera. Servir muy frío y con unos platitos con pimientito, cebolla, pepino, tomate, cuadritos de pan y huevos cocidos.



COCS

Pasta de pan. Se le echa un chorro de aceite y se trabaja hasta que brille. Dejar reposar y formar una torta de 1 cm. de grueso. Clavar los dedos sin agujerear la pasta y formar borde. Rellenarla con frito de pimiento y tomate, piñones y atún y meterla al horno.

ROSQUITAS DE ANCHOA

Una medida de agua dos de aceite y harina la que admita. Amasar, alisar muy fino y arrollar cada filete de anchoa (de cada anchoa sacar dos filetes) pintar con huevo y meter al horno.

PERLAS NEGRAS

Doscientos grs de foie-gras, 70 grs. de mantequilla, 3 trufas, 2 cucharadas de jerez o Madeira. Batir todo, excepto la trufa. Ayudado de un papel hacer un cilindro del grueso de un dedo y meter en la nevera que se endurezca. Hacer un picadillo con la trufa, extenderla en un plato, Entonces sacar el rulo del foie-gras, cortarlo del tamaño de avellanas y rebozarlo con el picadillo de la trufa y volver a la nevera. Servir muy frío.

EMPAREDADOS AGRIDULCES

Pan de molde embadurnado con foie-gras y decorarlo con jalea ácida.

Galletas cracker untadas con mantequilla, poner una lonchita de jamón York, espolvorear con azúcar y quemarla con la paleta.

CHIMITOS

Panecillos pequeños, cortar la punta y vaciar la miga con cuidado. Rellenar a gusto pero el relleno frío, pasarlos por leche un rato antes de freir ponerles la puntita pasándola por huevo batido para que se pegue y freirlos con abundante aceite. Dejarlos sobre el papel absorbente.

ROLLS MUPS

Sardinas saladas remojadas por 24 horas en leche. Se les quita la cabeza y espina partiéndolas en dos a lo largo. Se arrolla sobre un pepinillo

en vinagre, clavándole un palillo para que no se abra. En recipiente de cristal se colocan los rulitos alternando con cebolla cortada a tiritas muy finas, granos de pimienta, laurel y se cubre con vinagre. Dejarlo en este adobo por tres días.

CANAPE ANTILLANO

Pan con mantequilla, una loncha de York, una lámina de queso y otra de piña. Meter al horno. alternar el pan.

CANAPES DE SALMÓN

Pan de molde untado de mantequilla, colocar una lámina de salmón, picar finísima cebolla y perejil, extender por enci-

ma. Cortar al bies el pan para servir.

PASTA PARA BARQUILLOS

Dos cucharadas de aceite, 2 cucharadas de vino blanco, 3 de agua, sal, unas gotas de vinagre y harina (de 6 a 8 cucharadas). Trabajar bastante hasta que pasando el rodillo se formen burbujas. Se forran los moldes de barquillo y se fríen. Luego se rellenan a gusto pero que el relleno esté frío.

La pasta sirve para pastelillos. Para ello cortar redondeles iguales, se rellenan y se doblan apretando los bordes para que no se abran.

BUÑUELOS DE SESO

Cocerlos quitando el telillo con agua y sal; cortarlos a pedacitos y rebozarlos con una pasta hecha con dos huevos, batidas las claras a nieve, una cucharada de harina desleída con una pizca de leche y una punta de Royal o bicarbonato. Con una cucharada coger un pedacito de seso pasarlo por la pasta y freírlo.

CANAPES DE QUESO

Mezclar por partes iguales queso Rochefort y mantequilla, untar con esto las rebanaditas de pan alemán y encima adornar con una nuez o con una bolita de fram-buesa.

TOSTAS DE SALMON

Para seis tostadas, 3 huevos, 3 cucharadas pequeñas de leche, 3 porciones de queso el caserío, 6 rebanadas de pan de molde, 6 lonchas de salmón ahumado. Quitar la corteza al pan, untar solo un lado de mantequilla y tostar ligeramente al horno. Con los tres huevos batidos, la leche, las tres porciones de queso y un poco de perejil picado. Hacer una crema que tenga la consistencia de una mahonesa. Hacerla al baño de María para que resulte fina. Hay que tener en cuenta que se espesa al enfriar. Colocar esta crema sobre la tostada y encima la loncha de salmón.

TORTITAS DE SOBRASADA

Hervir patatas sin pelar, pelar y pasar por el chino, amasarlas con un huevo, formar bolitas y meterle al medio una pizca de sobrasada que quede cubierta con la patata, pasarlas por huevo y pan rallado, freírlas.

SOBRASADITAS

En trocitos de pan untado con mantequilla poner un poco de sobrasada mallorquina, encima una gota de miel y meterlas al horno.

ACEITUNAS CON CAPA

Aceitunas negras sin hueso, se les arrolla una loncha de bacon, se le cla-

va un palillo y se meten al horno.

Lo mismo con salchichas de Franckfurt

Igual con dátiles deshuesados y en su sitio un pedacito de nuez.

CIRUELAS FRITAS

Una ciruela claudia seca, escaldarla y abrirla, quitar el hueso en su lugar ponerle un trocito de salchichón, cerrar pasar por harina y freir.

CANAPES DE HUEVAS DE ATUN

Rebanadas de pan untadas de mantequilla y cubiertas de huevas de atún ralladas.

FRITO DE BIZCOCHO

Dos claras a nieve, agregar las yemas, una cucharada de harina, sal, trabajar y sobre lata de horno extender y meter al horno suave. Volcar este bizcocho ya frío sobre una servilleta y cubrir con bechamel también fría y se va arrollando con ayuda de la servilleta, quedando como un brazo de gitano. Se puede servir entero con una salsa de tomate en caliente o se corta en rajadas de 2 cm. de grueso, rebozar y freír.

BUÑUELOS DE BACALAO

Pasar por turmix el bacalao remojado y escurrirlo junto a una patata grande cocida, 2 yemas y

1 clara. hacer unas bolitas, rebozarlas con la clara y freírlas.

FONDU DE QUESO

Frotar la cazuela con un ajo, cortar finamente, 125 grs. de queso Gruyère por ración. Se cubren las raspaduras con vino blanco seco y se pone a fuego lento removiendo sin cesar con cuchara de palo. Sazonar con pimienta blanca, un polvo de nuez moscada y cuando esté dos cucharadas de Kirsch. si queda un poco claro espesar con maicena. Se va mojando trocitos de pan tostado ensartados en los palitos largos del cacharro de la fondue.

HUEVOS PACUNIO

Cocer huevos, cortarlos a ruedas y cubrirlos con la siguiente salsa: una yema cocida desleírla en 1/2 taza de aceite y añadir poco a poco una cucharada de mostaza y un picadillo de pepinillos en vinagre y unas alcaparras. Adornar con trocitos de clara de huevo que se quitó a la yema.

PASTA QUEBRADA

Medida para 12 tartaletas

200 grs. de harina, 100 grs de mantequilla 1 yema 2 o 3 cucharadas de leche, una pizca de sal. Trabajar poco, reposar una hora envuelta en un trapo húmedo, formar,

pinchar, ponerle unas alubias para que no hinche y a horno suave.

PASTELITOS DE

SOBRASADA

La misma medida de zumo de naranja que de aceite, un poco de azúcar y harina la que admita. Amasar alisar y cortarla a redondeles iguales, en cada uno poner una bolita de sobrasada, doblar, pintar con huevo y al horno.

EMPAREDADOS

Rebanadas de pan cortadas iguales, embadurnadas con un poco de mantequilla, rellenar con lonchitas de jamón o bechamel de pescado o con foie-gras.

Pasar los bordes por huevo, después de pasarlos por leche y freírlos. Ponerlos sobre papel absorbente para que no queden grasos.

PINCHITOS MORUNOS

Limpiar bien los riñones y dejarlos en vinagre un ratito. Cortarlos a trocitos y clavarlos en palillos, un pedacito de riñón otro de bacon, otro de magro y rebozarlos con huevo y pan y freírlos. También sin rebozar.

CALLOS A LA MADRILEÑA

Un kg y 1/2 de callos, 1 pata de ternera, 200 grs de chorizo de Cantimpalo, 100 grs. de jamón con tocino a trocitos, 2 huevos

cocidos, 1 cebolla, limones, guindilla, laurel, ajos sal y 6 cucharadas de tomate frito. Con agua y limón se lavan y rascan con cepillo los callos (los venden ya limpios pero mejor si se lavan otra vez) se cortan a trozos regulares y se les da un hervor con un chorro de vinagre en el agua. Se sacan de esa agua y se vuelven a cocer de nuevo junto con la pata, el laurel, 1/2 cebolla y sal durante 3 horas (en olla un poco más de 1 hora) reservar un poco de esta agua. Esto puede hacerse la víspera. Se sofríen 1/2 cebolla picada, se añade las 6 cucharadas de tomate y un ajo que luego se quita y se añaden los callos, la pata de ternera deshuesada, se remueve todo y se pasa a cazuela de barro añadiendo el chorizo cortado a rajadas, el

jamón troceado, la guindilla, sal y el vaso de agua para darle el punto. Dejarlo cocer a fuego lento un buen ratito. Servir en la misma cazuela adornado con rajadas de huevo.

EMPANADA GALLEGA

Medio kg de harina, 1 tazón de agua, un poco más de media taza de aceite, un sobre de levadura Royal. formar un hoyo con el harina y poner en él la levadura el aceite y agua, amasar.

Relleno: Freír 3 cebollas cortadas pequeñas, sal, 4 rodajitas de chorizo y un poco de pimentón. Cuando esté 3 cucharadas de tomate frito y desmenuzar 1 pastilla de caldo. Engrasar el molde y espolvorear con harina y

forrarla con la mitad de la masa. Encima extender el sofrito, después poner otra capa de atún en aceite o fresco, pero entonces rehogar éste, otra capa de huevo cocido hecho a rajitas (2 huevos) y otra de pimientos morrones a tiritas (lata pequeña). Cubrir con la otra mitad de la masa, hacerle el borde, pintarla con huevo y al horno ya caliente pinchándola con un tenedor. Horno a 180°.

emental y 100 grs de bacon. Se pone sobre la pasta que se habrá hecho un poco y se vierte sobre ésto tres huevos batidos desleídos con una tarrina de nata líquida y la misma cantidad de leche, un poco de pimienta blanca, un polvo de nuez y se vuelve a meter en el horno que se dore.

QUIRCHE LORRAINE

Con pasta quebrada o con hojaldre La Cocinera se forra un molde, se pincha, se le pone alubias para que no suba y se mete al horno. Se corta a tiritas 100 grs de jamón York, 100 grs de queso

arroz



ARROZ CON ACELGAS

Poner a remojo unas alubias y que estén toda la noche. Si el agua es dura ponerle un puñadito de bicarbonato. Al siguiente día ponerlas a cocer y

cuando estén casi agregarles un sofrito hecho con tomate, ajo, una puntita de pimentón y las acelgas troceadas y una punta de harina, añadir unos cantoncitos de patatas, azafrán y que acaben de cocer. Debe quedar algo meloso.

ARROZ A LA MILANESA

Con manteca de cerdo freir bastante tomate, unos pedacitos de jamón, unos guisantes ya cocidos y el arroz. Darle un poco de color con pimentón y añadir caldo de cocido, 1 taza y media de caldo por taza de arroz. El caldo que esté bien caliente y al horno ya caliente. Meterlo cuando esté hirviendo y se hace en cazuela de barro plana.

ARROZ A LA CUBANA

Hervir el arroz con agua y sal unos 10/11 minutos. Pasarle por agua fría y dejar escurrir. Rehogar con manteca de cerdo moviéndolo hasta que se despegue y quede suelto. Servirlo con huevos

fritos, plátanos también fritos y un picadillo de magro mezclado con tomate frito o longanizas.

ARROZ EN FESOLS I NAPS

Cocer un buen puñado de habichuelas ya remojadas con una pata de cerdo, un pedacito de tocino, un corbet, un trocito de oreja o rabo. Cuando estén casi volcar en ellas un frito de cebolla cortada largueta, un nabo a trocitos, un poco de pimentón y una cucharadita de harina (está mejor freir un pedacito de pan antes de la cebolla y luego picarlo en lugar de harina). Mas tarde añadir unos trocitos de patata y una morcilla entera que al ir a servir se trocea, azafrán y el arroz. Debe quedar meloso.

ARROZ A BANDA

Freir patatas redonditas y dorarlas, ponerlas en cazuela de barro, hacer lo mismo con cebollitas y a la cazuela. Freir bastantes ajos picados y tomate y volcar el frito con el aceite sobre las patatas y cebollas: añadir agua y a mitad cocer poner el pescado (escorpa, araña, rape etc) cuanta mas variedad mejor. Ya cocido escurrir el caldo y con él hacer un arroz seco haciéndole un sofrito de tomate y ajos. El pescado limpio de piel y espinas arreglarlo en una fuente de horno, poner las patatas y cebolletas alrededor y hacer una salsa machacando algunas patatas desleidas con un poco de caldo y con ellas rociar el pescado para

calentarlo al horno. Servir tanto arroz como pescado junto a un plato de ajoaceite fuertecito.

PAELLITA DE BACALAO

Cocer ligero una coliflor y hacerla a ramitas, escurrirla. Hacer un sofrito de tomate y ajo, poner unas tiritas de pimiento verde y un puñado de garrotones ya cocidos y unas mollitas de bacalao. Dar a todo una vuelta, el arroz, pimentón y el caldo de la coliflor, entonces probarlo de sal y al horno. con caracoles está mucho mejor pero bien limpios.

PAELLA MIXTA CON ANGUILAS

Conviene cocer el pollo, los garrotones, las bajo-

cas antes y escurrir el caldo. En la paella freir y sacar los pedazos de pollo, las alcahofas, las gambas, el anguila, los garrofonos. Freir tomates y ajos, volcar toda la verdura y pollo y caldo dejar cocer. Sazonar de sal azafrán etc y por último el arroz, primero a fuego vivo si es con leña ir apartando las brasas hacia los lados, dejar el centro con poca brasa.

ARROZ CON PIMIENTOS ROJOS

Asar bacalao y hacerlo a mollitas. Freir tomate con bastante ajo y perejil y cuando esté a mitad añadirle el bacalao y el arroz, darle unas vueltas y con esto rellenar por mitad los pimientos y probarlos entonces de sal.

Los pimientos deben ser anchitos y sin recov-

ecos, se parten por el lado del rabo para que sirva de tapadera, se limpian de semillas, se espolvorean con sal y se rellenan.

En cazuela cubierto el fondo con unas rajadas de cebolla y tomate se van colocando derechos los pimientos apretaditos para que no se vuelquen, se les pone las tapitas y se les tira un chorro de aceite hirviendo. Se tapa la cazuela o puchero y se mete al horno por hora y media más o menos. Conviene poner un poquito de agua en el fondo del puchero.

ARROZ DE VERDURAS

En agua hirviendo sazónada con sal y azafrán y un cubito de caldo de pollo cocer el arroz unos 10 minutos o poco más. Pasarlos por agua fría y escurrir. Freir separada-

mente alcachofas cortadas en 4, ramitas de coliflor, habas, col lombarda cortada juliana, bastantes ajitos tiernos, un poco de cebolla rallada y tomate ya frito. Mezclar toda la verdura, poner un poco de pimentón y por último el arroz, darle vueltas hasta que se suelte, ponerle un poco de manteca de cerdo y meterlo al horno.

ARROZ DE MENUDILLOS

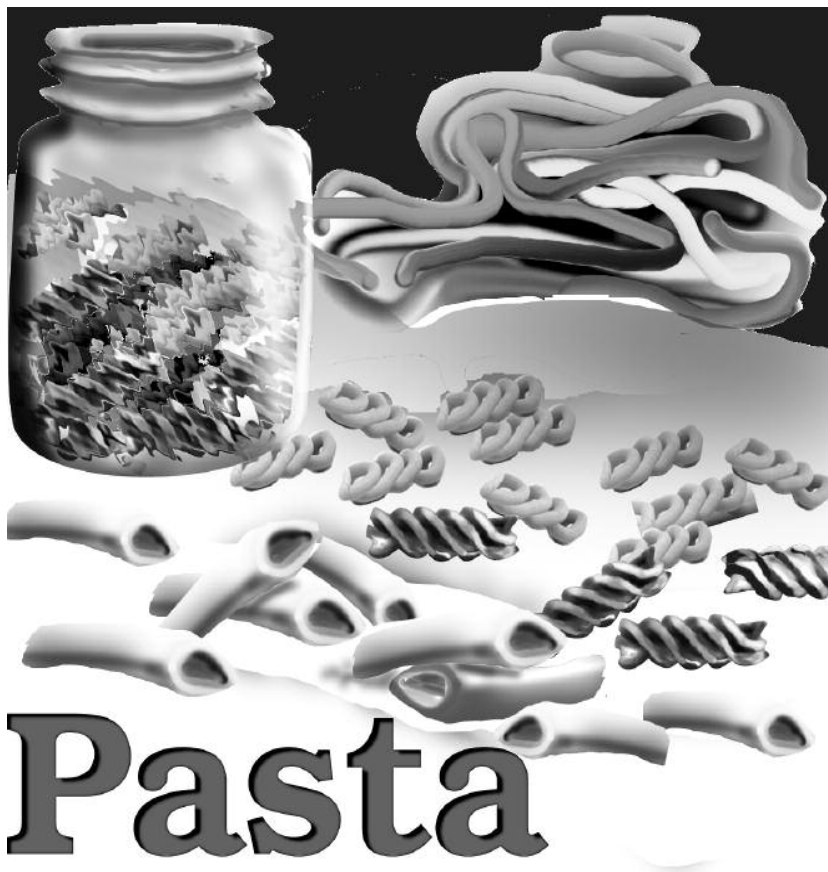
Fritas o cocidas las menudencias y unos pedacitos de magro. En ese aceite freir bastante tomate y ajos y mezclar los menudillos troceados. Con caldo de cocido hacer un arroz seco. Arreglar en la fuente de servir el arroz haciéndole un hoyo en el centro y en él poner la mezcla,

ARROZ AL HORNO

Freir una cabeza de ajos, unas rajas de patata y tomate, luego agregar los garbanzos y el arroz. Darle a todo una vuelta y añadir el caldo bien caliente. Colocar la cabeza de ajos en el medio, las rajas de patata alrededor y las de tomate crudo y cuando rompa a hervir, meterlo al horno.

