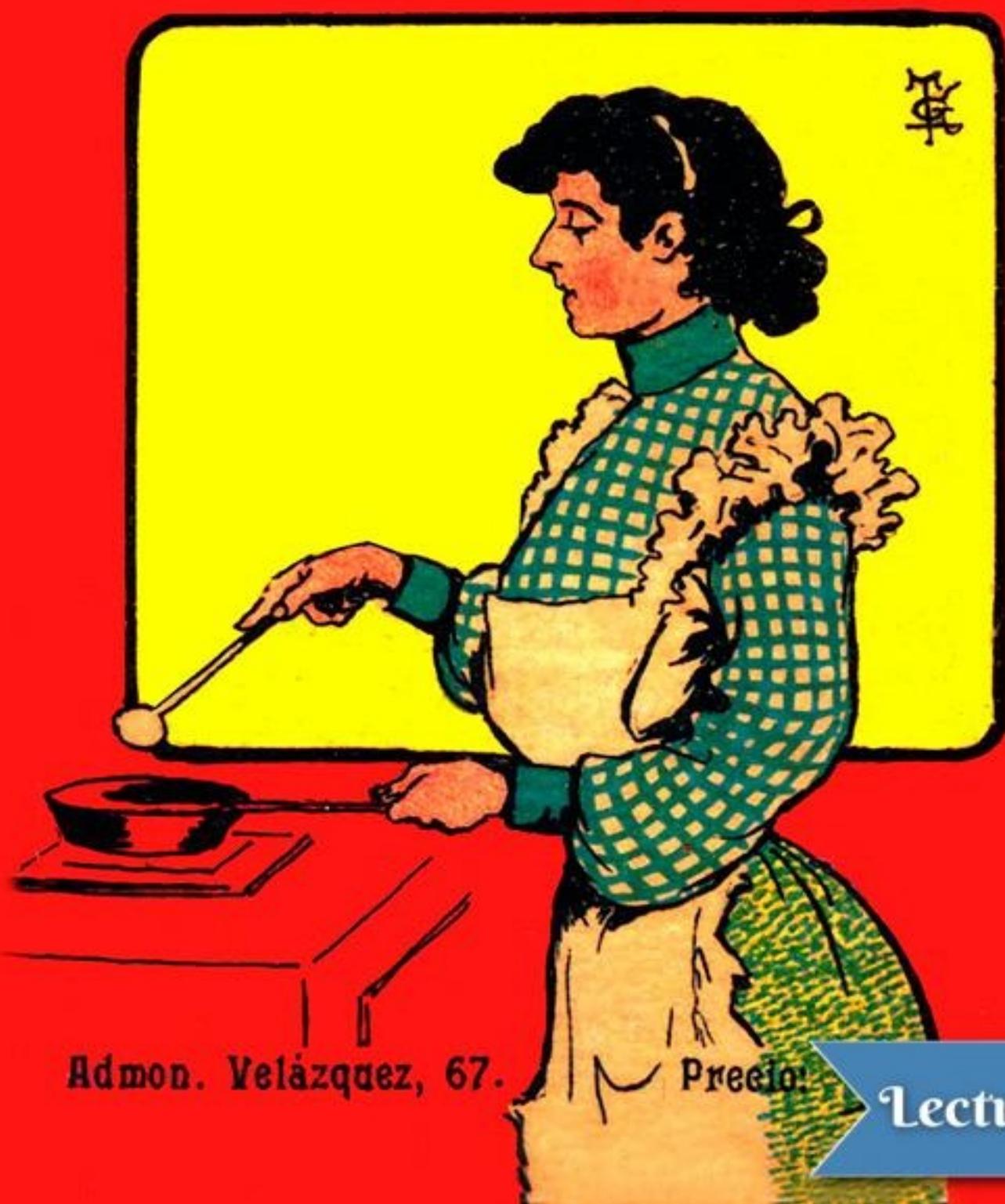


COLECCIÓN "MARAVILLAS"

VOLUMEN V

# MANUAL DE COCINA SENCILLA

Arte de preparar con poco gasto  
platos exquisitos.



Admon. Velázquez, 67.

Precio:

Lectulandia

En 1908 se publica en Madrid este breve Manual de cocina sencilla. Arte de preparar con poco gasto platos exquisitos, redactado por Luz Martín y que se vendería al precio de 50 céntimos de peseta.

Se recogen en él suculentas recetas entre las que se encuentran numerosas comidas regionales como el pote gallego o la fabada asturiana, diferentes sopas, caso de la de ajo o la primavera, o salsas como la castellana o la española. Asimismo se expone la forma de cocinar numerosos platos a base de verduras y legumbres, como los pimientos asados, la coliflor rebozada o las lentejas, de arroz, como la paella, de carne, caso de los filetes a la madrileña, los riñones al jerez o el cordero asado, las morcillas de arroz y de cebolla, el pollo en pepitoria o al chilindrón, las perdices a la cazadora o escabechadas o el conejo guisado a lo campesino, y de pescado, como el besugo asado, la merluza guisada, el bonito a la asturiana, los calamares en su tinta o el bacalao a la vizcaína.

Luz Martín

# **Manual de cocina sencilla**

**Arte de preparar con poco gasto platos exquisitos**

ePub r1.0

Titivillus 04.12.2019

Título original: *Manual de cocina sencilla*  
Luz Martín, 1908  
Ilustraciones: R. Carcedo  
Retoque de cubierta: Titivillus

Editor digital: Titivillus  
ePub base r2.1

Colección MARAVILLAS

VOLUMEN V

**MANUAL**  
DE  
**COCINA SENCILLA**

**Arte de preparar con poco gasto  
platos exquisitos**

POR

**D.<sup>a</sup> LUZ MARTÍN**

DIBUJOS DE R. CARCEDO



**ADMINISTRACIÓN**  
DEL  
**NOTICIERO-GUIA DE MADRID**  
Velázquez, 67.  
1908

## Índice de contenido

Cubierta

Manual de cocina sencilla

Portadilla

Al lector

Capítulo preliminar

Capítulo I: Sopas y purés

Sopas de ajo.

Sopa de pastas.

Sopa de arroz.

Sopa de primavera.

Sopa de verano.

Sopa de otoño.

Sopa de Invierno.

Sopa de María.

Sopa Juliana.

Sopa de pescado.

Puré de patata.

Puré de legumbres.