PELOTA DULCE PARA EL ARROZ

Una cucharada de manteca de cerdo, dos de almendra molida, la raspadura de un limón, 2 cucharadas de pan rallado una yema, azúcar. Mezclarlo todo, añadirle la clara y dejar reposar dos horas antes de cocerlas.



Pasta

TORTELLINI

Una bolsa de tortellini, 1 cajita de nata líquida, 250 grs. de bacon, 250 grs de champiñones. cocer los tortellinis, escurrir, freir el bacon a pedacitos y los

champiñones troceados, mezclar todo, poner en fuente y mezclar con la nata, espolvorear con abundante queso rallado, servir caliente.

MACARRONES MILANESA

Freir costillitas o pedacitos de magro o de longanizas y en el mismo aceite freir una cebolla rallada, añadir tomate con un pellizco de azúcar, volver a poner los trocitos y mezclar con los macarrones o spaguettis ya cocidos con agua y sal y escurridos. Verter en fuente de horno, espolvorear con bastante queso rallado y para gratinarlos poner puntitas de mantequilla, meter a horno fuertecito que se gratinen.

ALETRIAS

Freir una poca sepia y sacarla. Hacer en ese mismo aceite un poco de tomate y un puñado de bajocas troceadas (cocidas)

unos cuantos mejillones ya abiertos y la sepia a trocitos, una puntita de harina y el caldo ya reposado de los mejillones y agua cuando hierva poner las aletrias (es como los fideos de la fideuá) cocer unos 10 minutos o poco más.

RAVIOLIS

Cocerlos, mezclarlos con tomate frito. Colocarlos en fuente de horno, cubrirlos con bechamel y a gratinar.

MACARRONES ITALIANOS RAFFAELLA

Dos paquetes de penne rigate o de macarrones gordos Gallo, una cebolla gorda, un bote de setas, otro de paté a las setas y una terrina de nata

líquida. En cazuela grande con agua fría y sal cocer la pasta. En sartén, cubierto el fondo de aceite, sofreir la cebolla a rajadas finas. Verter la nata y el paté de setas y mezclarlo bien, añadir las setas troceadas y un poquito de agua (si las setas son frescas cocerlas un poco y esa agua es la que se añade). La pasta que cueza lo que indique el paquete y al quitarla del fuego parar la cocción echando un vaso de agua fría y escurrirla. Mezclar la pasta con la mezcla de las setas que debe estar espesita y haber cocido un poquito. entonces verterla sobre la pasta, mezclarla un poco y servir bien caliente. Queso a gusto de cada uno.

CANELONES

Pasta. 1 huevo, 2 cáscaras de aceite, 2 de leche y harina la que admita. Hacerla muy fina con el rulo, cortarla a cuadros y cocerlos con agua y sal y un chorrito de aceite. pasarlos por agua fría y escurrirlos por separado.

Rellenos de carne picada y tomate frito, con espinacas fritas con un poco de cebolla rallada, con atún o pescado y tomate frito, con paté. Se colocan en fuentes de horno ya formados, se cubren con bechamel, se espolvorean de queso, se les pone unos pellizcos de mantequilla y se gratinan.

CONSEJOS PASTA

Lo primero al hacer pasta es poner a calentar el agua . Ésta se sala, a ser posible con sal gruesa, y se tapa hasta ebullición. PERO una vez añadida la pasta NO se tapa.

Tampoco se le echa aceite al agua, en todo caso se le echa a la pasta una vez escurrida si no vamos a servirla inmediatamente, con la intención de que no se pegue por el almidón.

Para conseguir que quede al dente se saca 1 minuto antes de lo que pone el envase.

PASTA OLIO, AGLIO E PEPERONCINO

Es la pasta típica de estudiantes. Solo quita el

hambre y su coste es mínimo al ser sus ingredientes aceite, ajo y guindillas. (Y parmesano si son estudiantes de lujo :)

Una vez puesta el agua a hervir se pican varias guindillas (2 picante, 4 muy picante) y se ponen en la sartén con abundante aceite, también añadimos cortaditas de ajo (no demasiado pequeñas para que no se quemem en seguida). Una vez se empiezan a tostar se apaga el fuego. Se vierte ese aceite sobre la pasta una vez escurrida. Se añade queso rayado y a comer.

Esta base puede ampliarse sin ningún problema añadiendo tomate natural rayado lo que alarga unos 5/7 min. el proceso. Hasta que el tomate pierda el agua.

PASTA FRUTTI DI MARE

Idem pasta olio, aglio e peperoncino, añadiendo el tomate y 5 min. después justo antes de que el tomate pierda toda el agua se añaden las almejas, tellinas o chirlas. Éstas han estado un par de horas en agua con sal para que suelten la arena. Obvio no usar esa agua.

SPAGUETTI CARBONARA

(versión original)

Contra la extendida opinión española de que los spaguettis carbonara llevan nata aquí va la receta original.

Se corta el bacon (250 gr 3/4 personas) en trozos pequeños. Sin apenas aceite (unas gotas) se pone en la sartén con la

intención de que la grasa del bacon se use para freír la cebolla. Se añade, cuando casi se empieza a tostar el bacon, la cebolla picada fina. Se remueve con el bacon hasta que la cebolla se dora. Se añaden dos cucharadas soperas de buena mantequilla, nada de marguerinas y sucedaneos vegetales. Se sala y añade pimienta negra a gusto. Se espera a que la pasta esté al dente, entonces añadiremos un huevo crudo* por cada 2 personas sobre la pasta recién sacada y se remueve vigorosamente, incluso fuera del fuego los huevos se cuecen con el calor remanente. Se añade la salsa con bacon, cebolla y mantequilla. Servir y añadir parmesano.

* lavar los huevos y romperlos en un vaso evita cascaras no deseadas.



SOPAS DE MENUDILLOS

Hacer un caldo con pollo, garreta, un hueso de rodilla y la verdura que guste. Luego rehogar un

hígado, la huevera, las mollitas de lo cocido, un huevo duro cortado finamente. Poner el pan cortado ya en la sopera y verter el caldo bien caliente.

SOPA MAHONESA

Freir ajos, tomate, una ramita de perejil, un puñado de morralla, otro de cangrejos, una ramita de albahaca y cocer. Después colarlo, sacar las mollitas de pescado y servirlo.

En plato aparte servir rebanaditas de pan untadas de aceite y pimentón y ligeramente tostados al horno. Los cangrejos machacarlos en un tamiz pero no picarlos porque quedan terrosos.

GIRA BOIX

Cocer bacalao remojado 24 horas en trozos grandes con patatas medianas, cebollas, un puñado de bajocas y otro de garrotones. A mitad cocer añadir el caldo, una

cucharada de ajoaceite bien duro. En fuente de servir arreglar el bacalao y ordenadamente las verduras junto a un buen plato de ajoaceite para servir al gusto. Con el caldo hacer una sopa de pan finamente cortado y tostado añadiendo un poco más de ajoaceite.

CREMA.DE TOMATE

Un kg y medio de tomates, una carlota, una cebolla, un cubo de caldo, cocer 3/4 de hora. con una nuez de mantequilla, una cucharada de maicena y 1/2 litro de leche hacer una crema. Tamizar lo cocido y mezclarlo con la crema dejándole cocer por unos 5 minutos con una hojita de albahaca y añadir 2 cucharadas de queso rallado y 3 de nata líquida.

VICHYSOISE

Doce puerros sin hojas verdes, se trocean, se lavan y se rehogan con 125 grs. de mantequilla. Agregar 3 patatas cortadas a cuadritos y añadir caldo que cuezan. Sazonar con sal y pimienta y espesar con una cucharada de maicena desleída. Pasarlo por turmix y agregarle 1/4 litro de crema de leche. Servir en taza muy frío y espolvoreado de perejil.

CREMA DE MARISCOS

Deperdicios de pescado y unas gambas se cuecen con la cuarta parte del caldo que se necesite. Con la otra cuarta parte se cuecen patatas cortadas finas para que se cuezan pronto. Se mezclan con el caldo

de pescado colado y se pasa por turmix y colador. Aclarar hasta darle el espesor debido con leche. Añadirle pedacitos de jamón y gambas cortaditas.

SOPA BULLABESA

Rehogar una cebolla gorda cortada, luego un tomate, ajos quebrantados y un buen puñado de morralla y que cuezan.

Aparte cocer a fuego lento los trozos de pescado buenos con agua, un vaso de vino blanco, un poco de pimienta, un poquitín de hierbabuena y si gusta una pizca de azafrán y unas cucharadas de aceite crudo. Así este pescado limpio y cocido solamente lo justo se arregla en fuente y se sirve aparte. Se mezclan los dos

caldos colados en sopera y junto a un plato donde se servirá pan a rebanaditas tostadas con un poquito de aceite y pimentón.

SOPA ALEMANA

Freir 1 ajo y harina que se deslí a en el aceite y que tome color de galleta, sacarla del fuego y añadirle caldo hasta que esté bien disuelta. Volver al fuego y que cueza un poco hasta que quede del espesor de un puré.

SOPA DE CEBOLLA

Dos raciones

Cortar finamente 2 cebollas gruesas y a fuego suave rehogarlas con dos cucharadas de aceite y una poca mantequilla,

añadirle una cucharada de harina, mezclar bien y añadir 3 bols de caldo sin azafrán, dejar cocer durante 10 minutos removiendo. En fuente de horno cortar 20 rebanaditas de pan con 3 cucharadas de queso rallado, verter el caldo y meterla al horno por 15 minutos.

SOPA DE AJO

Freir ajos, sacarlos, darle una vuelta al pan cortado para sopa, volver a poner los ajos, una pizca de pimentón y el agua con un cubito de caldo. Que cueza un poco y añadirle estando aún en el fuego un huevo batido y mover sin parar hasta que cuaje.

SOPA DE VERDURAS

A un buen caldo añadir un puñado de verduras secas cortadas julianas. Dejar que cuezan, añadir una nuez de mantequilla y un huevo batido removiendo sin parar hasta que cuaje.

SOPA MALLORQUINA

Rehogar por el orden siguiente, 8 cebollitas tiernas, 4 ajos, 2 alcachofas, un manojo de espinacas, un puñado de habas, una col pequeña de las rizadas, unas ramitas de coliflor, una punta de pimentón, el perejil y por último un puñado de guisantes ya cocidos, todo finamente cortado y unas 3 cucharadas de tomate frito. Añadir caldo caliente

y que cuezan. Poner poco caldo pues las verduras sueltan agua. Ya cocido sacar con espumadera las verduras y colocarlas en cazuela de barro tipo arroz al horno, alternando con rajitas de pan finas y rociándolas con aceite crudo en donde se habrá desleído un picadillo de ajo y perejil. La última capa que sea de verdura. Inclinarse la cazuela para escurrir el caldo que sobre. Debe quedar jugoso, entonces meterlo al horno y servir caliente.

SOPA DE ESPARRAGOS

Caldo sin azafrán, una lata de espárragos y su caldo. Cortar las puntitas de los espárragos que se ponen en los tazones, aplastar los espárragos con un tenedor y cocerlos un

poco con el caldo. Con mantequilla harina y leche hacer una bechamel y ya hecha mezclarla con el caldo. Mas o menos la mitad del caldo y la mitad de bechamel. Sazonar con sal y una pizca de pimienta y al servir se deslíe una yema por cada dos tazones.

SOPA DE MANZANA

Medio kg de manzanas, 1 cebolla mediana, 1 cubito de caldo, 1 vaso de leche, 1 limón 3 cucharadas de nata, 1 ramita de canela, 1 cucharada de mantequilla. Rehogar la cebolla y la manzana regada con el zumo de limón con la mantequilla, que no tomen color. Mientras delseír 1/2 litro de agua el caldo y la ramita de canela y todo rehogado mezclar con el

caldo y dejar cocer durante 10 minutos. Sacar la ramita de canela y pasar por el turmix, colarlo y añadir la nata y una cucharadita de curry. Servir muy frío.

CREMA DE LECHUGA

Escaldar las hojas de la lechuga y cortarla juliana, picar 1 cebolla y rehogarla con mantequilla, cuando cambie el color añadir la lechuga y cubrir con 2 vasos de caldo, hervir durante 15 minutos, sazonar y pasar por turmix, añadir 2 vasos de leche, rectificar de sazón y al momento de servir añadir 3 yemas desleídas en 1 decilitro de nata líquida, un polvo de nuez y otro de azúcar.

CONSOME POLACO

Añadir a un buen caldo sin azafrán remolacha asada rallada y colarlo. Hacerlo al momento de servir para que no se oscurezca. Ya en la mesa y al gusto del comensal añadir un poco de nata líquida o leche ideal. Servir muy frío.

FLAN DE CALDO PARA SOPAS

En molde engrasado cuajar al baño María una taza de caldo común con una yema y sal.

FLAN DE LECHE

2 huevos batidos por vaso de leche. Cuajar al baño de María. A mitad añadir unos trocitos de jamón

ALBONDIGAS PARA SOPA

Una miga de pan mojada en leche, una yema, una pechuga cocida y desmenuzada y 1 cucharada de almendra molida. Mezclar, ponerle una raspadura de limón, formar, rebozar con huevo y pan y freir.

PELOTA NAVIDEÑA

Cuatro sangres de pollo, 1/4 de magro picado, 1 cucharada de manteca de cerdo, un migón de pan, sal, pimienta hierbabuena, piñones cortaditos y 4 huevos. Mezclar el pan con las sangres y el magro, sazonar y rehogar ésto con la manteca de cerdo. Dejar enfriar y añadir los huevos, formar bolas del tamaño del huevo, dejar reposar dos horas y por último meterlas por unos minutos en el cocido.

potajes y legumbres



POTAJE DE LENTEJAS

Freir un pedacito de pan y sacarlo y picarlo, freir un ajo y una cebolla rallada y volcar las lentejas remojadas en este pica-

dillo. Cuando estén cocidas agregar unos cantoncitos de patatas. Si quedan demasiado caldosas, picar unas poquitas patatas y desleírlas en el caldo.

HABICHUELAS ESTOFADAS

Cocer ya remojadas con agua y sal, añadir una cebolla gorda cortada fina, una cabeza de ajos, una hoja de laurel, un pedacito de pan frito picado con un poco de pimentón y echar a las alubias que cuezan. Si gusta poner unos pedacitos de patata y un chorrito de vinagre.

POTAJE DE HABICHUELAS

Hervir las habichuelas, escaldar un chorizo para decolorarlo un poco, freir una cebolla mediana y el chorizo y una punta de harina y volcar sobre las habichuelas. Al servir es cuando se corta el chorizo si no se deshace.

POTAJE DE GARBANZOS

Cocer los garbanzos y cuando estén casi añadir unos pedacitos de pan frito picado y un puñado y freir. También un puñado de acelgas o espinacas y todo esto volcarlo sobre los garbanzos para que acaben de cocer.

PURE DE GARBANZOS O ALUBIAS

Freir un tomate, unas carlotas, 1 cebollas que cuezan con los garbanzos o alubias. Pasar por turmix y colar, servir con tostones.

GARBANZADA

Garbanzos cocidos y

escurridos, ponerlos en fuente y regar con un mojo de cebolla, tomate, ajito todo picado aliñado con aceite, un poco de vinagre y sal y un huevo cocido y rallado. Servir muy frío.

PURRASALDA

Un manojo de puerros cortados a rajadas de a dedo, unas zanahorias también a rajitas, una poca patata a cantoncitos, dar a todo una vuelta y añadir el caldo. Dejar cocer.

ALUBIAS BLANCAS FRIAS

Cocer las alubias, pasarlas por agua fría y escurrir. 3 tomates pelar y trocear, 1/4 kg de aceitunas sin hueso, cortar a rodajitas finas un pepino

sin pelar y queso de burgos a trocitos, mezclar todo.

Salsa: batir aceite, zumo de limón, orégano, unas cucharadas de agua, sal, todo batido en el turmix. Aliñar con esto las alubias, poner en fuente, adornar con lechuga y un huevo cocido. Servir muy frío.

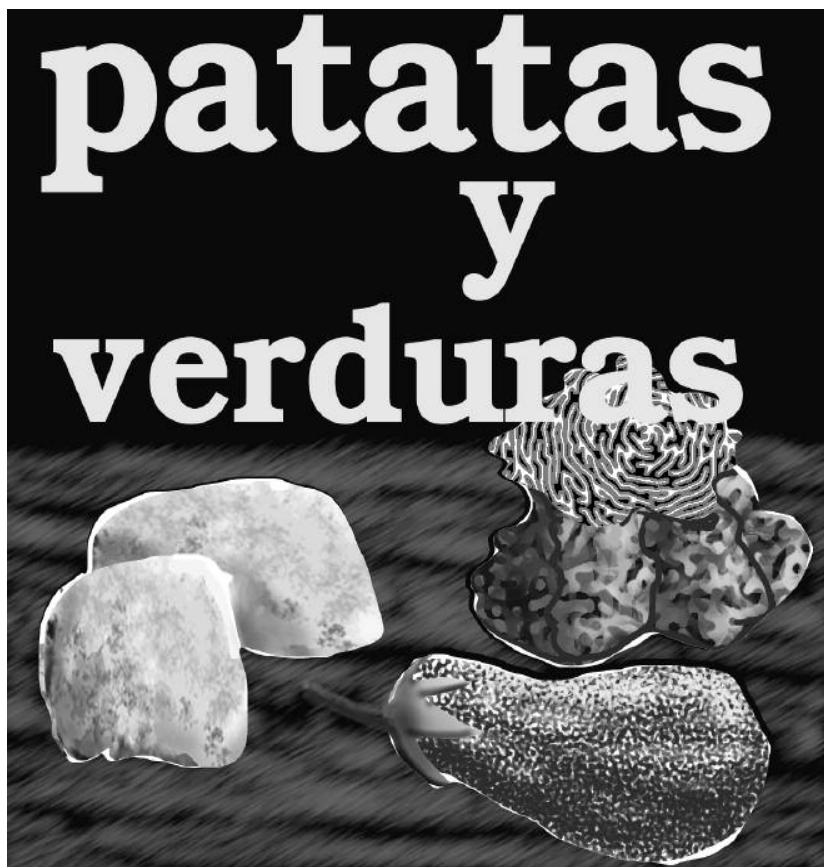
OLLA DE MUSIC

Cocer alubias y a mitad cocer añadir una cebolla gorda picada frita con un poco de pimentón y un rato después agregar unas alcahofas partidas por mitad y restregadas con limón, un puñadito de pencas también restregadas, otro de habas, otro de guisantes y cuando esté todo cocido 1/2 hora antes de comer ponerle azafrán y un puñado de arroz.

POTAJE CANARIO

Cocer 1/2 kg de garbanzos remojados. Mientras hacer un sofrito con 1 cebolla cortada fina,

1/2 de tomates maduros pelados, 50 grs de almendras, 50 grs de piñones, todo picado, 50 grs de pasas remojadas y todo sofrito volcar sobre los garbanzos, dejar cocer.



VERDURAS

Rehogar 1 cebolla gorda picada fina, añadir una punta de harina y 3/4 kg de tomate triturado. cuando esté sacarlo del fuego, dejarlo enfriar y agregarle 4 yemas desechas con un poco de agua caliente en la que se habrá desleído 4 hojas de cola de pescado, sazonar con sal, dos cucharadas de Jerez y cuando empiece a espesar añadir las claras a nieve. Verter en molde engrasado y meterlo en la nevera. Se sirve con ensaladilla y frío.

TOMATES RELLENOS

Cortarlos por mitad al través, quitar las semillas y un poco de su carne y ésta mezclarla con un

picadillo de magro, piñones y perejil. Agregar 1 yema, rellenarlos, espolvorear con pan rallado, rociarlos con aceite y al horno.

EN FRIO

Partirlos, vaciarlos como los anteriores y rellenarlos con atún en aceite, huevo duro y la carne que se les sacó, un poco de mahonesa y ponerlos en fuente adornados con lechuga, aceitunas, pepinillos y montoncitos de mahonesa.

RIÑÓN DE MASERO

Cortar como los anteriores, espolvorear con un picadillo de ajo y perejil, rociarlos con aceite y al horno.

PATATAS FRIAS

Cocerlas peladas y partidas por la mitad al largo. Luego vaciar un poco en el medio para que queden como barquitos y rellenarlas con un picadillo de pepinillos gambas o atún mezclado con mahonesa. Servirlas con lechuga y más mahonesa.

NIDOS

Cortar las patatas tipo paja. Meter en el molde a propósito y freir en cazo para que estén cubiertas. Ya formados los nidos rellenarlos con guisantes cocidos y rehogados con mantequilla y con pedacitos de jamón o champiñones.

SOUFFLE DE PATATA

Una caja de puré de patata, 1 huevo , 2 tacitas de salsa de tomate, aceite, 1 ajo, queso rallado. Con el ajo la yema y el aceite hacer un poco de ajoaceite. hacer el puré con 1/2 litro de agua, salarlo y mezclarlo con la clara batida a nieve y con el ajoaceite.

Colocarle en fuente de horno, cubrirlo con la salsa de tomate, espolvorearlo con el queso rallado y dorar en el horno.

PATATONAS PABLO

Pelar las patatas gordas, partirlas en 4 grandes gajos y echarlas por 3 minutos en agua hirviendo. Escurrirlas, colocarlas en

fuelle de horno con bastante manteca de cerdo y meterlas al horno que tomen color dorado, no tostadas. Escurrir la manteca y sirven para acompañar carnes. No resultan grasas.

PATATAS CON LECHE

Cortarlas a rebanadas, arreglarlas en fuente de horno, verter una cebolla gorda rallada, una buena cucharada de mantequilla, un polvo de nuez moscada, pimienta blanca, sal y cubrirlas con leche y al horno.

PATATAS BLANCAS

Rehogar una cebolla gorda rallada que no tome color, añadir patatas a cantoncitos después una

punta de harina y caldo o agua (con cubito) que las cubra. En la sopera desleír una yema, si gusta un poquito de vinagre, agregar el caldo y por último las patatas.

PATATAS CON MANTEQUILLA

Patatas blancas pequeñas e iguales pelarlas, colocarlas en cazuela, sazonarlas, ponerles agua al ras y una cucharada de mantequilla que se doren.

PATATAS ENROLLADAS

Peladas y partidas en dos perpendicularmente en cada trozo colocar una loncha de queso no muy gruesa, un poquito de pimienta volver a juntar los trozos de patata formando

una sola. Enrollar una loncha de bacon y sujetar con un palillo. Enrollar con papel de aluminio y meter al horno. A mitad hacer quitar el papel para que no se queme el queso. Por 8 patatas 200 grs de queso y 8 lonchas de bacon.

PAPAS ARRUGAS

Poner patatas lavadas y sin pelar a cocer con agua por mitad (procurar sean del mismo tamaño) un buen puñado de sal, tapar la olla con un papel y tapar hermético, que cuezan una media hora, que la piel se haga a burbujitas, escurrir y dejar al fuego que se sequen.

SETAS ASADAS

Lavarlas, cambiando el agua hasta que no dejen tierra. Rascarlas, recortar el

final del rabo. Colocarlas en fuente horno unas junto a otras con el rabito hacia arriba. Sazonarlas con sal, ajito picado, perejil y tirarles un chorro de aceite por encima y al horno.

TOMATES RELLENOS CON JAMON Y QUESO

Seis tomates grandes, 1 lechuga, 3 lonchas york, 200 grs queso de bola, sal, pimienta y 6 cucharadas de crema líquida. Cortar la parte superior de los tomates y hacerles un hoyito con una cucharita. Mezclar la lechuga muy picada, el jamón y el queso a cuadritos, sazonar, mezclarlo todo y rellenar con ésto los tomates.

TOMATES RELLENOS CON CHAMPIÑÓN

4 tomates grandes, 1 cebolla, 2 ajos, 200 grs de champiñones, 50 grs de jamón, otros 50 de mantequilla, 2 cucharadas de harina, 1/4 l. de leche, un polvo de nuez, sal, pimienta blanca y 6 almendras peladas y ralladas. Picar fino y rehogar la cebolla y el ajo sin que llegue a dorar, añadir los champiñones cortaditos, la sal, pimienta, nuez y dejar rehogar unos 10 minutos. Hacer la bechamel, añadir las almendras y mezclarlo todo. Rellenar los tomates y gratinar al horno por una media hora.

GUISANTES EN FLANERA

Cocerlos, pasarlos por agua fría y escurrir. Batir 3 huevos 1 vaso y 1/2 de leche, unos pedacitos de jamón y en molde untado cuajar al baño María y al horno. Para que no se bajen todos los guisantes a mitad cocer, añadir la mitad de ellos. Servir con salsa de tomate y tiritas de pan frito.

GUISANTES SALTEADOS

Cocidos, pasados por agua fría y escurridos. Rehogar unos pedacitos de jamón o bacon, agregar los guisantes y sazonar con sal y pimienta.

CON BECHAMEL

Cocidos, enfriados con agua y escurridos. Hacer una bechamel sazónarla y al irlos a servir agregar los guisantes para que se calienten.

HABAS CON JAMÓN

Rehogar en mantequilla una cebolla rallada y unos pedacitos de jamón con tocino, agregar las habas y que cuezan lentamente.

HABAS EN SALSA O GARROFONES

Rehogar una cebolla gorda rallada, poner una puntita de harina, un ajo, una cucharada de almen-

dra molida, sal, una pizca de pimentón y las habas o garrotones, un chorrito de agua y que cuezan lentamente.

MIL FLORES

Pelar patatas y vaciarlas un poco, lo mismo con la cebolla, berenjenas, calabacines, tomates y alcachofas. Rellenar con un picadillo de magro picado y unos guisantitos o pescado, rebozar estos agujeritos con pasteta de harina o huevo y freírlas colocarlos en cazuela boca arriba y arregladitos. Hacer un sofrito de cebolla y tomate rallados, agregarles una cucharada de almendra molida, una puntita de harina, agua y sal y verter todo sobre la verdura, que quede por mitad y dejar cocer suavemente.

MENESTRA

Freir unos pedacitos de magro o jamón, sacarlos, en el mismo aceite se rehoga una cebolla rallada, se añade una puntita de harina y entonces si es congelada, agregar la menestra, darle vueltas que se mezcle todo bien y ponerle un vasito de vino blanco y esperar que suelte el agua para añadirle si hace falta. Si fuera fresca poner las verduras cortadas, pero los guisantes hervidos ya.

PUERROS AL GRATEN

Diez puerros medianos y 10 lonchas de York. cocer los puerros por 3/4 de hora. Escurrirlos. Mientras hacer una bechamel con un vaso o poco más de leche y una media cucharada de hari-

na, sazonarla con sal y pimienta blanca. Ya bien escurridos lo puerros irlos enrollando con la loncha de jamón y colocarlos en fuente de horno uno junto a otro. Cubrirlos con la bechamel, espolvorearlos con queso rallado, ponerles unas puntitas de mantequilla y gratinarlos al horno. Luego adornarlos con tiritas de huevo cocido.

BRAZO AGITANADO

Hacer un puré de patata, colocar un paño húmedo sobre la mesa y extender el puré, alisarlo dejándole del grueso de un dedo. Hacer un relleno con atún, pimiento morrón, huevo duro y mahonesa o de pimiento y tomate con bechamel de pescado o de gallina, pero éste está mejor caliente.

Con ayuda del paño ir arrollando y apretarlo bien. si se sirve frío se cubre con mahonesa adornado con lechuga y guisantes y si es caliente con salsa de tomate.

CROQUETAS DE ESPINACAS

Limpias y cocidas y escurridas. Con mantequilla rehogar harina, agregar las espinacas pasadas por turmix y sazonar con pimienta sal, agregar leche (2 cucharadas de harina por vaso de leche). Dejar que cuezan y espesen, ya fuera del fuego añadir 1 yema por vaso de leche. Formar las croquetas, rebozarlas con la clara y pan rallado y freír. Hechas bolitas es una bonita garnitura de carne.

FLAN DE ESPINACAS

Cocerlas escurrirlas y apretarlas y trincarlas finas. Mezclar con 4 huevos batidos como para tortilla, mezclar con todo ésto un bol de bechamel y verter sobre molde engrasado al baño de María y al horno que cuaje.

ESPINACAS FRITAS

Limpias, quitadas el rabo, cocerlas, trincarlas finas y rehogarlas con ajitos cortados finos, un puñado de pasas de Corinto y piñones.

ESPINACAS CON MANTEQUILLA

Lavadas, cocidas y escurridas. Rehogar una

cebolla cortada fina, unos pedacitos de jamón o en su lugar unos ajitos tiernos y agregar las espinacas rehogándolo todo.

BUDIN DE CHAMPIÑONES

Limpiar 3/4 de champiñones, pasarlos por turmix rociados con limón para que no se ennegrezcan, mezclarlos con 4 huevos batidos, 1/2 vaso de leche, un polvo de nuez y otro de pimienta blanca. Cuajarlo al baño de María y al horno.

Salsa: cortar dos patatas gorditas a pedacitos y 6 puerros, rehogarlo con mantequilla y cocerlo con dos vasos de leche. Pasarlo por turmix, añadir 1 vasito de caldo, una cucharadita de salsa Curry y darle el punto de

espesor con salsa líquida. Desmoldar, rociar el budin con unas cucharadas de salsa y espolvorearlo con menta. La salsa servirla en salsera.

FLAN DE ESPARRAGOS

Dos cajas de puntas de espárragos, 4 huevos, 30 grs de mantequilla, un bolde bechamel. Cortar las puntitas de los espárragos y escurirlas, el resto trocearlos, mezclarlos con la bechamel antes de que espese y batir en el turmix. Colarlo y ponerlo a espesar. Luego batir los huevos, mezclarlo todo, verter en molde engrasado y al horno que cuaje. Añadir las puntitas poco a poco mientras cuaja. Servir con salsa mahonesa o de tomate.

SOUFFLE DE ESPARRAGOS

2 cajas de espárragos o 20 si son frescos. Se escurren, se secan con un paño, se arreglan en fuente de horno engrasada cortados a pedazos. Batir 5 yemas con 150 grs de queso Gruyère rallado, agregar las claras a nieve, sazonar con sal y pimienta, verter sobre los espárragos y al horno que se gratinen.

BERENJENAS ASADAS

Partirlas en dos a lo largo, escaldarlas antes y tardan menos. Ponerlas en fuente de horno, hundir un poco su centro y rellenarlo con trocitos de jamón con tocino, unos piñones, un polvo de

pimentón y sal y una chispa de mantequilla. Espolvorear con pan rallado o con atún en aceite o con magro picado y una chispa de tomate frito. Meter al horno.

BUDIN DE BERENJENA

Freir sin llegar a dorar un buen plato de cebolla rallada. Cuando esté a mitad algo menos de tomate, por último 4 berenjenas a cuadritos y unos pedacitos de jamón. Mezclar y escurrir, agregar 3 huevos batidos (las claras más batidas pero no a nieve) verter en molde engrasado y espolvoreado con pan rallado y meter al horno. Servir con salsa de tomate o bechamel si es caliente, mahonesa si en frío.

ALCACHOFAS A LO NARDI

Pelarlas, restregarlas con limón, partirlas en cuatro, escaldarlas y escurrir. En cazuela con 2 cucharadas de mantequilla, rehogar una cebolla cortadita, una hoja de apio, unos pedacitos de jamón, colocar encima las alcachofas, rociarlas con un vasito de vino blanco, sazonar con sal, pimienta y un polvo de nuez, tapar y meter al horno. cuando estén cubrirlas con la bechamel, espolvorearlas con queso rallado, ponerles unas bolitas de mantequilla y otra vez al horno para gratinar.

ALCACHOFAS AL LIMON

Partirlas en dos a lo

largo o que sean pequeñas. Ponerlas en cazuela, escurrir un limón, un puñadito de piñones, unas cebollitas enteras, pero a las que se les hace un corte, un poquitín de pimentón, un chorrito de aceite, otro de agua, una hojita de laurel y unos granos de pimienta. Espolvorear con pan rallado y a fuego lento.

ALCACHOFAS ESCABECHADAS

Limpiar, restregarlas con limón, ponerlas derechitas en una cazuela. Para 12 alcachofas, 2 jícaras de aceite y 3 de vinagre, laurel, pimienta, 2 ajos picados desleídos en un poco de agua. Deben quedar casi cubiertas y al fuego que cuezan lentamente.