Puré de cangrejos.

Sopa de macarrones.

Capítulo II: Salsas

Salsa bechamel.

Salsa castellana.

Salsa aromática de caza.

Salsa mayonesa.

Salsa española.

Salsa de tomate.

Salsa vinagreta.

Salsa tártara.

Salsa casera.

Alí oli.

### Capítulo III: Huevos y tortillas

- Huevos pasados por agua.
- Huevos fritos.
- Huevos revueltos con tomate.
- Huevos a la nata.
- Huevos al plato.
- Huevos a la nieve.
- Tortilla española.
- Tortilla francesa.
- Tortilla con jamón.
- Tortilla de carne.
- Tortilla de verdura.

### Capítulo IV: Patatas, verduras y legumbres

- Patatas fritas.
- Patatas en salsa.
- Patatas en tortilla.
- Patatas soufflés.
- Pimientos asados.
- Coliflor rebozada.
- Repollo.
- Lombarda.
- Espinacas a la andaluza.
- Alcachofas.
- Espárragos.
- Cardo en salsa.
- Cardo al natural.
- Pisto manchego.
- Judías verdes con tomate.
- Judías verdes a la francesa.
- Judías blancas secas.
- Judías de color en estofado.
- Lentejas.

### Capítulo V: Cocido y platos regionales

- Cocido español.
- Olla podrida.
- Cocido francés
- Pote gallego.
- Fabada asturiana.

### Capítulo VI: Platos de arroz

Paella de familia.  
Arroz tostado.  
Arroz blanco.  
Arroz a la italiana.  
Arroz para vigilia.  
Arroz a la alicantina.

#### Capítulo VII: Platos de carne

Vaca estofada a la francesa.  
Vaca asada.  
Vaca y ternera mechada.  
Vaca en estofado.  
Chuletas empapeladas.  
Filetes rellenos en salsa.  
Beafteck con patatas.  
Filetes a la madrileña.  
Pastel de hígado de ternera a la francesa.  
Hígado de ternera en salsa.  
Riñones de vaca o ternera al jerez.  
Manos de ternera a la madrileña.  
Manos rebozadas.  
Sesos de vaca a la marsellesa.  
Picadillo de vaca cocido a la francesa.  
Chuletas de carnero a la cazadora.  
Pierna de carnero.  
Cordero a la aragonesa.  
Cordero asado.  
Espaldilla de cordero entre dos fuegos.

#### Capítulo VIII: Platos de cerdo

Solomillo de cerdo mechado.  
Lomo en rosca.  
Chuletas de cerdo a la parrilla.  
Morcillas de cebolla.  
Bolas o tortetas.  
Longanizas.  
Chorizos.  
Salazón.  
Salchichas a la canela.

#### Capítulo IX: Fritos

Riñones.

Sesos huecos.  
Jamón frito.  
Chuletas fritas a la besamela.  
Croquetas.

#### Capítulo X: Aves

Pollos en pepitoria.  
Pollo salteado.  
Gallina con arroz.  
Pollo asado.  
Pollo a lo chilindrón.  
Pichones asados.  
Pichones guisados a la parisién.  
Pato con patatas.  
Pavo asado.

#### Capítulo XI: Caza

Perdices a la cazadora.  
Perdices escabechadas.  
Codornices cubiertas.  
Conejo asado.  
Conejo guisado a lo campesino.  
Liebre en salsa negra.  
Liebre a la española.  
Pájaros fritos.

#### Capítulo XII: Pescados

Merluza a la mayonesa.  
Merluza guisada.  
Lenguado frito.  
Salmón.  
Besugo asado.  
Besugo en salsa.  
Besugo a la vizcaína.  
Besugo al vino blanco.  
Anguila a la tártara.  
Anguila en salsa de tomate.  
Pescadillas.  
Bonito a la asturiana.  
Congrio en salsa.  
Mero.  
Langosta al natural.

Langostinos.  
Calamares en su tinta.  
Bacalao a la vizcaína.  
Bacalao frito.  
Olla de pescado.

Contraportada

## AL LECTOR

---

**Objeto de este libro.— Consejos sanos.— La dueña de la casa.— Las provisiones.— La bodega.**

Nuestro objeto es ofrecer a las señoras amantes de la vida del bogar los platos más sencillos que una larga práctica nos ha dado a conocer, con los cuales, a pesar de su sencillez, pueden componerse comidas de platos elegidos y variados.

En muchas recetas hacemos indicaciones sobre las cantidades que deben ponerse para cuatro personas; pero en general es ocioso decirlo, porque la práctica, teniendo en cuenta la calidad de los comensales, dirá con acierto lo que se necesita, y sin conocimientos previos de cocina, es inútil toda prevención.

Lo mismo decimos de los condimentos; el ojo de la cocinera experta elegirá y determinará, según las ocasiones, la calidad y la cantidad de cada uno de ellos. Los condimentos son convenientes si se usan moderadamente, pero el abuso es seguramente perjudicial a la salud.

El placer en la comida debe guardar armonía con las necesidades del organismo. La intemperancia, lo mismo en el comer que en el beber, es manantial de muchas enfermedades. Es saludable y reparador comer aquello que se necesita para vivir, dándole el mayor atractivo dentro de las condiciones económicas de cada cual. Tener como norma de conducta vivir para comer es impropio de personas que se estiman en algo.

De los utensilios de cocina no diremos más que recomendar su escrupulosa limpieza; teniendo mucho cuidado con los de metal para evitar su oxidación, que pudiera producir intoxicaciones.

Tampoco estimamos necesario hablar sobre la manera de conducirse en la mesa, porque los más elementales tratados de urbanidad nos lo han enseñado, y si el convite es ceremonioso, la costumbre y los libros de buen tono lo prescriben.

Una dueña de casa debe poseer conocimientos culinarios para poder exigir un servicio esmerado en la confección de las comidas; así como saber la calidad y precio de las provisiones, para no ser engañada. Es conveniente tener una idea clara del empleo que debe darse a cada cosa, y si un plato no está bien, poder indicar el remedio. No sólo debe ordenar lo que quiere, sino el por qué lo quiere.

Es muy conveniente para las casas hacer aprovisionamientos de ciertas clases de comestibles, tales como de jamones en el primer mes de la primavera, conservándolos en sitio fresco y oscuro; los huevos deben guardarse, los que ponen las gallinas, desde el 10 de Septiembre al 15 de Octubre; las mantecas deben conservarse en local fresco, evitando la humedad y el calor.