ALCACHOFAS A LA FLAMENCA

Limpias y restregadas con limón se cuecen y escurren y entre las hojas se mete un frito hecho con cebolla, tomate y jamón o magro, o pescado o atún. Se espolvorean ya colocadas en la cazuela derechitas, sal, pan rallado, se vierte un chorrito de aceite hirviendo y se meten al horno que se doren.

BUDIN DE BERENJENA

Un kg de berenjenas asadas o hervidas, escurrir bien, aplastarlas, mezclar con 2 cucharadas de almendra molida, 4 huevos batidos, sazonar con sal pimienta blanca 1/2 vaso más o menos de leche Ideal, mezclar todo,

verter en molde engrasado y cuajar al horno y baño María. Servir con bechamel o tomate.

TORRADET

(Seis raciones)

1 kg de cebolla, 1 kg de pimientos rojos, 1 1/2 de tomates, 1 1/2 de berenjenas, aceite de oliva a discreción. Lavar y sacar el tomate y poner en lata de horno. Limpiar los pimientos con un paño y ponerlos en otra lata al horno fuerte y las cebollas aparte también, pero tardan 30 minutos más. Las berenjenas resultan más sabrosas si se “torran” con ayuda de unas pinzas a la llama del hornillo, alrededor de 20 minutos. Después sacar, abrir y sacar la carne y ponerlos arreglados por colores y regarlos con

aceite y si gusta con briznitas de mojama o bacalao. Se come frío o caliente.

ZANAHORIA GRATINADA

Cocer la zanahoria rallada con muy poca agua y sal por 10/15 minutos, ponerle unos trocitos de mantequilla y que hierva hasta consumir el caldo. Poner en fuente de horno, regar con unas cucharadas de bechamel, unas tiritas de queso de fundir y unos triangulitos de pan frito, algo más de queso rallado y unos piquitos de mantequilla y al horno que se dore.

MOUSSE DE COLIFLOR

Cocer las ramas de la col y escurirlas. Mezclar

en turmix un migón de pan remojado en 1 vaso de leche, una cucharada de queso rallado, 3 yemas y agregarle las claras batidas a nieve. Picar con un tenedor las ramitas de coliflor, sazonar con pimienta blanca y mezclarlo todo, entonces probarlo de sal pues el queso sala. Verter en molde engrasado y cuajar al horno.

ENDIBIAS AL HORNO

Cocer las endibias con un poco de sal hasta que estén tiernas. Escurrir y colocar en fuente de horno, añadir unos pedacitos de jamón y cubrir con salsa bechamel.

Espolvorear con queso rallado y unos piquitos de mantequilla y gratinar al horno.

ENDIBIAS A LA CREMA

Seis endibias, 1/2 bote leche Ideal, 50 grs mantequilla, 50 grs queso Gruyère rallado, 1 cucharada de harina, una copita de vino blanco, 1 limón, sal pimienta y nuez. cocer las endibias por 20 minutos en abundante agua y sal, escurrir y saltear con la mitad de la mantequilla, agregar el vino y el zumo de 1/2 limón y dejarlas cocer 10 minutos. Preparar una bechamel clarita con el resto de la mantequilla el harina y la leche, sazonar con sal pimienta y nuez. colocar en fuente de horno las endibias, cubrir con la bechamel, espolvorear con el queso y gratinar al horno.



huevos tortillas y souffles

HUEVOS

Una cucharada de mantequilla, un paquete de puré de patata de 125 grs y 50 grs de queso rallado.

Poner al fuego 1/2 l. de agua y sal, cuando empiece a hervir, retirar del fuego y en ella deshacer el puré y añadir la mantequilla. Formar los nidos, meter dentro un huevo escalfado o poché

y espolvorear con queso rallado y adornar con unas tiritas de pan frito.

HUEVOS AL HORNO

Con bastante mantequilla untar una gratinadora y cubrir el fondo con patatas cortadas como para papas. Echarles un chorro de leche y dejar cocer. Cuando casi estén dejar caer los huevos y que cuajen (las claras primero)

HUEVOS CON VERDURAS

Cubrir una roseadora con cebolla picada y rehogada. colocar tomates cortados por mitad y asados con perejil y ajo y un chorrito de aceite. Arreglada así la roseadora dejar caer las claras

entre ellos y un poco después las yemas. Adornar con puntas de espárragos o guisantes o champiñones y servir caliente.

HUEVOS NACIONALES

Cubrir el fondo de una gratinadora con mantequilla y formando rayas de puré de patata y tomate frito y entre las rayas o formando hoyitos romper los huevos. Cuajar al horno.

TORTILLA TRICOLOR

Cuatro cucharadas de leche, 3/4 de patatas, 50 grs de mantequilla hacer un puré, 6 manojos de espinacas cocidas, escurridísimas, pasadas por turmix y rehogadas con 3

cucharadas de aceite y un ajo. 1/2 kg de carlotas peladas, cocidas, picadas y rehogadas con 15 grs de mantequilla. Cada cosa se pone en un plato sopero. Se batien 5 huevos y se reparten en los 3 platos. En flanera untada de mantequilla y espolvoreada con pan rallado colocar primero la mitad del puré de patata, después el puré de carlotas y por último el de espinacas y después la otra mitad del de patata. meterlo al horno. Se sirve con bechamel la mitad de la fuente y la otra mitad con salsa de tomate par que no se mezclen poner entre ellas un tostón de pan.

SOUFFLE DE QUESO

En fuente de horno engrasado con mantequi-

lla cubrir el fondo con pan de molde o bimbo (sin corteza) untado con mantequilla. encima poner una capa de lonchas de queso de bola o de nata (1/4 kg), encima otra capa de lonchas de bacon y cubrirlo con pan nuevo. Verter sobre ésto 6 huevos batidos disueltos en 5 vasos de leche. Hacerlo un par de horas antes de meterlo en el horno por 3/4 de hora aproximadamente.

SOUFFLE DE PECHUGAS

Picar 2 pechugas cocidas o asadas mezcladas con 2 cucharadas de foie-gras y un poco de jamón a trocitos pequeños. Hacer una bechamel con 2 cucharadas de harina y 1 vaso cumplido de leche , añadir luego 2 yemas y

las claras a nieve. Mezclar todo, engrasar el molde y meter al horno. Servirlo con salsa de tomate.

SOUFFLE DE MARISCOS

Hacer una bechamel con 1 cucharada de harina, 80 grs de mantequilla 1/2 vaso de leche, 1 copita de vino blanco, unas gotas de Cognac, un poco de crema de leche, pimienta y sal. Fuera del fuego añadir 3 yemas, 1/2 kg de gambas cocidas y picadas, 3 claras a nieve. Verter en molde engrasado y al horno.

BUDIN DE TORTILLAS

Colocar una encima de la otra una tortilla de patata con una poca cebo-

lla, otra de espinacas y otra de gambas o atún. Entre una y otra poner un poco de bechamel para que no escurran. Servirla con salsa de tomate.

TORTILLITAS RELLENAS

Con los huevos batidos añadir 1 cucharada de harina por huevo y la leche formando una pasta como para crepes. Con una cuchara y en sartén pequeña ir cuajando la pasta y dejándola separadas sobre la mesa. Rellenar con un frito de tomate y atún o de magro, doblarlas con canelones y colocarlas en fuente de horno. Se cubren con salsa bechamel si el relleno es de tomate, o con tomate si es de bechamel por dentro. Colocar unas puntas

de mantequilla para gratinar. Salen unas tortillas.

TORTILLA SACROMONTE

Hacer un pisto con calabacines, tomate, cebolla, pimiento verde y pedacitos de jamón todo a cuadritos. Cuajar en el horno cubriendo con huevos batidos el pisto. Si se quieren individuales hacerlas en sartén pequeña y redonditas.

HUEVOS EN CAMISA

Untar con bechamel ya fría una oblea grandecita, colocar encima un huevo frito, doblar la oblea como una empanadilla, mojar los bordes una chispa con los dedos y apretarlos que se

peguen , rebozar con huevo y pan, freírlos.

ESCALFADO ROSSINI

Rellenar tarteletas con foie-gras trufado, colocar encima un huevo escalfado o poché y cubrirlo con salsa al Oporto (ver salsas)

HUEVOS A LA TORRE

Untar de mantequilla moldecitos de flan. Ponerles unos pedacitos de jamón, una pizca de queso rallado y verter el huevo. Colocar todos los moldecitos en una cazuela con agua fría por mitad altura para evitar que entre el agua y ponerlo a fuego suave. Desmoldar y servirlos con salsa de

tomate adornado con tiritas de pan frito.

HUEVOS ACORDEON

Cocer los huevos. Pelarlos, partirlos por mitad a lo largo y estas mitades en 6 gajos. Cortar tomates pero en 7 cortes sin llegar abajo y en cada corte intercalar una rajita de huevo duro. colocarlos en fuente sobre lechuga cortada tipo juliana, rociarlos con salsa vinagreta o mahonesa, adornarlos con aceitunas y yema de huevo rallada.

HUEVOS CHINOS

Cortarles las puntas y vaciar la yema; ésta mezclarla con atún en aceite y un poco de

mahonesa y rellenar los huevos. Colocarlos derechos en fuente con lechuga. Clavar en un palillo una aceituna y en una punta clavar la puntita de huevo y la otra hundirla en el huevo relleno. Adornarlos con yema rallada y servir la mahonesa aparte.

HUEVOS CON QUESO

Cubrir el fondo de una fuente de horno con bechamel de pollo o de pescado, volcar las claras y meter al horno que cuajen algo. Sacar, colocar las yemas y para que no se corran éstas, sostenerlas con un poco más de bechamel y espolvorear con queso y poner pegotines de mantequilla y al horno fuerte.

HUEVOS CON TRUFAS

Al verter sobre la mantequilla los huevos (batidos o enteros) añadir el caldo de las trufas y cuando esté a mitad bastante trufa picada. Servir muy caliente, adornando con pan inglés.

HUEVOS BROUILLES

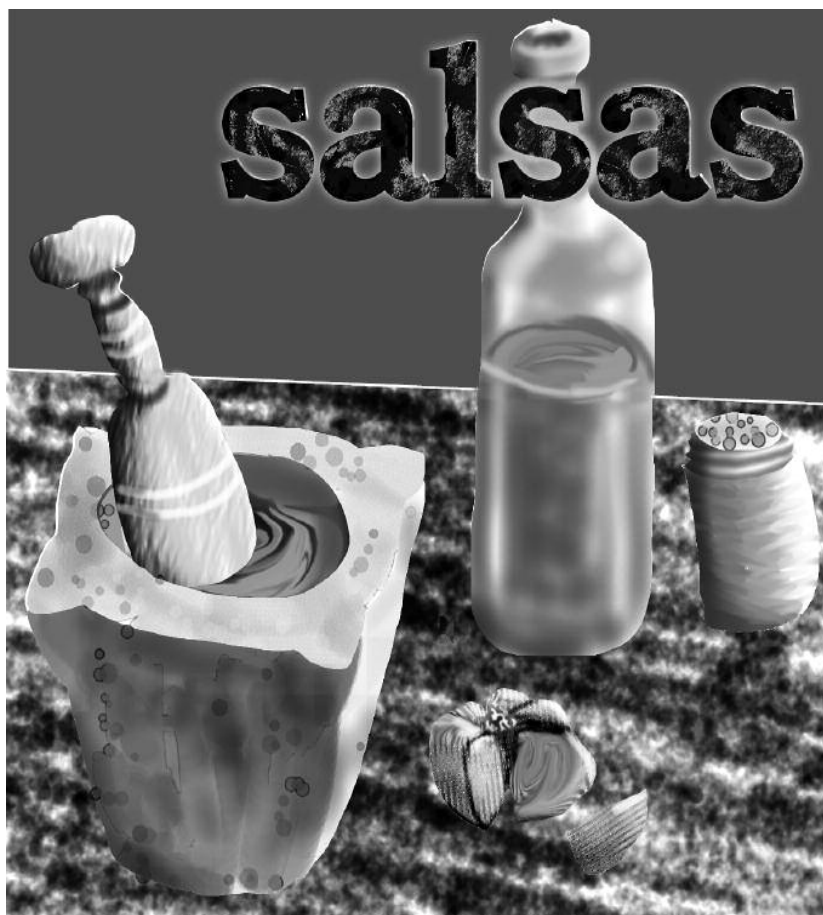
Batir 2 huevos por persona. En sartén poner bastante mantequilla y a fuego suave verter los huevos y no dejar de mover hasta que cuajen pro que estén jugosos. Verter en fuente de horno y añadir láminas de salmón ahumado cortadas al vies. Cubrir con ellas los huevos, espolvorear con perejil picado. Calentar al horno

HUEVOS RELLENOS

Huevos cocidos, que enfrien,partir a lo largo por mitad y sacar las yemas, éstas mezclarlas con atún en aceite o anchoas y convertir cada mitad en un huevo entero. Servir frío con salsa mahonesa o calientes con salsa de tomate o rebozados con huevo y pan y fritos.

HUEVOS LUPE

Untar con bechamel de jamón ya fría una oblea grandecita. Colocar encima un huevo frito, doblar la oblea como una empanadilla, mojar una chispa los bordes y apretarlos y rebozar con huevo y freirlos.



MOJO CANARIO

Unas cuantas ñoras picantitas picarlas bien y cuando estén seguir pican-

do unos ajos, una pizca de pimentón, unos pocos cominos y aliñar con aceite, vinagre y sal.

SALSA HOLANDESA

Trabajar una cucharada de mantequilla con 3 yemas y agregar una cucharada de harina. Batirlo mucho y cuando esté añadir el zumo de 1/2 limón grande y poco a poco 1/2 vaso de caldo de pescado. Al servir calentarla suavemente al baño de María para que no se cuaje.

SALSA RUMESCU

Asar 1/2 cabeza de ajos, 1/2 kg de tomates maduros tamizar. Picar 12 avellanas o almendras con una rama de perejil y mezclarlo con los ajos y tomate. Irle añadiendo batiendo aceite, una pizca de pimienta blanca, sal y una cucharadita de azúcar. Debe quedar espesita.

SALSA VERDE

Freir piñones, almendras y bastante perejil, un poco de zumo de limón y caldo de pescado. Mezclarlo con el aceite de haber frito los piñones en donde se habrá rehogado una cucharadita de harina.

SALSA PARA LANGOSTA

El seso de la langosta ya cocida, desleírlo en una jícara de aceite y media jícara de vinagre, añadir un poco de mostaza y aclarar con el agua de haber cocido la langosta.

SALSA PARA COCIDO

Abrir 3 tomates

maduros. Picar un ajo y dos cucharadas de garbanzos, mezclar con los tomates, aliñarlo con aceite y vinagre, aclararlo con un poco de caldo, pasar por turmix y colar.

SALSA VINAGRETA

Picar bastante cebolla (no en turmix pues amarga) y bastante perejil, batir aceite vinagre y sal. Aliñar con ésto agregando trocitos de pepinillo, huevo cocido y alcaparras.

TARTARA

Picar unos pepinillos, mezclarlos con mahonesa para que quede verde, aclararla con las claras a nieve y caldo de pescado.

PARA MARISCOS

Un bol de mahonesa aclararlo con dos cucharadas de vinagre, una cucharadita de mostaza Louit, otra de mostaza Savora, un poco de salsa perry y darle color con Ketchup.

MOUSSELINE

Cincuenta grs de mantequilla, 2 cucharaditas de harina, 2 tazones de caldo de pescado, huevo y sal. Fundir la mantequilla, rehogar el harina y agregar poco a poco el caldo. Ligarlo bien hasta que espese, entonces añadir la clara montada a nieve y poco a poco la yema.

Conviene hacerlo al baño de María y servirlo enseguida para que no se cuaje.

SALSA AL OPORTO

En sartén dorar con 50 grs de mantequilla una cebolla picada, cuando esté dorada una zanahoria también picada y una de harina, rehogar todo y agregar 4 cucharadas de puré de tomate, la sal, pimienta negra, un chorrito de agua y que cueza un poco. Pasarlo por colador y añadir una copa de vino de Oporto

BECHAMEL

Con mantequilla y un poco de aceite rehogar un poco de cebolla rallada, añadir el harina y desleirla, luego añadir la leche (1 cucharada de harina llenita por vaso) mover fuera del fuego y cuando esté bien disuelta poner a

fuego suave sin dejar de mover hasta que se espese.

SALSA PARA VERDURAS

Doscientos grs de queso Rochefort, 5 petit suisse, 5 gotas de tabasco. Todo bien mezclado y diluirlo con 100 grs de crema de leche.

MAHONESA DE COLORES

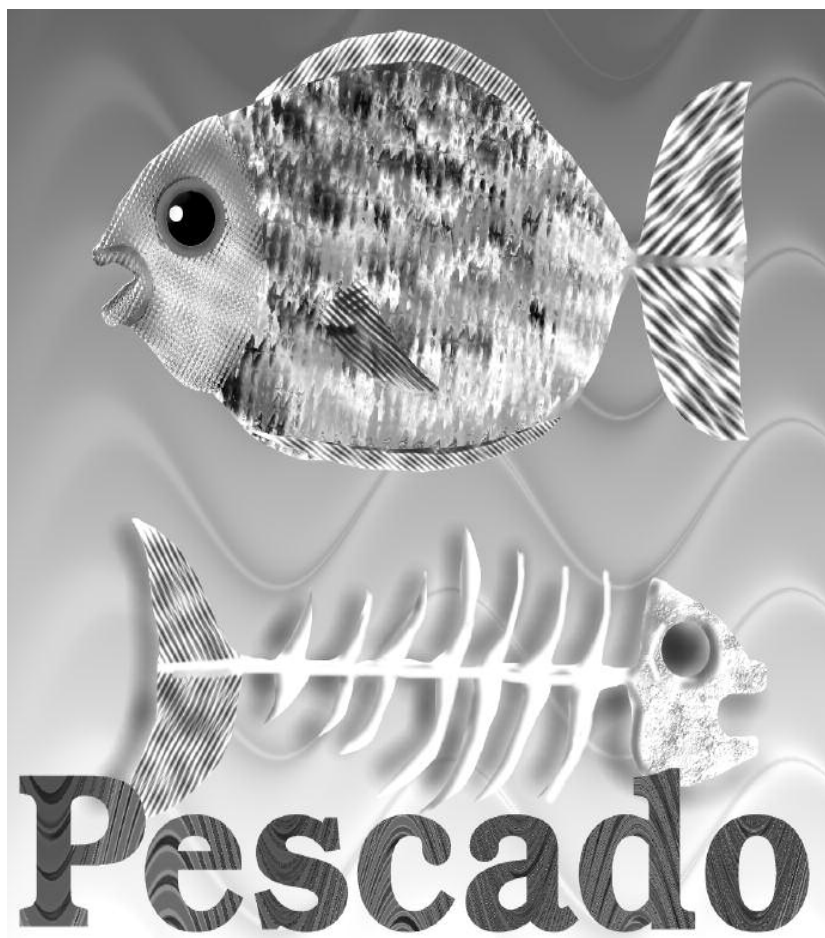
Hacer una mahonesa y una poca darle color con una cucharadita de tomate, otra con un picado de bastante perejil pepinillos y alcaparras, otra con el zumo de media naranja y su corteza rallada, otra con una cucharadita de mostaza y unas gotas de cognac.

MAYORDOMO

Batir fuerte una cucharada de mostaza y otra de mantequilla, un poco de zumo de limón y una pizca de pimienta. Untar con ésto la fuente de servir y a medida que se saquen los filetes o chuletas se pone encima para que se funda, luego poner encima una bolita.

SALSA DE FRAMBUESA

Un bote de frambuesa y otro de mermelada de naranja amarga y el zumo de medio limón y de una naranja. Pasarlo por turmix y colarlo.



EN SALSA ALICANTINA

Freir el pescado y ponerlo en cazuela. Freir unos piñones y verterlos sobre el

pescado. En ese mismo aceite freir ajo, cebolla, tomate perejil y una corteza de pan. Añadir un poco de agua, pasarlo por turmix, verter y dejar cocer.

FRITURAS DE MERLUZA

Con leche y harina una yema de huevo hacer una pasteta, añadir la clara a nieve, un polvo de levadura royal o bicarbonato, sal y pimienta blanca. Bañar en esta pasteta los trocitos de merluza cocida o rehogada y freir en abundante aceite.

AL MAITRE

Sazonado con sal y limón, colocarlo en gratinado-
ra untada con mantequilla,
abierto la merluza untarla con
mantequilla, perejil cortadito,
una pizca de ajo picado, pan
rallado y meter al horno
cubierta con papel untado.

MERLUZA CON SALSA VERDE

En cazuela de barro freir un par de ajos aplastados y sacarlos. Dejar caer allí las rajadas de merluza arregladitas, un puñado de almejas, otro de guisantes, sal, una pizca de agua de espárragos, bastante perejil cortadito y un poco de leche. Mover la cazuela seguido, en el mismo sentido, para que ligue la salsa. Cuando esté colocar un espárrago encima de cada raja y servirlo en la misma cazuela.

EN BESUGUERA

Cocer en besuguera 1 cebolla cortada fina, 1 patata, lo mismo, 1 hoja laurel, unos granos pimienta negra, 1 rama de perejil, un pellizco de mantequilla y cuando esté dejar caer el pescado y

tapar para que se cueza al vapor. En fuente servir con mahonesa o vinagreta o con el caldo de hervir el pescado.

LENGUADO GRATIN

Sacar los filetes, colocarlos en tartera con mantequilla, espolvorearlos con queso y ponerle una gamba. Meter al horno un poco, entonces sacarlos, cubrirlos con bechamel y volver a meter que se gratinen.

LENGUADO MARGUERITE

Sacar los filetes, colocarlos en tartera bien engrasada con mantequilla, zumo de limón, sal un picadillo de champiñones,

cubrirlos con vino blanco seco. Cocerlos unos minutos y sacarlos. Con mantequilla, 1 cucharada llena de harina, el caldo que hayan soltado los filetes y el de haber cocido unas gambas, hacer una bechamel y fuera del fuego ya ponerle 3 yemas bien desleídas y con ésto cubrir los filetes. Adornarlos con gambas y volver a meter al horno que se gratinen.

COMBINADO BOGABANTE

Tres bogabantes pequeños, 150 grs de champiñones, 1 vaso de bechamel, 1 cucharada de crema, 50 grs de queso Gruyère, 50 grs de mantequilla. Cocer los bogabantes y dejarlos enfriar. Cortarlos a la larga en dos,

sacar la carne y vaciar las patas. Cortar finamente la carne, luego la bechamel, después la crema y el queso, todo mezclado rellenar los caparazones, espolvorearlos con queso y unos pellizcos de mantequilla y dorarlos al horno. Adornarlos con perejil y servirlos muy calientes.

STEAK TARTARE (salmón crudo)

Poner el salmón pelado y sin espinas por 2 horas a remojo con Jerez. Luego picarlo con cuchilla. En un bol mezclar mostaza, aceite, pimienta blanca, salsa Perry, sal, pepinillos en vinagre picaditos y alcaparras. Todo esto mezclarlo con el salmón. Se sirve sobre pan tostado con mantequilla.

LANGOSTA

Atarla cuidadosamente para que no se raje, rompa o salte al meterla en agua hirviendo a borbotones.

Para 1 kg de langosta, 3/4 litro de agua, 1/2 dl de vinagre, no más pues se decoloraría, 30 grs de sal y 10 grs de pimienta negra. Una vez vuelva a hervir el agua dejar unos 20 minutos. Si es de 2 kgs, 30 minutos. Dejar enfriar en el caldo. Ya fría, sacarla y poner peso encima para que no se arquee y quede recta.

Salsa: Aplastar en crudo los huevos de la langosta y ponerlos en un cazo y verter vinagre en la proporción de 20 grs de vinagre por 50 grs de huevos. Calentar al baño de María hasta que e coloréen. Tamizar y mezclar

con la mahonesa. Hacerla cremosa o con crema de leche.

CENTOLLO O CHANGURRO

El centollo fresco debe estar lleno de su carne. Cocer el centollo por 20 minutos con agua, perejil, carlota, cebolla, laurel, tomillo y unas gotas de vinagre. Dejar enfriar y sacarlo. Hacer un pisto con cebolla, tomate y un poco de guindilla. Agregarle cuando esté la carne del centollo y de una pescadilla frita.

GAMBAS FLAMEADAS

Medio kg de gambas, 100 grs de crema de leche, 50 grs de mantequilla, un chorrito de Cognac y otro

de limón. Dorar las gambas, salpimentarlas. Añadir el cognac y prender fuego. Añadir la crema de leche, removerlas y servir las sobre fondos de alcachofa y arroz blanco.

FILETES DE DORADA A LA MOSTAZA

Limpia y descamar, cortar al bies la cabeza y sacar primero la parte de arriba entera y luego la de abajo y quedan dos filetes. El tamaño debe ser mediano.

Colocar los filetes en fuente de horno con la piel hacia abajo. Rociarlos con limón y con ajo cortado fino y dejar macerar media hora. El plato de horno debe estar engrasado. Rociar los filetes con un poco de vino blanco y meter a horno por 5 minutos,

sacarlos y volver a rociar y así hasta que estén bien blancos e hinchados.

Entonces batir una cucharada de mostaza con un tazón de crema de leche y el poquito jugo que quedó de los filetes. Volcar sobre el pescado y volver a meter al horno un poco. Servir en la misma fuente y acompañarlos con unas patatitas cocidas en mantequilla.

A LA VIZCAINA

Trozos gruesos de buen bacalao remojado por 36 horas, poner agua a hervir y escaldarlos. Entonces quitar las espinas gruesas y limpiar un poco la piel sin quitársela. Ecurrirlos y rebozarlos con harina y huevo y freírlos. Colocarlos con la piel hacia arriba en cazuela de barro y verterles una salsa hecha

con mucha cebolla frita con unos pedacitos de pan. Añadir tomate y unas ñoras, azucarar y cuando esté pasarlo por chino y que cueza a poco fuego. Si gusta poner un ajo en la salsa.

ATUN EN ESCABECHE

Rebozados con harina, freir los pedazos y arreglarlos en una cazuela. En ese aceite darle una vuelta a 2 hojas de laurel, una cabeza de ajos, unos granos de pimienta y volcar el aceite con ésto sobre el atún. Añadir casi otro tanto de vinagre y dejar cocer un poco.

MARISCADA

Dos cebollas grandes, rallarlas y rehogarlas, agregar 1/2 kg de gambas, 1 Kg de

mejillones ya abiertos y el agua ya posada, pimienta y un chorrito de cognac, dejar cocer.

BUDIN DE PESCADO

Deshacer dos croissants en un vaso de leche templada, mezclar con 3 yemas y añadir las 3 claras batidas a nieve. Agregar con 1/2 kg de pescado rehogado y espizcado (merluza, rape, emperador etc..) cuanto más variado mejor. Entonces poner 1/4 kg de mejillones y un chorrito del agua de éstos ya posada, verter en molde engrasado y cuajar al horno. Servir con salsa de tomate o bechamel.

OTRO BUDIN

Rehogar 3/4 kg de pescado y picar gordo,

revolver con 2 huevos batidos y 4 cucharadas de tomate frito. Colocar en molde engrasado y espolvoreado con pan rallado alternando capas de pescado y otra de champiñones. La primera y la última deben ser capas de pescado. Servirlo con salsa de tomate o bechamel, y adornar con tostones de pan frito.

MERLUZA A LA MARIA

En fuente de horno untada de mantequilla colocar la merluza rellena el sitio de la espina con un migón de pan remojado en leche y revuelto con un picadillo de gambas, champiñones o trufas. Ponerla al horno que cueza con unas carlotas a rajitas, el caldo de las trufas, un vaso de vino blanco, pimienta

blanca, un tomate y cebolla pasada por turmix. El horno suave.

BUDIN DE ATÚN ASALMONADO

Una lata de atún asalmonado, 1 taza de bechamel espesa, 6 cucharadas de tomate frito espeso, 4 huevos y un poco de merluza, sal pimienta. En turmix batir la merluza rehogada, el atún y el tomate, añadir la bechamel, los huevos batidos y salpimentar y verter en el molde engrasado. Cuajar al baño de María y al horno. Si se toma frío acompañarlo con una salsa marisquera hecha con mahonesa, mostaza, Ketchup y unas gotitas de Cognac o tabasco. Si caliente con bechamel coloreada.

MERO DE MAZZARRON

En cazuela de barro con aceite rehogar una cebolla gorda cortada fina. Incorporar los filetes bien enharinados. Cuando estén a mitad freír ponerle unas colas de gambas, puntas de espárragos, sal, pimienta y pimentón. Casi cubrir con caldo hecho con los desperdicios del pescado y gambas moviendo la cazuela suavemente, hacerlo hervir sobre 10 minutos, así se ligará la salsa. Servir en la misma cazuela.

ATÚN MECHADO

Cortar de un lado el atún (que quede como el gallón) mecharlo con tiritas de tocino de jamón, atarlo y freírlo rebozado

con harina. Dorar unas cebollitas pequeña y añadirle agua por mitad, sazonar a gusto. Cuesta alrededor de 1/2 hora.

PECHINITAS

Lavarlas mucho, abrirlas al vapor y colar el agua y que se pose. Hacer un frito de tomate y cebolla y ajo, una punta de harina y añadir las pechinitas y el agua, que cuezan un poco a fuego suave.

MEJILLONES AL VAPOR

Rascados y limpios ponerlos en cazuela al fuego que se abran.. Dejar reposar el agua que sueltan. Picar ajos, pimienta, un chorrito de aceite crudo y el agua de ellos. Verter sobre ellos, arreglados en ensaladera.

SALMONETES EN CUEVA

Desescamar, limpiar y sacar los filetes con un cuchillo muy afilado. Con unas pinzas quitar las espinas finas. En fuente de horno (que se saque a la mesa) ponerle un papel de estaño que sobresalga de la misma. Verter sobre el papel la pulpa de 200 grs de tomates, 50 grs de aceite, distribuir en el centro los filetes y mojarlos con 2 cucharadas de absenta o licor de ajeno, espolvorearlos de sal y un polvo de tomillo. Entonces cubrir con otro papel igual y cerrar con varios dobles, que quede herméticamente cerrado, así se ligarán perfectamente aromas y sabores. Introducir la bandeja al horno previamente calentado a 250°

durante 3 minutos y servir sin demora. El papel se hincha.

NUGAT DE RAPE

Un kg de rape, 2 zanahorias, 1 puerro, 200 grs de tomate, 100 grs de pimientos, 500 grs de patatas, 75 grs de almendras fritas, 8 dientes de ajo, un chorro de aceite y pimienta, azúcar y sal. Con la cabeza del rape limpia, las zanahorias, el puerro y 1/2 litro de agua hacer un caldo. Escaldar para pelar los tomates y quitar semillas, freirlos, el pimiento en la llama, pelar y trocear. Partir las patatas a trozos o rajas grandes, freírlas y antes de que empiecen a dorarse añadir los ajos picados junto con las almendras, la pimien-

ta y una guindilla. Agregar así mismo los pimientos triturados y el tomate. Rectificar la sal y el azúcar. Introducir el pescado a trozos limpio de piel y espinas y dejar cocer suavemente hasta que resulte una salsa cremosa y bien tramada.

DENTOL CON SETAS

Rellenar con un migón de pan remojado en leche, 3 o 4 setas y un poco de jamón o magro el hueco de las tripas. Colocarlo en fuente de horno, ponerle mantequilla, un chorrito de aceite, otro de vino blanco, otro poco de agua y de cebolla rallada, trocitos de jamón, unas setas y cocer a horno espolvoreado con pan rallado.

CON QUESO

Untar de mantequilla la fuente de horno, colocar los filetes de pescado con sal y limón, cubrirlos de queso rallado, encima una salsa bechamel y espolvorear con queso. Unos pellizcos de mantequilla y gratinar.

SARDINAS AL HORNO

Un kg y 1/2 de sardinas grandes, 6 cucharadas de aceite, 1 vasito de vino blanco, sal y limón. Quitar las cabezas y espinas, poner el aceite en cazuela de horno, arreglar las sardinas que no se amontonen, espolvorearlas con pan rallado, agregar el vino y a horno suave por 25 minu-

tos. Espolvorear con perejil picado, adornarlas con rajitas de limón y servir muy calientes.

SARDINAS RELLENAS

Sardina fresca gorda, quitar las cabezas y espina, rellenar con un picadillo de ajos y perejil, con una tirita de pimienta roja asado o con queso de fundir, rebozar con huevo y pan. Freir

MARMITACO

Dos cebollas, cortarlas finas, rehogar, 3 pimientos verdes a trocitos, 3 ajos, todo rehogado. Añadir 1/2 kg tomates pelados y troceados y después cantoncitos de patata, añadir agua a ras y cocer entonces. Poner el

bonito fresco sin piel ni espinas, tapar y dejar cocer 5 minutos añadiendo una pizca de pimienta Cayena.

MERLUZA CON NARANJA

Freir las rajas de merluza pasadas por harina, 1/2 kg, en el mismo aceite rehogar una cebolla rallada. Sazonar con sal, limón, pimienta y el zumo de 3 naranjas y verter sobre las rajas arregladas en tartera, dejar cocer un poco al horno

MERLUZA TRUFADA

Tres cuartos de merluza, 1/4 de gambas, una trufa y un pedacito de jamón. Cocer las espinas y desperdicios y colar este

caldo. Sacar la merluza y el jamón, agregar a este picadillo las gambas cocidas y troceadas, la trufa y su caldo, una cucharada de pan rallado, sal, pimienta blanca, nuez y 2 huevos crudos. Amasar formar un rulo pasar por harina y freir. Sacar y dorar una cebolla picada, volver a ponerla en cazuela y verter el caldo, una hojita de laurel, un chorrito de jerez seco y que cueza unos 20 minutos dándole con cuidado la vuelta para que cueza por igual Dejar que se enfríe para cortarlo como la carne. Se sirve frío con lechuga o gelatina y caliente con su salsa.