También es conveniente tener vinos de mesa y postre que sean de excelente calidad. Para conservarlos bien, se ponen en cuevas orientadas al Norte, teniendo en cuenta que una buena cueva hace el buen vino.

Aparte de estas observaciones, creemos oportuno advertir que cada salsa debe tener y conservar su aroma y gusto especial; el buen acierto del cocinero consiste en aplicar a cada manjar aquella que mejor haya de adaptarse a su sabor. Por nuestra parte, ya las indicamos en las fórmulas respectivas.

Daremos por bien premiados nuestros desvelos en la confección de este manual si resulta útil y provechoso para la generalidad de las familias.

# CAPÍTULO PRELIMINAR

---

## **Cocina.— Combustibles.— El arte de cocer y el arte de asar.**

Con mal entendida conveniencia, la generalidad de los que construyen casas emplazan las cocinas en locales exiguos y mal orientados; cuando, por el contrario, debe buscarse sitio muy claro, con sol, a ser posible, y muy ventilado, para facilitar la más perfecta limpieza.

No vamos a ocuparnos de los tradicionales hogares para leña, ni de los hornillos llamados de campaña, porque su uso es sobradamente conocido; así es que únicamente trataremos de la cocina moderna, que tiene por combustibles el carbón de hulla o cok, y también de la cocina de gas.

En las cocinas en que se usa el carbón como combustible, debe procederse todos los días a retirar las cenizas y carbonilla del hornillo, porque rellena los conductos, interceptando las corrientes de aire; debe abrirse la llave de tiro, limpiando interiormente el tubo con una escobilla. Al retirar las cenizas, deben cribarse para guardar el carbón menudo, que servirá después, muy mojado y mezclado con cisco, no sólo para entretener el fuego, sino para moderar su viveza cuando convenga para ciertos guisos. Se observa si están sucios los diversos conductos interiores, y se limpian con la escobilla y con un trapo, frotándolo todo minuciosamente; se friega con agua muy caliente y sosa, lo mismo interior que exteriormente, teniendo cuidado cada noche de limpiar la cocina después de la comida; como aún está caliente, los cuerpos grasos se desprenden con facilidad, y el humo y las cenizas no se acumulan, y de esta manera el lavado, que es largo y enojoso, puede hacerse dos veces por semana.

Antes de encender la cocina debe llenarse el depósito del agua, y cada vez que se saca agua caliente, se pone otra tanta fría, a fin de que el calor fuerte

no lo estropee. Aprovechando la ocasión de que el hornillo esté apagado, debe limpiarse el depósito del agua cada tres o cuatro días, para que el agua caliente salga limpia.

El procedimiento para encender el carbón es muy sencillo: en el fondo del hornillo se ponen unos papeles arrugados y huecos y sobre ellos unas astillas de madera resinosa, se les prende fuego con una cerilla y poco a poco se echa carbón encima en forma que no apague la llama de las astillas; entonces se abre la llave de la corriente de aire para activar la llama, y según vaya tomando cuerpo, se echa ya el carbón necesario.

Para el cocido, estofado, legumbres y salsas debe regularse el calor de manera que resulte lento, a cuyo objeto la llave de corriente de aire debe estar casi cerrada, y si el fuego es aún fuerte, se tiene cuidado de cubrirle con ceniza mojada.

Para los asados al horno, pescados fritos, frituras y demás platos preparados en la sartén, se abre la llave del tubo para que el fuego sea muy vivo.

Las parrillas para asados se colocan sobre ascuas ardientes, procurado hacerlo cuando el carbón no despida ya humo a fin de evitar el mal gusto que produce. Deben ponerse muy inclinadas, con objeto de que la grasa no escurra sobre el carbón.

El gas como combustible para guisar en la cocina tiene muchas más ventajas que el carbón y solamente presenta dos inconvenientes que son: el coste y el riesgo. El primero puede disminuirse empleando baterías de cocina apropiadas o sea de fondo plano y de metal que sea buen conductor del calor, y con cerrar, inmediatamente determinado el guiso, todas las llaves, incluso la del contador, resultará tan económico o más que el carbón.

El peligro de una explosión puede evitarse teniendo una exquisita vigilancia con las llaves y gran cuidado al encender el gas.

La limpieza en la cocina de gas debe ser asidua para que no haya oxidaciones y depósitos de grasa y polvo, a fin de que estén completamente expeditas las llaves, el inyector y la cámara de combustión.

Los tubos de caucho deben lavarse cada vez que se ennegrezcan, y se les debe inspeccionar con frecuencia para cambiarlos si se han partido o agujereado. En este caso se debe cerrar la llave del contador antes de hacer el cambio.

El encender instantáneamente la cocina de gas hace ganar cada día dos horas de tiempo a la cocinera, por el que pierde para limpiar y encender la de carbón, cuyo calor es más irregular, pues al encenderla casi no da calor; así es

que para el desayuno, antes que la leche, el café o el chocolate están prestos, se pierde media hora. Además, la cocina de carbón hay que encenderla por lo menos dos veces al día, porque el entretenimiento continuo lleva un gasto considerable de combustible. Si es cok aún es más costoso, porque si no está lleno el hornillo se apaga pronto.

En la cocina de gas, como no necesita de más preparativos que abrir las llaves y aplicar la cerilla, en cinco minutos se hace el desayuno o un par de huevos. Por la noche, en los casos de indisposición repentina, se calienta el agua inmediatamente.

El carbón vegetal es ventajoso para el uso de las parrillas, por las excelentes ascuas que da, las cuales ejercen acción directa sobre la vianda y no tiene el inconveniente de los carbones de hulla y cok, que les da mal aspecto por su calor seco. Todas las preparaciones delicadas suelen cocinarse mejor con el carbón vegetal.

En la cocina de gas deben regularizarse las llaves a lo estrictamente necesario. Supongamos que se trata del clásico cocido español: en los primeros quince minutos necesita un fuego muy vivo para que resulte la ebullición muy fuerte e intensa, con objeto de que los ingredientes que componen el puchero suelten las impurezas en forma de espuma. Para esto se abre el fuego a toda llave, hasta que permita espumarlo muy bien. Después se regulariza la llama, disminuyéndola para que siga con hervor suave y tranquilo hasta su completa cocción.