CON SALSA DE ANCHOAS O DE CANGREJOS

Cocer al horno con

sal y limón, pimienta, una buena cucharada de mantequilla, un poco de aceite, un chorrito de vino blanco, perejil y una cebolla mediana. Freir 5 o 6 anchoas, una punta de harina y verter el caldo de haber cocido el pescado, añadir un poco de jerez, dejar cocer un poco y verter sobre el pescado. Si es con cangrejos freir estos con un poco de tomate y ponerlos que cuezan con el pescado y después colar el caldo de cangrejos, no deben picarse en el turmix sino apretarlos al colar.

REIG O MERO AL HORNO

Untarlo por arriba y por abajo con mucha cebolla, perejil, ajo, pimienta, piñones, pan rallado, un chorro de aceite

hirviendo y meterlo al horno.

PESCADO A LA MARINERA

Pasar por turmix tomates, cebollas, ajo, perejil, pimienta, sal, un chorro de aceite y un poco de agua, si gusta un poco de guindilla. Cocer ésto un poquito y dejar caer el pescado por unos minutos. debe estar picantito

CON VINO BLANCO

Colocar en tartera engrasada el pescado (entero o de corte) poner una cebolla rallada, carlota a ruedas finas, sal pimienta, nuez, una pizca de hierbabuena, añadir unas cebollitas pequeñas ya doradas con mante-

quilla, un poco al fuego y poner el pescado, cubrir con vino blanco. Dejar cocer al horno, cuidando que no se seque, rociándolo de vez en cuando con su jugo.

CON RAJAS DE LIMON

Hacerle al besugo 3 cortes al través e incrustar unas rajadas de limón, picar perejil, ajito, pimienta, sal, desleír con aceite, agregar una cebolla rallada, un poco de agua y al horno.

BESUGO CON NUECES

Para un besugo de 3/4 de kg, 1/2 vaso de agua, 1/2 vaso de aceite y 1/2 de vino de jerez. En fuente engrasada, una cebolla rallada y colocar

el besugo sazonado con sal y limón y que cueza. A mitad desleír en el caldo unas 10 nueces picadas.

ALA BERNARDINA

Cubrir la tartera con patatas cortadas como papas, encima ruedas de cebolla muy finas, un chorro de aceite y otro de agua y que cueza un poco. Colocar la merluza abierta, sazonar con sal, pimienta, limón, perejil un poquitín de nuez y otro poco de agua y al horno que acabe de cocer.

BESUGO O DORADA A LA CALDERONA

En tartera untada colocar el pescado sazonado con sal, limón, bastantes carlotas a rajitas,

cebolla rallada, una copa de jerez, espolvorearlo con queso y al horno cubierto con papel de plata para que no se dore demasiado pronto. Luego dejarlo dorar.

SALMONETES ASADOS

Limpios, sazonados con sal y limón colocarlos en tartera, hacerles un corte junto a la cabeza y meterles una rajita de limón. Espolvorearlos con perejil picado, rociarlos con aceite crudo y una gota de vinagre.

MERO A LA PLANCHA

Limpio, rebozarlo con un picadillo de ajo y perejil, un chorrito de aceite y dejarlo macerar un rato, luego volverlo a rebozar y asarlo

a la plancha. Colocarlo en la fuente y tirarle por encima el caldo que dejaron calentándolo.

PESCADO CON YEMA

Freir el pescado, colocarlo en fuente caliente y verter sobre él una salsa hecha con 2 yemas de huevo cocido picadas con bastante perejil, zumo de limón, pimienta, un chorrito de caldo de pescado, otro de aceite (colado) de freir el pescado, la clara del huevo a trocitos.

PESCADO CANARIO

Cocer el pescado tipo dentol con poca agua, sal, laurel, orégano y unos cascós de cebolla. Se sirve con salsa. (mojo canario = ver salsas)

PESCADO EN SALSA

Freir un puñado de almendras peladas, una corteza de pan, dos ajos, el hígado del pescado, perejil y un tomate. Pasar todo por turmix, añadir un poco de agua, sal, pimienta y dejar cocer un poco. Dejar caer el pescado hasta que se blanquee. Los pescados blandos freírlos antes.

MERO EN CAZUELA

Ocho filetes de mero, 1 cebolla, 4 dientes de ajo, 1/2 copa de vino blanco, 2 huevos cocidos, una ramita de perejil, 1/2 l. de caldo de pescado, 2 ñoras dulces troceadas sin semillas, 1kg de guisantes

cocidos, 1 cucharada de pan. En cazuela de barro se pone aceite y ajos fileteados y cuando tomen color agregar la cebolla rallada, repartirla por el fondo y agregamos el mero enharinado. 2 minutos y le damos la vuelta y si gusta le añadimos unas pocas gambas peladas, vino, carne de las ñoras, el agua de las mismas que (habrán estado en remojo por 2 1/2 horas en un vasito de agua y con un cuchillo se raspa la carne y se mezcla con agua) 2 minutos después se echa el caldo del pescado, sal, los guisantes cocidos, pan rallado y perejil, continuando 10 minutos sin dejar de mover la cazuela para que se ligue la salsa. Se sirve rallando huevo por encima.

LLOBARRO DEL MAR MENOR

Un llobarro de 1200 grs, 16 ajos pelados (enteros) 50 grs de mantequilla, 100 grs de aceite, 2 cucharadas de vinagre, el zumo de 1/2 limón y su cáscara, pimienta, sal y 4 hojas de laurel.

Abrir el llobarro por el vientre y quitar la espina, sazonar con la pimienta, sal y el zumo del limón y ponerlo en la fuente de horno ya engrasada con la piel hacia arriba, las hojas de laurel se ponen hacia abajo, se rocía con el vinagre. En sartén aparte se pone el aceite y se doran los ajos y la corteza de limón, se saca la corteza y se vierte aceite y ajos sobre el pescado. Meter a horno fuerte por 15 minutos.

SOUFFLE CALIENTE DE SALMÓN

Puede hacerse a primera hora y dejarlo dentro del horno pero apagado. Al irlo a servir se enciende de nuevo y con el calor sube, pero como todos los souffles hay que comerlo inmediatamente.

Ingredientes:

1/4 de salmón o lata de 200 grs, 75 grs de margarina o mantequilla, 75 grs de harina, 2 huevos, sal, 1 l de leche, una pizca de nuez moscada. El recipiente de horno de una cabida de 2 l. Hacer una bechamel con la mantequilla, el harina y la leche, cuando casi esté sacarla del fuego y mezclar el salmón que se habrá desmigado quitando espinas. Volver un poquito

al fuego, sacarlo y añadir las yemas primero y luego las claras montadas a nieve y sazonar. Verter en el molde engrasado y meter en el horno suave por unos 40 minutos.

SALMÓN

En cazuela a propósito cocer cebolla a rodajas bien ajustaditas, una o dos carlotas, una hojita de laurel, sal y cuando esté ese caldo poner a cocer con la panza bajo el salmón y cuando rompa a hervir verter un vaso de vermut. El caldo debe estar cubriendo por mitad el salmón. En cuanto se pueda quitar con la uña la piel, sacarlo, colocarlo en fuente y pelarlo. Servir con salsa mahonesa o de frambuesa.

EMPANADO DE SALMON Y MERLUZA

Cortar a cuadros la merluza y formar emparedados con 2 cuadros de merluza y entre ellos una lámina de salmón. Apretar bien y colocar en fuente de horno engrasada. Hacer una bechamel espesa y con ella cubrir y gratinar en el horno.

CALAMARES RELLENOS

Limpiar y rellenar con un picadillo hecho con un frito de tomate, cebolla, los cuernos y aletas de los calamares, ajo, perejil, un huevo crudo y un poco de pan rallado. Se sujetan con un palillo, se pasan por harina y se fríen. En

ese aceite rehogar una cebolla rallada, moviéndola para que tome un poco de color y se vierte sobre los calamares agregando un poco de agua, un vasito de vino blanco y un puñado de guisantes ya cocidos. Dejar que cueza a fuego suave.

CALAMARES EN SU TINTA

Elegirlos pequeños, limpiarlos y dejar algunas bolsas de tinta pues todas es demasiado. Freir bastante cebolla cortada fina, perejil, pimienta, sal, un vaso de vino blanco, las bolsas y los calamares. Cocer tapados a fuego suave.

MERLUZA A LA LIVORNESE

Rehogar en sartén

ajos troceados, tomate a trocitos sin pelar y aplastarlos con un tenedor, cuando estén añadir bastante orégano, un puñado de alcaparras y poner los filetes de merluza a fuego suave. Darle la vuelta al pescado y que espese la salsa.

PULPO A LA GALLEGA

Golpear el pulpo para ablandarlo, echarlo en abundante agua hirviendo con sal, laurel y cebolla. Una vez cocido sin que le caiga la piel, cortarlo a rajas con tijera. Colocarlo en plato de madera o barro y ponerle sal, pimentón picantito y regarlo con aceite de oliva y si gusta con cebolla cortadita.

BACALAO AL PILL PILL

Un kg de bacalao a pedazos no gordos, remojados por 24 horas. Cambiar el agua varias veces, escurrir y secar. En cazuela de barro poner aceite caliente, echar 10 ajos a láminas, dorar y sacar. Echar el bacalao con la piel hacia arriba, dejar un poco y darles la vuelta. Ya fuera del fuego o con él muy bajo mover en vaivén la cazuela hasta que suelte la gelatina, agregar los ajos y un poco de guindilla.

EMPERADOR A LA PARRILLA

Untar con aceite o mantequilla la sartén o parrilla. Bañar los filetes con zumo de limón y

espolvorear con romero y sal, pimienta y asar por 10 minutos cada lado. Colocarlos en fuente y espolvorearlos con perejil picado y adornar con gajos de limón.

LENGUADO AL PATE

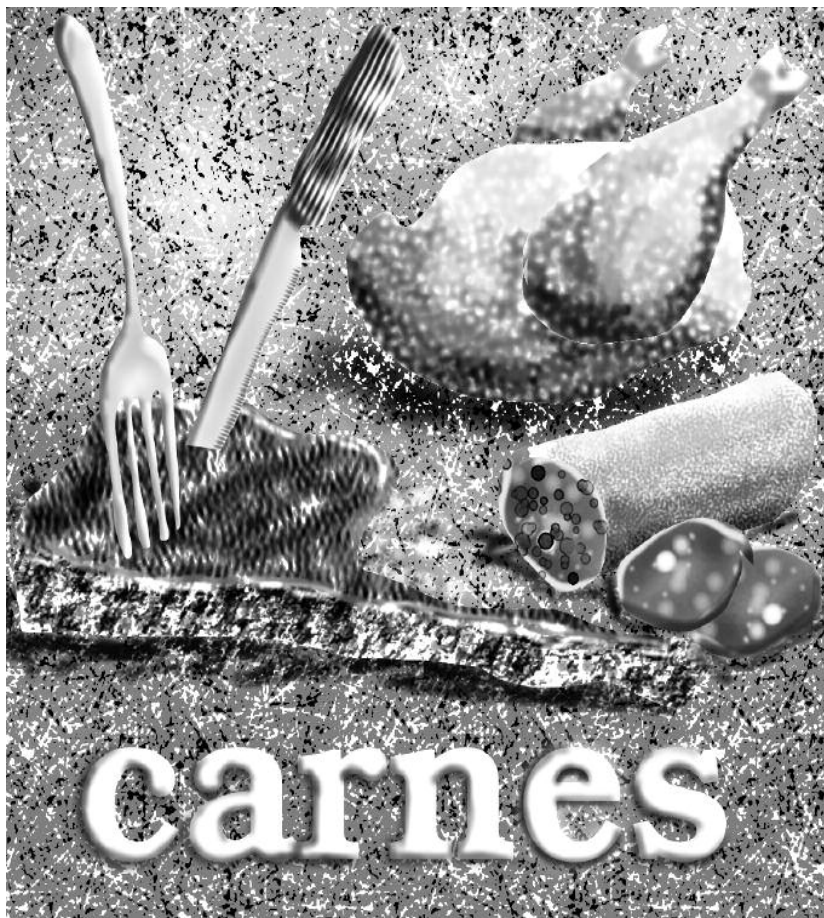
Limpios los filetes ponerles sal y pimienta y dejar escurrir, meter a horno fuerte bañados con zumo de limón, 1 copita de jerez y un pellizco de mantequilla por 8 minutos. Pintar una fuente de horno con foie-gras, colocar en ella los filetes acaballados. hacer una crema con mantequilla, 2 cucharadas de harina, 1/2 l. de leche, más el líquido que soltaron los filetes. cuando esté sacar del fuego y agregar 1 yema y

3 cucharadas de nata líquida, probar de sal y pimienta y cubrir los filetes, unos toques de mantequilla y gratinar a fuego fuerte para que no se pase el pescado.

1 kg de pescado = 6 raciones.

LANGOSTINOS

Dos carlotas, 1 cebolla a tiras, unos granos de pimienta y perejil, con poca agua dejar cocer y enfriar. Luego arreglar los langostinos y agregar agua que quede al ras y sal. Poner al fuego y cuando rompan a hervir dejarlos por 1 minuto y retirarlos del fuego, dejándoles enfriar completamente



DULCES PARA ACOMPañAR ASADOS

Ciruelas pasas abiertas rellenas de foie-gras.

apretar y rehogar con mantequilla.

Peras peladas hechas a gajos, cocerlas un poco de azúcar y agua. Cuando estén rehogarlas con mantequilla que queden jugosas.

Manzanas asadas (reinetas son las mejores) quitar el corazón y poner en su lugar un poco de azúcar vino y mantequilla.

Gelatina de limón: 1 vaso de zumo de limón por 2 vasos de agua, 5 cucharadas de azúcar y hoja y media de cola de pescado desleída en un poco de agua caliente. colar y a la nevera, no al congelador.

Puré de albaricoque: cocer a pedazos con poca agua y a mitad cocer probar de azúcar y añadir un chorro de vino blanco caliente. Colarlo.

CARNE EN SALSA

Redondo o punta de cadera, limpia, bien atada, salada y dorarla a fuego vivo. Colocarla en

cazuela y en el mismo aceite que se frió dorar una cebolla gorda a pedazos, una hojita de laurel, un tomate pequeño y volcar sobre la carne. tirarle un chorrito de vino blanco o de jerez y el caldo o agua con un cubito de Knorr, el agua por mitad del rulo y una chispa de pimienta. Cocer a fuego medio por 20 minutos o poco más. Sacarla que enfríe un poco para poder cortarla bien. Pasar la salsa por turmix.

A LA JARDINERA

Como la anterior pero la cebolla rallada y cuando le falte un poco añadirle unas patatitas y cebollitas ya doradas y unos guisantes cocidos.

CON ALMENDRAS Y JAMON

Como las otras y ya pasada la salsa añadir unas almendras peladas y fritas y unos tostones.

CON SETAS

Igual que lo anterior pero a mitad hacer añadir los rebollones troceados y rascados y que acabe de cocer con ellos.

CON SALSA BLANCA

Rehogar una cucharada de harina con mantequilla, desleírla en leche y mezclar ésto con la salsa de la carne que en lugar de agua o caldo se habrá puesto leche.

CON CARLOTAS

A mitad cocer la carne poner las carlotas a rajitas. Por lo tanto la cebolla se pone rallada.

La carne debe cocer alrededor de media hora.

A LA DIABLA

Después de dorar la carne dorar una cebolla, un tomate, unas hojas de acedera, 1/2 lechuga, una hoja de laurel, unas espinacas, un ramito de perejil, unas carlotas troceadas. Ya rehogado todo añadir caldo por mitad, un cubito, sal, pimienta y que cueza. Pasar por turmix la salsa.

CON AJO ACEITE

Como la anterior con cebolla, tomate, 2

cucharadas de almendra molida, pasar la salsa por turmix y desleír 2 cucharadas de ajoaceite fuertecito. Desleírlo.

CON ACEITUNAS

Dorarla, añadir unos pedacitos de tocino o bacon, unas cebollitas enteras y un poco de tomate triturado. A mitad cocer poner un puñado de aceitunas deshuesadas que habrán estado a remojo un par de horas para desalarlas, Dejar cocer y por último probar de sal.

CARNE MECHADA

Mecharla con tocino de jamón, magro o longanizas, carlota y huevo cocido. Los agujeros los hace

mejor el carnicero. Se dora y hace como las otras.

REVOLTIJOS

Cortar en lonchas finas la ternera (bistec económico) colocar el relleno y enrollar, luego envolver el revoltijo con una hoja de col, atar y freír. Arreglarlos en cazuela y en el aceite freír una cebolla rallada, volcar sobre la carne y cocer. A mitad ponerle un chorrito de vino.

ALBONDIGAS

Dos partes de ternera por 1 de magro, todo picado, sazonar, mezclar con huevo (1 por 1/2 kg de carne) un ajo picado, formar, pasar por harina y freír. Colocarlas en cazuela, freír cebolla rallada y añadir caldo que cuezan.

HAMBURGUESAS

Dos partes de ternera, una de magro de cerdo, mezclar con cebolla rallada, sal, pimienta y un poquitín de mostaza. Formar unas bolas, pasarlas por harina y aplanarlas para que queden todas iguales.

DE HANNOVER

Repetir la preparación pero antes de freírlas hacer un hoyo en el centro como si fuese un nido y freírlas. Cocer con agua rasa, patatitas redonditas y carlotas a rajitas, 1 cucharada de mantequilla hasta que se consume el agua y se dore un poco. colocar las hamburguesas en la fuente, rodearlas con las patatas y con mucho cuidado colocar una yema en cada agujero de las hamburguesas y meterlas

un poco al horno que se calienten y formen una ligera película blanca encima de las yemas.

ESTOFADO

En crudo colocar en cazuela hondita patatitas y cebollitas, 1 hoja de laurel, un vasito de vino, un poquito de vinagre y un poco de agua y sobre ésto se vierte el aceite donde se habrá frito ligeramente unos trocitos de ternera, una cabeza de ajos, unas alcachofitas partidas en dos o cuatro y dejar cocer suavemente. Si gusta poner un poco de pimentón.

ENTRECOTE A LA BORDALESA

Deshuesarlos y atar los pedazos gorditos dándoles forma, untarlos con

mantequilla, sazonarlos con sal y pimienta y perejil picado. Asarlos y en la fuente ponerles una bolita de mantequilla o una salsa mayordomo.

SOLOMILLOS AL AGRIDULCE

Dorar los solomillos enteros pasados por harina, colocarlos en cazuela y verter sobre ellos. En un vaso del tamaño de agua poner dos dedos de miel, uno de vinagre, el contenido de 1/2 sobre de sopa de cebolla Knorr por solomillo y agua. Que cuezan 10 minutos.

RIÑONES AL JEREZ

Quitarles el telo, partirlos a pedacitos y dejarlos a remojo en vinagre por

2 o 3 horas. enjuagar, escurrir y dorar con mantequilla y aceite. Añadir cebolla cortada finamente y que cuezan a fuego lento. cuando estén añadirles un chorro de Jerez. Adornarlos con pan frito o puré de patata.

A LA BROCHE

Arreglar como los anteriores y ensartar en pinchos o palillos intercalando con jamón, hígado, magro, tocino (si gusta ahumado) Se sirven rebozados con huevo y pan o sin rebozar.

HIGADO O RIÑONES ASADOS

Se corta a rajadas de un dedo de gruesas y se pone en adobo de sal, aceite,

pimienta y orégano por 3 horas. Se cortan lonchitas de tocino y en un papel de barba se va colocando el hígado o riñón intercalado con el tocino. Se envuelve en el papel y se mete al horno. Cuando se dora el papel estará en su punto.

PATA DE CORDERO

Limpia de pieles se frota con limón, se sazona con sal, pimienta y perejil y en los cortes que se habrán hecho se mecha con ajo y perejil. Se unta con manteca y mantequilla y se dora a horno fuerte. Si se hace en cazuela de barro se pone unos cascotes de cebolla y algo de caldo si es dura.

EN BOLSA DE ASAR

Se deshuesa para cortarla mejor, se sazona con sal y limón y se mete en la bolsa junto con ajo, puerro, unos trozos de cebolla, se ata la bolsa y se mete al horno por 1 1/2 horas. Sale dorada. Pasar el jugo por turmix. Poner un poco de jerez. También se puede hacer rellena de magro picado y cognac. Hay que embadurnarla con aceite o poner una nuez de mantequilla y dos carlotas.

ROAST BEEF

De filete o entrecote. Atarlo, restregarlo con limón, sazonar con sal y pimienta, untarlo con manteca de cerdo y mantequilla, cubrirlo con cebo-

lla cortada a tiritas y dejarlo unas horas. Asarlo a fuego fuerte y cuando esté tostado rociarlo con 2 cucharadas de crema de leche, un chorrito de jerez seco, unas gotas de cognac y algo de mantequilla. Darle una vuelta y sacarlo. Cortar grueso y servirlo con puré de patata o de manzana o albaricoque o con manzanas asadas.

COCHINILLO ASADO

Limpio, rascado, etc...
(esto lo hace el carnicero)
Abierto se colocó en fuente de horno cuyo fondo se llena de hojas de con sus tronquitos. Para que no se pegue se sazona con sal y el adobo siguiente: majar 2 dientes de ajo, un poco de tomillo, otro de romero, 50 grs de manteca de cer-

do y 1 vaso de vino blanco. Poner dentro la mitad de adobo y meter al horno. Rociarlo repetidas veces, darle la vuelta y rociarlo con el adobo restante cada 5 minutos. 364 de hora por kg d espeso.

BUDIN SUECO

Tres cuartos de lomo por 1/4 de magro pasado por máquina 2 veces, 2 huevos, 1 cucharada de pan rallado, pimienta, sal, un polvo d nuez moscada, un chorrito de jerez seco y una latita de trufa y su jugo. Mezclar todo, algunos trocitos de jamón y ponerlo en molde engrasado y forrado con papel de estaño al horno y al baño de María. por una hora larga. Cuando se pincha y no sale mucho jugo, sacarlo y ponerle peso. Servir con gelatina

de limón o mahonesa si es en frío y con salsa de tomate si es caliente.

LOMO TRUFADO

Un cuarto de kg de lomo, 1/2 kg d magro, 3 pechugas, un pedazo de jamón, 3 huevos, 1 cajita de trufa. Cortar a tiritas el lomo, el jamón y la pechugas. Picar el magro, mezclar los huevos con este picadillo, sazonar con sal, pimienta blanca, un polvo de nuez moscada, el caldo de la trufa y jerez seco y extender esta pasta sobre un paño mojado. Arreglar sobre ella las tiritas de jamón, pechuga y lomo, ponerle las trufas cortadas. Con la ayuda del paño hacer un rollo, atarlo bien prieto. En cazuela estarán cociendo los huesos de pollo, una hoja de laurel, pimienta en grano, una

cebolla gorda a cuartos y un cubito de Knorr. Introducir el lomo y cocerlo por unos 3/4 hora, añadiendo un chorrito de jerez a mitad cocer. Sacar y poner peso. Cuando se corte finito antes de separar las cortadas espolvorearlo con azúcar y tostarlo con hierro candente.

OTRO LOMO RELLENO

Una caña de lomo que le haga el carnicero, cortando sin llegar al final, una cortadita a cada punta un agujero y saque el lomo. viene a ser el grueso de una morcilla gorda, ésto con el mismo peso de magro se pica. Se sazona con sal y pimienta, un polvo de nuez, un huevo entero, un chorrito de jerez y se rellena el lomo.

Entonces se tapan las puntas con las cortaditas que se hicieron y se ata. Cocinar como cualquier carne.

LOMO RIZADO

Cortarlo a rebanadas pero sin llegar al final, rellenar cada cortada con huevo cocido, con carlota, con jamón enrollándolas y se ata en sentido contrario para que no se abran. Cocinarlo como una carne cualquiera.

LOMO CON LECHE

En gratinadora untada con mantequilla y aceite colocar las rebanadas de lomo rebozadas con huevo y pan, rasarlas con leche en donde se habrá batido un huevo, sal pimienta y se meten al horno que se doren.

LOMO A LA NARANJA

La caña de lomo atada se dora en aceite y sacar. Se la pone en cazuela, se le echa una copa de cognac y se le prende fuego. Mientras en el mismo aceite se doran unos cascotes de cebolla, una cortecita de limón, se vierten sobre el lomo y se agrega el zumo de 2 o 3 naranjas que cueza un poco. Pasar la salsa quitando la corteza de limón.

LOMO A LA SAL

Cubrir la caña de lomo apretando bien con sal (el mismo peso de lomo que de sal) y meter al horno que se dore la sal. Sacar, limpiarlo de la cáscara de sal y cortar cuando esté frío. Servir con lechuga o gelatina o

huevo hilado o con salsa de frambuesa.

POLLO A LA SAL

Poner 2 tazas de sal en el fondo de la cocotte, colocar el pollo encima restregado con limón y atado con su piel por delante y detrás, que esté bien cerrado. antes meter dentro una nuez de mantequilla, rodearlo con 6 tazas más de sal y 4 más por encima, apretarlo bien, tapar la cocotte y meter al horno por 1 1/2 horas, la sal tomará color. Sacarlo y abrir el caparazón dándole un fuerte golpe.

POLLO AL SUPO

Limpio frotarlo con limón y meterle un limón

despuntado y 2 cubitos, cerrarlo y meter al horno.

POLLO TRUFADO

Deshuesado por detrás o abierto y deshuesado y luego cocido. Picar las mollitas que se saquen con 1/4 kg de magro y otro 164 kg de lomo y un buen trozo de jamón serrano, una lata de trufas, sal, pimienta, nuez, jerez seco y sos huevos bien picados. Mezclar todo y rellenar el pollo y cerrarlo. Cocerlo en cazuela en donde estarán cociendo todos los huesos, carlotas, cebolla a trozos, escarbaderas, pimienta en grano y un chorrito de jerez. Cuesta alrededor de 1 hora o poco más. Sacar y poner peso. Este caldo colado y coloreado es un buen consomé.

POLLO AMORÓS

Abierto por mitad, macearlo, sazonarlo con sal y limón, untarlo de mantequilla y meterlo al horno. Cuando falte un poco sacarlo y embardurnarlo con una crema hecha con mantequilla muy batida con una cucharada de mostaza y un polvo de pimienta y volverlo a meter al horno que se acabe de hacer.

POLLO A LA VIENESA

Freirlo a trozoos con mantequilla y un ramito hecho con perifollo, puerro, estragón, ponerle cuando esté 1/2 l. o poco más de crema de leche y a mitad cocer retirar las hierbas y añadirle setas o champiñones.

POLLO CON SALPICÓN

Freir un puñado de piñones, sacarlos, luego el higadito y por último el pollo troceado. Colocarlo en cazuela, freir una cebolla rallada y verterla sobre los pedazos, 2 peras a trozos y hacer cocer todo ésto. Cuando esté casi, desleír los piñones y el hígado bien picados en el jugo y servirlo con patatitas cocidas con agua y mantequilla para que se doren.

PECHUGAS DAMISELA

Cortadas a lo largo se macean, se sazonan y se rebozan con huevo batido, perejil, pan rallado y se fríen.

PECHUGAS FIAMBRES

Deshuesar las pechugas, macerarlas, rellenarlas con unas tiritas de bacon y arrollarlas y atarlas. Pasarlas por harina y dorarlas. En este aceite dorar una cebolla rallada y cuando esté agregar un vaso de vino blanco. Están muy buenas calientes.

POLLO A LA NARANJA

Troceado el pollo se tiene en recipiente no metálico por 12 horas con 2 vasos de zumo de naranja. Transcurrido ese tiempo se escurre, se sazona y se doran los pedazos. en el mismo aceite se doran dos cebollas, perejil, una pizca de tomillo y se vuelven a colocar los peda-

zos del pollo. Se vierte el zumo de las naranjas y se deja cocer por 3/4 de hora o menos. Se adorna con gajos de naranja.

FAISAN ASADO

Limpio y restregado con limón rellenar con pedacitos de jamón con tocino y otros de manzana. Se ata y se dora. En la misma mantequilla o aceite dorar una cebolla rallada y unos trozos de manzana. colocar en fuente de horno, colocar el faisán encima partido en 4 trozos y regarlo con 1 vaso de jerez seco o vino blanco, 2 cucharadas de Kirsch. A mitad añadir poco a poco 1 vaso de crema de leche y dejar cocer. Colar la salsa. si se corta ligarla con un poco de mahonesa.

POLLO AL CHILINDRON

Se trocea el pollo, se sazona con sal y pimienta. Poner en cazuela el aceite y freir el ajo, retirarlo y freir los pedazos de pollo ya dorados, la cebolla cortadita, tapr y dejar rehogar despacio y cuando tome color añadir 3 pimientos rojos (mejor asados a tiras) 150 grs de jamón cortado a trocitos y 3 tomates pelados y sin semillas (éstos se tamizan y deben ser maduros) tapar la cazuela, seguir a fuego lento hasta que estén tiernos.

PAVO O CAPÓN ASADO CON RELLENO

Limpio y preparado

para asar se le pone en el sitio del buche el siguiente relleno. Freir con manteca el hígado y se saca. Luego ir dando una vuelta a un pedazo de jamón, después a 1/4 de magro y 2 longanizas y todo ésto peladas las longanizas y picado el hígado se pica. En el mismo aceite se rehogan dos manzanas espedriegas cortadas pequeñas, por último 10 ciruelas pasas escaldadas y deshuesadas, mezclar todo, sazonarlo con pimienta y nuez, un chorrito de jerez seco y se rellena el pavo cerrándolo bien estirando la piel y por abajo cerrarlo también y embardurnarlo todo él con manteca. Conviene prepararlo la víspera para que se filtre más la manteca y el aroma.

POLLO VICTORIA

Freírlo troceado, se saca y se fríe una buena cebolla rallada, unos pedacitos de jamón y una cucharadita de harina, volver a poner el pollo sazonar con sal, pimienta laurel y una copa de jerez, un puñado de setas o champiñones y que cueza. Al irlo a servir desleír una yema en la salsa.

PECHUGAS CON ALMENDRA

Freírlas con unos cascotes de cebolla, un puñado de almendras tostadas, un poquito de corteza de limón y una chispa de caldo. Cocer poco y tamizar la salsa.

FAISÁN CON CASTAÑAS

Un cuarto kg de castañas peladas, cocerlas con 1 vaso de leche y otro de agua. Se escurren y tamizan, mezclarlas con 150 grs de foie-gras y 1 trufa finamente cortada. Con esta pasta se rellena el faisán. Se cose y ata envolviendo con 75 grs de tocino cortado en lonchas finísimas. Dorarlo con mantequilla. Ponerlo en cazuela de barro, verter 1 copa de Cognac y prenderle fuego. en donde se frió dorar una cebolla, 2 tomatitos, 1 carlota, 1 copita de vino blanco, pimienta, sal y verter sobre el faisán un poco de caldo. Tapar y dejar cocer bien tapado. Si queda relleno desleírlo en el caldo. Pasar la salsa por turmix.

FAISÁN CON UVAS O CIRUELAS

Rellenar con trocitos de tocino y granos de uva pelados y quitados los huesitos. Atar, untar con mantequilla y dorar. Pasar a cazuela y dorar 2 carlotas, 2 tomatitos, ya dorados echarlos sobre el faisán y cocerlo con 1 botella de Champagne. El faisán suele ser durito. colar la salsa y adornar con uvas. 1 botella de Champagne y 1 kg de uva por 2 faisanes.

PERDICES EN ESCABECHE

Limpiar, soflamar y partir en dos mitades. Sazonar con limón y sal, volverlas a juntar atán-

dolas pero cada mitad en un sentido. Ponerlas en cazuela con ajos, laurel, pimienta en grano, aceite, vinagre, sal, tomillo, 1 taza de aceite y otra de vinagre y otra de agua.

CONEJO ASADO

Limpio y restregado con limón sazonar con sal, pimienta, un chorro de vino. Embadurnar con manteca de cerdo y bien atado dejar por 24 horas. en gratinadora con cebolla, un poco de caldo y rociarlo de vez en cuando.

PATO A LA FINLANDESA

Pelado, rascado, quemado se pone a remojo por 1 hora en agua y 24 en leche, enjuagarlo bien que no quede ningún cuajito de

leche y escurrido y secarlo (es normal que huela un poco). Ya troceado, dorarlo un poco con mantequilla, añadir una cebolla a cuartos, laurel, perejil, un poco de apio, pimienta negra, un chorrito de limón y agua. Cocerlo por unas dos horas lentamente. Un poco antes de estar añadir poco a poco 1/4 de nata líquida, después colar y ligar la salsa que suele cortarse con Maicena. Servirlo con patatitas cocidas con agua y sal y mantequilla y Sauer Kraut.

Esta se prepara rehogando una cebolla gorda cortada muy fina y añadiéndole dos coleccitas moradas cortadas juliana. cuando esté bien revuelto esto con mantequilla y brille, ponerle sal, 1 hoja de laurel, el zumo de 1/2 limón grande, una cucharada de azúcar, una

cucharadita de semillas de Kummel y agua que lo cubra. Mover a menudo que no se pegue. Debe quedar jugosa.