Los diversos procedimientos que suelen emplearse para los asados nos obligan a discurrir sobre las ventajas e inconvenientes de cada sistema haciendo algunas observaciones generales, propias de este capítulo preliminar.

Los adelantos modernos han llegado también a la cocina, que ha sufrido transformaciones, motivadas por el perfeccionamiento de los utensilios, y no han sido los menos importantes los que se refieren a la manera de asar las viandas.

En los tiempos en que el solo combustible era la leña, el único utensilio que se empleaba para asar era la cadena colocada a través de las altas chimeneas rudimentarias y hacía falta una cocinera muy habilidosa para hacer y presentar buenos asados.

En la actualidad se confeccionan utensilios que permiten asar con toda perfección.

Los asados al horno tienen el inconveniente de que los jugos se evaporan, las grasas se queman y las fibras se secan, con lo que pierden buena parte de

sus cualidades nutritivas. Puede atenuarse en parte estos inconvenientes con una vigilancia muy esmerada de la cocinera, y dando frecuentes vueltas al asado.

El asador mecánico es muy cómodo y puede adaptarse para toda clase de combustible. Es un mecanismo de relojería puesto dentro de una caja, que hace dar vueltas a la vianda, con más o menos viveza, según la altura de la clavija.

Sin embargo, el asado en parrilla suele salir más acertado que en ningún otro aparato.

Las viandas llamadas negras requieren desde luego un fuego vivo. Se denomina así el carnero, el venado, la vaca, la liebre, el pato y los pichones.

Se llaman blancas las perdices, pollos, codornices, pavo, conejos, cerdo, cordero y ternera. Éstas con fuego más templado se asan perfectamente.

Hay que tener muy en cuenta que la viveza del fuego ha de ser proporcionada al volumen del asado; un lomo de vaca de cuatro kilos debe tener fuego menos vivo que otro de dos kilos, porque se quemaría exteriormente si desde el principio se le sometiera a un fuego ardiente.

La sal para los asados debe echarse unos minutos, ocho o diez, antes de retirarlos del fuego, porque si se sazonan antes, les hace salir el jugo, lo cual es contrario a los buenos principios de cocina que aconsejan que debe conservarse el jugo en el interior de las viandas.

Si el asado se desea tierno, puede retirarse cuando escapa un tenue vapor de la vianda, aunque no siempre es infalible este signo; más bien lo conoce la experiencia de la cocinera, que lo servirá más o menos hecho, según el gusto.

Muchos asados suelen mecharse con trocitos delgados de lardo fino para neutralizar la acción secante del fuego.

---



## CAPÍTULO I

### SOPAS Y PURÉS

#### **Sopas de ajo.**

La sopa prepara el estómago para la comida, y debe tomarse caliente. Daremos comienzo por la más popular.

En 50 gramos de aceite o manteca se ponen a freír unos ajos, que se quitan una vez fritos. En el mismo aceite o manteca se fríen también unas rebanaditas de pan, y todo esto, con un poco de pimienta, se echa en 300 gramos de pan, que estará en una cacerola, cortado en rebanadas muy delgaditas, y se acerca al fuego, dándole unas vueltas hasta que se dore un poquito. Seguidamente se echa litro y medio de agua cociendo, que tendrá la sal necesaria, dejándola cocer a fuego suave media hora. Cinco minutos antes de servirla se añade cuatro huevos enteros o batidos.

NOTA IMPORTANTE. *Las cantidades que se citan están calculadas para cuatro cubiertos, lo mismo que en las recetas sucesivas.*

#### **Sopa de pastas.**

Se pone litro y medio de caldo, colado, del cocido en una cacerola; cuando esté en ebullición se le va echando, poco a poco, la pasta de sémola, fideos, macarrones, etc., que quede muy Clarita, teniendo cuidado de moverla mucho y dejándola cocer hasta que se vea esponjosa y trasparente.

Si la sopa es de sémola, se añaden picatostes en el momento de servirla.

### **Sopa de arroz.**

Se ponen a cocer en dos litros de caldo del cocido 200 gramos de arroz limpio, retirándolo al amor de la lumbre a los veinte minutos de ebullición. Momentos antes se le echa picadillo de jamón y al apartarlo se le añaden cuatro huevos enteros, teniendo cuidado de que estén separados. Quince minutos después de retirado se sirve.

### **Sopa de primavera.**

En una cacerola se ponen a cocer con un trozo de manteca alcachofas, espinacas y lechugas muy picadas. Se tapan hasta que se deshagan las alcachofas, dándoles vueltas. Cuando estén cocidas se añade dos litros de caldo del cocido o de agua sazónada, o la mitad leche. Si se echa agua, hay que poner una yema de huevo batido para trabar la preparación. Esta sopa se vierte en la sopera sobre rebanadas de pan sazónadas con pimienta.

### **Sopa de verano.**

Se cuecen medio kilo de patatas, dos tomates, una cebolla y un pimienta verde. Después de muy cocido se pasa por un colador, agregándole litro y medio de caldo del cocido, con el cual se pone a fuego lento una hora.

Antes de servirla se echa bastantes cuadraditos de pan, fritos en aceite.

### **Sopa de otoño.**

Se fríen ajos menuditos en 200 gramos de aceite; se quitan los ajos, y se echa un poquito de clavo y pimienta molida y a continuación un litro de agua sazónada. Cuando el agua esté cociendo en la sartén, se va echando en

pequeños puñados el pan cortado en rebanadas cortas y finas. La sartén se tendrá inclinada hacia delante y según se vaya mojando el pan se retira hacia atrás para que vaya escurriendo el agua. Así que esté toda el agua embebida en el pan, se añade picadillo de jamón y se da a la sopa forma de tortilla dorada por fuera y jugosa por dentro.

Se sirve guarnecida con uvas.

### **Sopa de Invierno.**

En una cacerola se mezcla un litro de caldo del cocido con medio kilo de patatas cocidas muy machacadas y una cucharada de harina, añadiendo medio cuartillo de leche que se va echando despacio; todo bien revuelto, se deja cocer quince minutos a fuego lento, hasta que esté algo espeso.

Un pedazo de carne del cocido, frita en manteca, picadillo de jamón y dos patatas cocidas se machacan y mezclan hasta formar una masa, y con ella se hacen unas bolitas que se pasan por huevo y harina y se fríen, poniéndolas en la sopera, vertiendo en la misma el caldo preparado anteriormente.