PATO A LA NARANJA

Un pato de 1 1/2 kg. Limpio quemado y partido por mitad quitado el esternón salarlo, volver a juntar metiendo dentro un gajo de naranja y unas tiritas de cebolla y atarlo. Dorarlo con 1 decilitro de aceite y una cucharada de mantequilla a fuego suave. Agregar una cebolla a cuartos, 2 carlotas y 1 tomate ya frito. Poner 2 copas de Oporto y 2 de Cognac y prenderle fuego. Luego ponerle el zumo de 1 naranja y 1/2 limón, caldo, los desperdicios y meterlo al horno por 1 1/2

horas. Taparlo y rociarlo a menudo con su salsa. Mondar una naranja y 1/2 limón pero solo la corteza que no tenga nada de lo blanco y escaldar. Tirar esa agua y enjuagar y cortarlas a tiritas finísimas. Cuando al pato le falte un poco pasar la salsa y volvérsela a poner, echarle las pielecitas, un poco de azúcar, una copita de Oporto y otra de Curaçao y acabar de cocer. Si la salsa se corta o está clara arreglarla con Maicena. También puede ponerse un generoso y cointreau.

CONEJO A LA MOSTAZA

Sin cabeza, un conejo de 1/2 kg embadurnarlo con bastante mostaza (1 vasito) Meterlo a horno suave sobre 3/4 hora. Ya

asado, colocarlo en la fuente caliente donde tenga que servirse y en donde se asó. Verter 150 grs de crema de leche, mezclarla bien con el jugo del asado y colándolo verter sobre el conejo. Si se corta ligar con Maicena.

CONEJO AL AJO ACEITE

Restregado con limón y salado ir friendo los pedazos hasta que doren. Luego freir 1 cebolla gorda, 3 ajos, una ramita de romero, otra de tomillo, orégano, pimienta, perejil, una cucharada de almendra molida, una copita de jerez y agua. Cuando esté tamizar la salsa, volverla a poner en el conejo y echarle una buena cucharada de ajoaceite.

PATO CON COL

Pelado, rascado y soflamado rellenarlo con unos pedacitos de tocino de jamón y el cogollo de la col. irlo envolviendo con las hojas de la col (escaladas) intercalando trocitos de tocino. Atarlo, dorarlo y agregar una cebolla gorda picada, una copa de generoso dulce y según el agua que suelte la col, añadir caldo.

CON ACEITUNAS

Untarlo de mantequilla y dorarlo lentamente. añadirle una cebolla rallada y una carlota a rajitas y cebollitas enteras y una copa de vino dulce. Cuando le falte un poco ponerle un puñado de aceitunas deshuesadas que habrán estado a remojo por unas horas. hay que

tener en cuenta que las aceitunas a pesar del remojo, salan mucho.

PECHUGAS FIAMBRES

En cazuela de hervir pescado poner en el fondo unos gajos de cebolla y un buen pedazo de mantequilla. colocar la parrilla y colocar las pechugas que se habrán abierto por mitad pero vuelto a juntar y sostenerlas por la piel (de un pollo salen por lo tanto 4 pechugas) sobre ellas verter 1 copa de cognac, un polvo de nuez, sal, se tapan y dejar que se hagan con ese vapor. Luego se sacan, se separan y embadurnarlas solamente por un lado con foie-gras trufado. Arreglar las pechugas en fuente poniendo una pechuga por el lado

del foie-gras y la otra por el lado blanco. Adornarlas con trufas y rociarlas con gelatina de caldo.

POLLO AL AJILLO

El pollo partirlo en cuartos, salpimentar y freir en cazuela con aceite. Ya dorado, retirarlo y quitar un poco de la grasa y dorar 3 ajos cortados a ruedas. añadir el pollo y rociarlo con 1 vaso de vino tinto y dejar cocer durante 20 minutos. A media cocción añadir el perejil (2 cucharadas) picado y 150 grs de champiñones cortaditos. colocar el pollo en fuente de horno, dejar que la salsa espese y tirarla por encima del pollo metiéndole al horno unos minutos para que se caliente.

PIERNA DE CORDERO CON PASAS

Deshuesar la pierna y envolverla con tiras de bacon cortado muy fino (100 grs para 1 kg de cordero) La víspera de cocinarla ponerla en maceración con 1 vaso de vino tinto, una rama de romero y pimienta. Al siguiente día escurrir, sazonar y meterla al horno durante 20 minutos. entonces rociarla con el jugo de la maceración y ponerle 100 grs de pasas, dejar cocer por 20 minutos más rociándola de cuando en cuando.

REDONDO CON BACON

A un redondo que no sea gordo envolverlo con

tiritas de bacon o tocino de panceta, envolverlo luego con papel de estaño y meter al horno. Adornarlo con las tiritas de bacon y puré de patatas.

LOMO A LA BRASA

Una cabeza de lomo , abrirla y cortar sin llegar abajo haciendo cuadros. Rellenar éstos de ajos y perejil picado, sal y un poco de pimienta. Doblarlo de nuevo y ponerle tomillo y romero dejándole en este adobo 24 horas. Asarlo sobre la brasa poniéndole en parrilla.

CARNE AL CHIN PUM

Un kg de carne de ternera, 1/4 de pollo, 1/4 de magro, todo picado, se

mezcla, se sazona con sal, pimienta, nuez 1 huevo crudo, si gusta unas tiritas de jamón, se le dá forma, se empaqueta en albal y se mete al horno por una media hora, se sirve fiambre con ensaladilla de maíz. Si es caliente se le hace una salsa con mantequilla, maicena y caldo, unas gotas de jerez.

POLLO O PECHUGAS CON QUESO

Si es pollo que se deshuese y si es pechugas que sean de pavo. Estas se abren, se les corta para que formen cuadro y se cubren con 100 grs de jamón York y encima otros 100 de queso de barra, se sazonan con sal, pimienta, nuez y un poco de jerez. Se arrollan, se atan, se pasan por la sartén para

que se doren, se colocan en cazuela y en la sartén se dora un puerro, una carlota y un tronco de apio. Se agregan a las pechugas y se les vierte una botellita de champagne (benjamín) si hace falta se le añade un poco de caldo. Cocer una media hora.

Consejos

- Siempre es mejor ser tacaña con la sal pero si alguna vez se te va la mano, al sazonar un guiso, puedes solucionarlo añadiendo un trozo de patata cruda y dejándola cocer un rato.
- Si temes que la carne pueda quedar dura, no dejes de añadir al guiso un trozo de corcho, regarlo con vino blanco o un chorro de vinagre. De esta forma la carne te quedará más tierna.
- En los arroces caldosos queda mejor el caldo si al hacer el sofrito frías un pedacito de pan y lo picas y disuelves en el caldo. Lo mismo con las salsas de la carne o en los potajes.
- Cuando hagas una crema batir las yemas con el azúcar y un pellizco de mantequilla. cuando esté espumosa añadir la leche, así no se corta y una punta de maicena batida con las yemas.



MANTECADO DE CACAO

Un litro de leche, 2 yemas, 1 cucharada de maicena, 3 cucharaditas de cacao, 9 cucharadas de

azúcar. Hacer una crema, dejar enfriar, añadir las claras a nieve, batir en el turmix y al congelador.

LECHE MERENGADA

Un litro de leche, raspadura de limón, 1 cucharada de maicena, 3 claras a nieve y 10 cucharadas de azúcar.

Hervir la leche con el azúcar, una corteza de limón, una barrita de canela y una cucharada de maicena desleída en la leche aún fría. Dejar enfriar y agregar las claras y la raspadura. Meter en el congelador.

HELADO DE LIMÓN

Batir en turmix un limón de piel fina al que se le habrá quitado las puntas. Abierto por mitad a lo largo, quitado los huesos y la mecha del centro y cortado a pedacitos añadir un vaso de azúcar, dos vasos de leche y un huevo entero. Ya bien batido colarlo y al congelador.

HELADO DE COCO

Un litro de leche, 2 cucharadas de coco rallado, cocerlo. Ya frío agregarle 2 yemas y las claras batidas. el azúcar a gusto. Ponerla en la leche.

CEBADA GRANIZADA

Hervir en 1 litro de agua 5 cucharadas de cebada tostada, una corteza de limón y si gusta 1/2 barrita de canela. Colar y meter en congelador. cuando empiece a helarse mover con un tenedor para que se granice.

HELADO DE CAFE

Dos partes de café por una de agua, azúcar a gusto pero que esté dulcecito.

Al congelador y movido como el anterior.

CREMA HELADA DE NESCAFE

Dos cazillos de agua y 1 de azúcar, ponerlo a fuego y reducir casi a la mitad. 2 cucharadas de nescafé desleídas en 3 cucharadas de agua, mover y calentar pero que no llegue a hervir. Dejar enfriar, batir 6 yemas, mezclarlas con el nescafé primero, luego con el almíbar y agregar 1/2 kg de nata montada o las claras a nieve. Mezclar y meter al congelador.

MANTECADO DE LUJO

Doscientos grs de nata, 4 huevos, 4 cucharadas de azúcar.

Batir a nieve las claras, agregar el azúcar, después la nata y por último las yemas, Meter al congelador. para servir sacar en un jarrito chocolate hecho y rociar por encima.

MANTECADO SENCILLO

Hacer una crema con 2 yemas, 2 cucharadas de azúcar, una pizca de mantequilla y 1 cucharada de maicena. Ya batido añadir 3 vasos de leche. Batir las claras a nieve y mezclar. meter al congelador.

HELADO DE ALMENDRA O AVELLANA

Una crema como la anterior y añadir 1 cucharada de almendra

molida o de avellana. Debe ser tostada.

GELATINA DE FRUTAS

El almíbar de 1 bote de 1/2 kg de melocotón y el de otro más pequeño de piña y un poco de azúcar y otro poco de agua. Hacer un almíbar. añadir 4 hojas de cola de pescado o un sobre de gelatina de limón, mezclar, colar, una vez desleída. en molde poner un poco de este almíbar y meter en la nevera, cuando endurezca, arreglar pedacitos de fruta de diferentes colores y rociar de nuevo con almíbar. repetir ésto varias veces, pero la última capa que sea de almíbar y meter en la nevera por 24 horas como mínimo.

SEMIFRIO DE CHOCOLATE

Doscientos grs de chocolate sin leche, 200 grs de mantequilla, 6 huevos, 7 cucharadas de azúcar, 200 grs de nueces peladas. fundir el chocolate con el azúcar y enfriado un poco, añadir las yemas. Mezclar bien y añadir las claras a nieve. forrar un molde tipo cake con bizcochos y alternar éstos con la mezcla. Meterlo en el congelador. volcar en el plato y adornar con nueces.

DUQUESA DE CHOCOLATE

Doscientos grs de bizcochos de soletilla, 75 grs de mantequilla, 75 grs de azúcar, 1 vaso de Kirsch, 4 huevos, dos cucharaditas de café soluble y 1 tableta de chocolate sin leche Nestlé.

Trabajar las yemas con el azúcar, añadir el café y el chocolate fundido, mezclar bien y agregar las claras a nieve. Mezclar el Kirsch con un poco de agua y bañar ligeramente los bizcochitos, forrando con ellos un molde. Llenarlo alternando la crema con bizcochos, dejando un poco de crema para cubrir y salpicarlo con chocolate rallado.

CREPES DE NARANJA

Batir 3 huevos, agregar dos dedos de leche, un pellizco de sal, 1 cucharada de azúcar y 100 grs de harina. Remover hasta obtener una pasta fina y lisa. Untar el fondo de una sartén con aceite y hacer 4 crepes con la mezcla preparada. Rellenar con

mermelada o confitura de naranja, replegando los bordes. Rociarlos con azúcar y meter al horno.

PERAS NEVADAS

En cacharro de cristal poner una capa de helado a gusto. Encima peras en almíbar, se adorna con nata o claras batidas y al servir se riega con salsa de chocolate.

COMO SERVIR LOS COCKTAILS

Un plato sopero poner azúcar y tener un limón cortado. antes de servir el cocktail o sorbete pasar el limón por el borde del vaso y luego volver el vaso y así que se pegue el azúcar y quede azucarado. Clavar una rajita de limón o de naranja.

REFRESCANTE MG

En vaso alto poner unos trocitos de hielo, unas gotas de granadina, 1 copita de gin Mg. Acabar de rellenar el vaso con agua tónica y poner unas cortecitas de naranja y una rajita de limón.

GIN FIZZ

Para un gran vaso, el zumo de 1/2 limón, 1 vasito de ginebra, 1 cucharadita de azúcar, 1 cubo de hielo y acabar de llenar el vaso con soda o sifón.

PRESIDENTE

En coctelera, 3 cubitos de hielo, 1 cucharadita de azúcar glas, 1 cucharada de zumo de limón, 1 cucharadita de ron. Agitar y pasar a vaso grande donde habrá

pedacitos de fruta del tiempo. Acabar de llenar el vaso con agua de Seltz. Servir con paja.

NARANJADA AL LIMON

En un jarro el zumo de 6 naranjas, de 2 limones, una cucharadita de granadina, bastante hielo picado y el contenido de 1 sifón. servirlo con una rajita de naranja.

NARANJADA CASERA

El zumo de 12 naranjas, colarlo. Cortar muy fina las cortezas y en cacharro donde hierva el agua con 200 grs de azúcar poner las cortezas. Tapar y sacar del fuego. Dejar enfriar, colar, mezclar con el zumo. Servir muy frío.

MELON A LA ESPUMA DE LIMON

Un melón aproximadamente de 1 kg, Partir por mitad y vaciar con cucharita (de hacer patatas redondas) ponerlo en la nevera, poner las bolitas de melón en un recipiente y regar con 2 cucharadas de miel caliente, raspadura de medio limón y el zumo de éste, un polvito de canela. Mezclar bien. En el momento de servir se reparte la mezcla en cada mitad del melón y encima colocar una bola de espuma de limón. Adornar con guindas y espolvorear con canela.

SANGRIA

4 botellas de vino tin-

to 1 botella de gaseosa, el zumo de 4 limones y su corteza, azúcar a gusto, un chorrito de ginebra, otro de ron y 1 barra de canela en rama y trocitos de melocotón.

ALGEMESI

El zumo de 1 naranja, 2 cucharaditas de crema de lima, unas gotitas de kirsch, unos trocitos de hielo.

MELON CON MACEDONIA

Abrir el melón por arriba y vaciarlo con cuchara, trocear los pedazos de melón, de melocotón, peras, manzanas, picotas deshuesadas, azúcar si no se ha puesto fruta en almíbar o el almíbar de ellas. Rellenar el melón y meter en la nevera. Al

servir echarle 1/2 botella de champagne bien frío.

COCKTAIL SANSACIONAL

En coctelera unos pedacitos de hielo, el jugo de 2 naranjas, 1/2 copita de ginebra, 1/2 de whisky. Servirlo con una rajita de naranja.

ANDALUZA

En coctelera el zumo de 1 naranja, 1/2 copita de jerez, unas gotas de granadina, 1/2 cucharadita d azúcar.

ALCIRA COCK- TAIL

4 trocitos de hielo, una cucharadita de granadina, 1/2 copita de agua de seltz y el jugo de 1 naranja.

CUBANITO

En coctelera unos pedacitos de hielo, el jugo de 1 naranja, 1 copita de ron. Agitarlo bien, servir en copa de cocktail con una rajita de naranja y azucarado el borde.

50 MEGATONES

Trocitos de hielo, 4 gotas de Kummel, 1 copita de Vodka y el zumo de 2 naranjas.

RON SUR

Zumo de limón, 1 vasito de ron, unos trocitos de hielo, una rajita de limón y azucarado.

SORBETE DE LIMÓN

Un kg de limones, 350 grs de azúcar, 2 botellas de champagne seco, 1 l. de agua, 2 claras de huevo. Poner en

maceración la corteza de 2 limones, el azúcar, el agua durante 5 horas. Exprimir los limones, pasarlos por colador y poner en nevera. Ya un poco endurecido ponerle las claras montadas y al servir el champagne.

COCKTAIL PIÑA

Pasar por turmix 1 bote de piña, añadir 1 vaso de zumo de limón, 2 cucharadas de jerez seco. Servir muy frío con un cubito de hielo y una guinda.

SORBETE DE PIÑA

1 bote de piña y su jugo, pasarlo por turmix, añadir el zumo de 1/2 limón, un chorrito de Kirsch y una botella de champagne.

SORBETE DE POMELO

Dos tercios de zumo de pomelo y 1/3 de zumo de albaricoque, mezclarlo y ponerlo en la nevera. Al servir poner una gaseosa o sifón.

OTRO DE LIMON

El zumo de 2 limones y su raspadura, el zumo de 4 naranjas y la raspadura de 1, 1/4 de kg de azúcar. Mezclar todo con 1 litro de agua y al congelador. Batir ligeramente las claras, 1 copita de Kirsch, otra de Cointreau, otra de Cognac, otra de Ron, el almíbar de un bote de piña de 1/2 kg y la piña a pedacitos y poner a enfriar. A última hora añadir una gaseosa o sifón y una botella de sidra o champagne.

Esta 2ª edición se acabó
de imprimir y encuadernar en
Imprenta Dobón,
c/ Buenos Aires nº 8
Valencia 46006
Diciembre 2012