### **Sopa de María.**

En un mortero de piedra se machacan con unas almendras las partes blancas de un pollo cocido y se tuesta en una poquita de manteca; esto se echa en una cacerola, con seis huevos duros partidos y medio litro de caldo, mezclándolo todo con nata para que una, y se deja cocer una hora al baño de María.

En vasija aparte se pone a cocer en fuego suave corteza de pan frito desmenuzado en un litro de caldo. Al servirlo se mezcla con lo que está cociendo al baño de María.

### **Sopa Juliana.**

Córtense en filetes dos zanahorias y dos racimos de apio; se ponen en una cacerola con manteca, moviéndolos sin cesar hasta que estén ligeramente dorados; se agregan dos puerros cortados en pedazos, algunas hojas de lechuga, alcachofas y un poquito de azúcar. A esto se le echa dos litros de caldo, haciéndole hervir despacio una hora.

Cinco minutos antes de sacarlo puede agregarse una cucharada de guisantes verdes, y unos tostones de pan al servirlo.

### **Sopa de pescado.**

Con manteca o aceite se fríen unos ajos, una cebolla y una zanahoria, partidos muy menudos; así que estén fritos, se echan en la cacerola dos litros de agua, sal y pimienta; se deja cocer diez minutos, y después se agrega medio kilo de pescado (sea mero, merluza, almejas, etcétera) y se le hace hervir durante media hora.

Se tienen preparados en la sopera cuadraditos de pan frito, y pasando el caldo por un colador, se echa en la sopera y se sirve muy calentito.

### **Puré de patata.**

Se cuece un kilo de patatas enteras, y una vez cocidas, se machacan y pasan por un colador. Se fríe un tomate, unas rajitas de ajo y una miga bastante grande de pan, y después de machacarlo todo, se cuele también y se mezcla con la patata, y echando en la cacerola litro y medio de caldo, se le deja cocer a fuego suave diez minutos.

Momentos antes de servirlo pueden agregarse unos pedacitos fritos de buen chorizo riojano.

### **Puré de legumbres.**

Se ponen a cocer 30 gramos de las legumbres secas que se desee con unos pedacitos de cebolla y zanahoria. Cuando estén bien cocidos se machacan, se les echa un poquito de caldo para que se disuelvan y se pasan por un colador. Todo junto en una cacerola con litro y medio de caldo, se pondrá media hora a fuego lento.

Al tiempo de servirlo, en la sopera se añade picadillo de jamón y picatostes, si se quiere que resulte más sabroso.

### **Puré de cangrejos.**

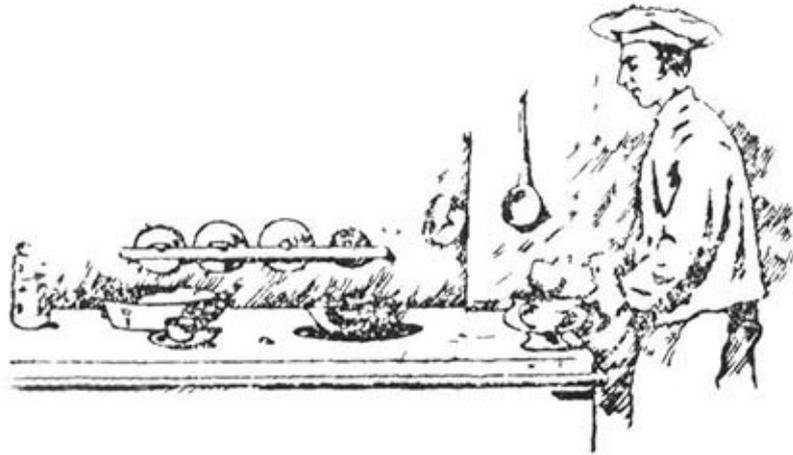
Dos docenas de cangrejos muy lavados, después de practicada la operación que se llama castrarles, se ponen cubiertos de agua con sal, pimienta, unas raspaduras de nuez moscada y un cuarterón de manteca, cociendo en fuego vivo durante quince minutos.

Después de cocidos se les quita las colas, que se dejan en un poco de caldo, y la carne que se saca del resto de los cangrejos se machaca en un mortero de piedra, y en un litro de agua y 60 gramos de arroz se pone a fuego lento veinte minutos. Seguidamente se machacan las colas con sus cáscaras y juntamente con el caldo en que se han guardado se pasa por tamiz y obtendrá color rojo. Todo esto se vierte sobre la sopera, en la que habrá preparados tostones de pan, y se sirvo.

### **Sopa de macarrones.**

En caldo que sea de buen cocido se pone a cocer medio kilo de macarrones gordos, y cuando estén blandos y jugosos se agrega jamón muy menudo y zumo de tomate fritos. Poco después se le echa una nuez de manteca de vacas y queso de Gruyere rallado, sazonándolo todo con pimienta molida. Se deja a fuego suave diez minutos y se sirve.

---



## CAPÍTULO II

### SALSAS

Las salsas que se elaboran por una preparación independiente del manjar que se guisa resultan mucho más apetitosas que las que se hacen con harina o féculas que suelen emplearse para trabar o espesar el caldo que tiene la vianda que se confecciona.

Las salsas pueden dividirse, principalmente, en dos clases: calientes y frías. Éstas, a su vez, se subdividen en muchas clases.

Las salsas calientes son una mezcla de manteca, harina, féculas, etc., con un líquido hirviendo que se combinan por la acción de un fuego moderado.

Las salsas frías tienen por base yemas de huevo trabajadas con aceite o manteca y jugo de limón, vinagre, etc.; éstas son bastante más costosas y de acierto más difícil.

Es condición indispensable, para que las salsas resulten bien, que las primeras materias que se usen para su confección sean de excelente calidad, porque si no serán desagradables al gusto.

#### **Salsa bechamel.**

Entre la variedad de salsas de esta clase, elegimos por su sencillez la siguiente:

Se pone a fuego suave una cacerola esmaltada, echando en ella 20 gramos de manteca muy fresca de vacas y otros tantos gramos de harina fina tamizada; una vez bien mezcladas, se retira la cacerola del fuego y entonces se añade poco a poco medio vaso de leche que esté hirviendo y cuatro pedacitos de manteca fresca del tamaño de avellanas y la sal necesaria, revolviéndolo con una cuchara de madera.

Después de que haya formado una masa fina se agrega una cucharada de nata y cuatro o cinco cucharadas de leche hirviendo, se vuelve a poner a fuego suave cinco minutos y se saca, debiéndola usar inmediatamente.

### **Salsa castellana.**

Se hace tomar color en una cacerola a 100 gramos de manteca, seis cebollas pequeñas partidas en pedazos, cuatro chalotes, tres clavos de clavillo, laurel, tomillo, perejil, un poquito de ajo machacado, dos o tres pedacitos de zanahoria, trabándolo con una poquita de harina; enseguida se echa poco más de medio vaso de vino y otro tanto de agua y una cucharadita de vinagre. Se deja cocer media hora y ya puede emplearse.

### **Salsa aromática de caza.**

En una vasija barnizada se ponen los despojos crudos de liebre, perdiz o becada, un poco de tomillo, una hoja de laurel y tres o cuatro cebollas, con un buen vaso de vino blanco. Se deja en fusión durante una hora, pasada la cual, se cuele y añadiendo medio litro de buen caldo al líquido que ha resultado, se pone a cocer media hora, teniendo cuidado de tapar la cacerola para que no se evapore el aroma. En seguida se pasa por el tamiz de seda y ya está hecha.

### **Salsa mayonesa.**

En un perol o plato hondo se ponen dos yemas de huevo con un polvo de sal y otro de pimienta; con una cuchara se las mueve siempre para el mismo lado, a fin de que no se corte la salsa, y se agrega gota a gota el aceite necesario hasta que la pasta se ponga consistente y se separe de las paredes de

la vasija. Se prueba y sazona nuevamente de sal; si hace falta se le agrega un poco de vinagre o limón y se mezcla todo con la cuchara hasta que esté bien unido. Puede añadirse también una cucharada de nata, y de esta manera resulta la salsa más fina.

### **Salsa española.**

Se mordan almendras tostadas (o nueces, avellanas o piñones) y se machacan. Se fríen una miga de pan y un pedazo de cebolla, y se mezclan con las almendras, machacándolas en un mortero. Si esta salsa ha de servirse con pescado, se alarga con agua, en cuyo caso se le echan unas gotas de limón o vinagre, y si es para carne, se le pone caldo en lugar de agua, y se deja cocer unos minutos.

### **Salsa de tomate.**

Se ponen a asar unos tomates, y así que están, se los pela, se pican muy bien, y pasándolos por un colador, se dejan en una cacerola, se les añade un poco de caldo del cocido, una chispita de manteca y la sal necesaria. Se aproxima al fuego quince minutos, y se retira.

### **Salsa vinagreta.**

En dos yemas de huevo cocidas y machacadas se echa poco a poco una jícara de aceite, mezclándole muy bien, y se le agrega sal, pimienta molida y dos jícara de vinagre; se le añade picadillo de huevo cocido, ajo menudo, pimiento asado, también muy menudo, perejil, pepinillo, y algunos echan bellota o castaña.

### **Salsa tártara.**

Hay quien gusta de salsa fuerte, y en este caso se hace lo siguiente: en una taza grande se ponen dos yemas de huevo, se echa una cucharadita de vinagre, otra de mostaza, sal, pimienta, perejil y una jícara de aceite, mezclándolo todo

muy bien, como en la salsa mayonesa. Se aproxima al fuego y se le da unas vueltas durante tres o cuatro minutos.

Puede añadirse también cebolletas o chalotas picadas muy menudas.

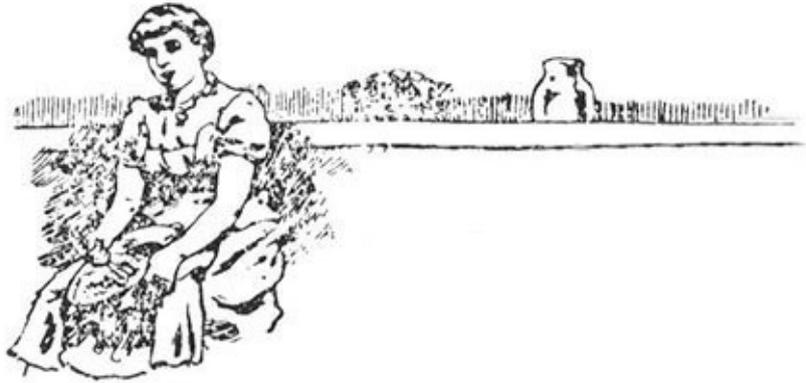
### **Salsa casera.**

En 80 gramos de aceite o manteca se fríe un ajo que se quita, se echan tres cucharadas de harina y se mezcla, revolviéndola mucho hasta que se oscurezca un poco; se añade caldo muy caliente, sal y unas gotas de vinagre, poniéndose al fuego hasta usarla.

### **Alí oli.**

Con una cuchara de palo se baten muy bien dos yemas de huevo crudo, y removiéndolas sin cesar, y siempre para un lado, se va agregando gota a gota el aceite hasta que la salsa se ponga muy dura. Se machacan dos dientes de ajo, y desleídos con un poquito de aceite, y echando sal molida, se agregan a la salsa. Se sirve fría.

---



## CAPÍTULO III

### HUEVOS Y TORTILLAS

#### ADVERTENCIAS IMPORTANTES

Para freír los huevos es conveniente usar una sartén pequeña y honda, poner abundante aceite, y no echar a freír los huevos hasta que el aceite está tan caliente que humea. Debe tenerse también la precaución de romper el huevo en un plato o taza, y ver si está fresco y bueno antes de freírlo.

Para hacer las tortillas debe estar muy limpia la sartén por dentro; los huevos no conviene batirlos excesivamente, porque se ponen como una masa, y la tortilla no resulta jugosa; en cambio, conviene, una vez batidos los huevos, añadirles un pedazo de mantequilla del tamaño de una nuez, dividida en trocitos por toda la tortilla, pues de esto modo resulta la tortilla muy fina y sabrosa.

En las tortillas a la francesa, una vez echados los huevos en la sartén y en cuanto cuajan un poco, se levanta por un lado la tortilla con una *volvedera* y se dobla una mitad sobre la otra, con lo cual queda muy tierna la tortilla por el interior, que es como la prefieren muchas personas.

#### **Huevos pasados por agua.**

Se lavan en agua fría a fin de presentarlos limpios en la mesa, después se ponen en un cazo con agua hirviendo, se tapan y se retiran inmediatamente de la lumbre; a los siete minutos de retirados pueden servirse.

### **Huevos fritos.**

Hacerlos parece cosa sencillísima que todo el mundo sabe; sin embargo, vamos a decir cómo resultan bien hechos. Esto se consigue tomando una sartén honda y pequeña con bastante aceite y dejando que se ponga muy caliente; cuando humea se echa el huevo con cuidado que no se rompa la yema y se va rociando la clara con el aceite. En cuanto está cuajada la clara se sacan en seguida con una volvedora, antes de que se pongan demasiado tostados, porque el huevo quemado es de mal digerir.

### **Huevos revueltos con tomate.**

Se fríe medio kilo de tomates después de limpios. En un plato se baten media docena de huevos, echándoles una poquita de agua y sal, y se mezclan con el tomate en fuego lento, revolviéndolos mucho.

### **Huevos a la nata.**

En una cacerola se pone manteca, perejil, cebolla picada, sal, unas raspaduras de nuez moscada y un vaso no lleno de nata, la cual se habrá mezclado con una cucharadita de harina; se revuelve todo muy bien y se le echan huevos duros cortados en tiras o rodajas, poniéndolos al fuego, y se sacan antes que hierva.

### **Huevos al plato.**

En el fondo de un platito, de los que venden adecuados para este objeto, se pone una cucharadita (de las de café) de queso rallado, otra de jamón menudito y una poquita de manteca de vacas; todo muy mezclado se extiende y sobre ello se echa un par de huevos por plato. Se ponen en horno fuerte y

cuando la clara está coagulada se les saca. Se les echa por encima una poquita de sal y pimienta molida.

### **Huevos a la nieve.**

Se baten las claras de doce huevos frescos, con medio kilo de azúcar en polvo, y dos cucharadas de agua de azahar o esencia de naranja, limón o café. Póngase a cocer en una cacerola medio litro de leche y un cuarto de kilo de azúcar, y cuando empiece a hervir se van echando en ella, por cucharadas, las claras antes batidas, que así que han cocido un poco se sacan, dejándolas escurrir sobre un tamiz. En seguida se aparta la mitad de la leche, y en la mitad que queda al fuego se echan, después de batidas, las yemas correspondientes a las doce claras, formando una crema con la que se rocían las claras, que se han colocado en una fuente de porcelana, en la que se sirven a la mesa los huevos a la nieve.

### **Tortilla española.**

Se cortan patatas muy delgadas, se fríen con manteca, moviéndolas sin cesar, y sin dejar que lleguen a dorarse se echan los huevos muy bien batidos con sal, haciéndose la tortilla.

Para que resulte más suave puede echársele una poquita de cebolla frita.

### **Tortilla francesa.**

Se baten media docena de huevos con perejil muy picado, sal y una poquita de agua. Se echan en la sartén, que tendrá un poco de manteca muy caliente, y cuando esté hecha la tortilla, por un lado se dobla y se saca muy pronto a fin de que quede muy jugosa por dentro.

### **Tortilla con jamón.**

Se pica jamón y se preparan los huevos con una cucharada de harina desleída en una jícara de leche, haciéndose la tortilla en la misma forma que la anterior.

### **Tortilla de carne.**

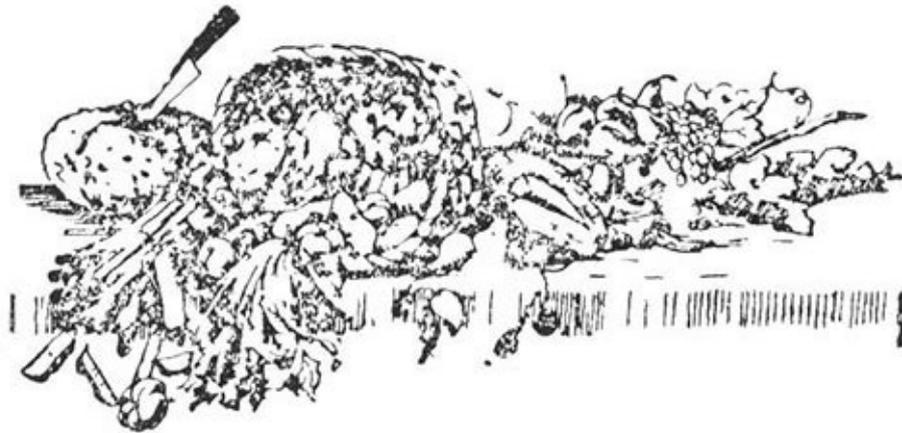
Se cuece un cuarto de kilo de ternera de cadera, echándole tomillo, laurel, perejil, orégano y sal. Cuando esté cocida y absorbida el agua, que se habrá tenido cuidado de echarla en poca cantidad, se pica muy bien y se le da unas vueltas en la sartén con manteca. Se mezcla con cuatro huevos batidos y se hace la tortilla en un poco de aceite muy caliente.

### **Tortilla de verdura.**

Se tienen preparadas verduras cocidas, por ejemplo, espinacas, judías verdes, etc., y se escurren muy bien. En manteca caliente se fríen cebollas y ajos tiernos picados y después se mezclan con las verduras para que también fríen un poco; seguidamente se echan los huevos batidos y se hace la tortilla.

Para esta tortilla, media docena de huevos y una cantidad prudencial de legumbres.

---



## CAPÍTULO IV

### **PATATAS, VERDURAS Y LEGUMBRES**

#### **Patatas fritas.**

Mondadas y lavadas las patatas, se parten en rodajas o en tiras largas y se ponen a freír en sartén honda y con abundante aceite muy caliente, dándoles vueltas para que se vayan dorando; cuando están a medio freír se les echa la sal. Se sirven de la sartén a la mesa.

Si se quieren tiernas, se cortan más gruesas y una vez fritas se ponen en una cazuela, se tapan y se aproximan a fuego suave diez minutos.

#### **Patatas en salsa.**

Quitadas las cáscaras a unas almendras y nueces, se ponen en agua caliente para pelarlas; se machacan muy bien con ajo, cebolla frita, azafrán y perejil, se disuelve esto en un litro de agua templada y sazonada, se cuele y se echa en una cacerola que se pone a fuego lento.

Entre tanto se cortan patatas en rodajas gruesas y en varias veces se van echando en la sartén, que tendrá manteca de cerdo muy caliente; cuando empiecen a dorarse por un lado se las vuelve y se quitan antes de que estén fritas; según se vayan sacando de la sartén se echarán en la salsa preparada, y así que estén todas, se dejará cocer veinte minutos.

### **Patatas en tortilla.**

Se cuecen patatas enteras, un kilo; así que lo están se mondan con cuidado y se machacan hasta que resulte una pasta fina, con la cual se mezclan dos cucharadas de leche, dos yemas de huevo y una chispita de manteca de vaca. Se incorpora picadillo de lomo de cerdo o jamón y se hace en la sartén con un poquito de aceite, dándole forma de tortilla.

### **Patatas soufflés.**

Después de mondadas se cortan las patatas en rodajas del grueso de un duro, se las limpia con un paño y se ponen a freír en una sartén con mucho aceite que esté muy caliente; así que están fritas se sacan para que se enfríen un poco; se vuelve a calentar el aceite y se echan otra vez, se hinchan y se sirven en seguida.

### **Pimientos asados.**

Se eligen pimientos encarnados de buena clase y se ponen en la plancha, y mejor en las ascuas. Se retiran cuando la piel esté casi negra, y se los pela. Se parten en tiras largas, quitándoles pepitas y venas. Se echan en una cacerolita con sal y aceite frito, arrimándolos al fuego unos minutos.

### **Coliflor rebozada.**

Cortada la coliflor por los troncos, se lava y se pone a cocer en agua hirviendo sazonada con sal. Se tiene cuidado de sacarla antes de que se ablande, se escurre, y envueltas en harina y huevo, se echan a freír en aceite.

## **Repollo.**

Antes de partirlo en pequeños pedazos, se aplastan un poco las pencas; después de cortado se echa en agua hirviendo con sal; a los tres minutos se sacan y se lavan con agua fresca, y ya se ponen a cocer en agua y sal hasta que se vea bien cocido. Se fríen ajos menudos y zumo de tomate, y al servirlo se echa sobre el repollo, que ya se habrá escurrido.

## **Lombarda.**

Se corta en pedazos menudos, y como la anterior, se pasan por agua hirviendo con sal, lavándola después en agua fresca. Se pone a cocer en agua con sal, y cuando está cocida, se escurre muy bien y se echa en una sartén con manteca, ajos menudos y una chispita de harina tostada; se le da unas vueltas en fuego vivo, y, a la mesa.

## **Espinacas a la andaluza.**

Las espinacas deben lavarse muy bien, por la tierra que suelen tener adherida. Se ponen a cocer en agua y sal, y cuando estén cocidas se las escurre y se dejan en una cacerola. En aceite caliente se fríen unos ajos y un picadillo de jamón y con el aceite se echan en la cacerola.

Antes de sacarlo a la mesa se adorna con unos huevos duros cortados muy menudos, que se rehogan en la sartén con un poquito de aceite y sal.

## **Alcachofas.**

Se quitan las hojas de fuera y las puntas; córtense en pedazos, con los tallos más tiernos, y se lavan. Se ponen a cocer en agua y sal, y así que están se escurren muy bien. Se hace una salsa con piñones picados, una cucharada de harina tostada, un poquito de clavo, unas raspaduras de nuez moscada y manteca. Esta salsa cuece quince minutos con las alcachofas, y ya está el guiso.

## **Espárragos.**

Se quita la parte dura de los espárragos, se lavan y se ponen a cocer en agua hirviendo con sal, sacándolos cuando estén cocidos.

Se tiene preparada salsa a la mayonesa, o si gusta más salsa hecha con aceite crudo, vinagre y sal muy mezclados; se sirven en una esparraguera o fuente.

### **Cardo en salsa.**

Después de cocido como el anterior y teniendo preparada una salsa compuesta de almendras y ajos muy machacados, una cucharada de harina tostada, perejil, pimienta molida, una chispita de sal y manioca de cerdo, se pone a cocer durante diez minutos en esta salsa.

### **Cardo al natural.**

Se limpia con mucho cuidado, quitándole la hebra, se parte en pedazos y se lava muchas veces. Pónense a cocer en agua hirviendo y sal, y cuando ya están se les escurre bien. En aceite caliente se fríen ajos, que se quitan, se echa media cucharada de harina y sin esperar a que se dore se rehogan los cardos ya cocidos.

### **Pisto manchego.**

Se fríen unos cuadraditos finos de patata y antes que se doren se les echa en una cacerola. Con el mismo aceite o manteca se fríen cebollas y berenjena cortadas muy finas, y se agregan a la patata con el aceite o manteca en que se han frito. Se asan, se mondan y se cortan muy menudos tres pimientos verdes y se añaden a la cacerola. Y por último se fríen muy menudos dos tomates, y se mezclan bien en la cacerola, echándoles una poquita de agua y de sal y se deja cocer quince minutos.

Este pisto puede servirse con carne guisada de antemano o con jamón frito.

### **Judías verdes con tomate.**

Se limpia y escalda medio kilo de judías, quitándoles las puntas y los hilos, y se ponen en agua cociendo; cuando estén a medio cocer se les añade dos o tres patatas partidas en pedazos y la sal necesaria. Cocidas ya, se les escurre el agua y puestas en una fuente se les echa cebolla menuda y zumo de tomate muy fritos.

### **Judías verdes a la francesa.**

Se cuecen 750 gramos de judías en agua, y se echa sal cuando casi estén cocidas. En una cacerola se prepara una salsa con manteca, una cucharadita de harina tostada, hierbas finas y un poco de caldo, poniéndola al fuego. Cocidas y escurridas las judías, se ponen a cocer en esta salsa, sazonándolas con sal y pimentón. Después se mezclan dos yemas de huevo y una poquita de nata, se echa en la cacerola y poco después se sirve.

### **Judías blancas secas.**

Con medio kilo hay bastante para cuatro personas. Se dejan a remojo en agua caliente, y junto a la lumbre unos quince minutos. Después de escurridas, se ponen a cocer en agua fría, en cantidad que las cubra nada más, pues si hace falta, se va añadiendo agua fría. Deben hervir en fuego suave, para que no se les vaya la piel. Cuando están a medio cocer, se les echa un chorizo de buena clase, y la sal cuando están cocidas.

Con el caldo de las judías blancas se puede hacer sopa de pan que resulta de un gusto agradable; pero en este caso se han de cocer con mucha más agua.

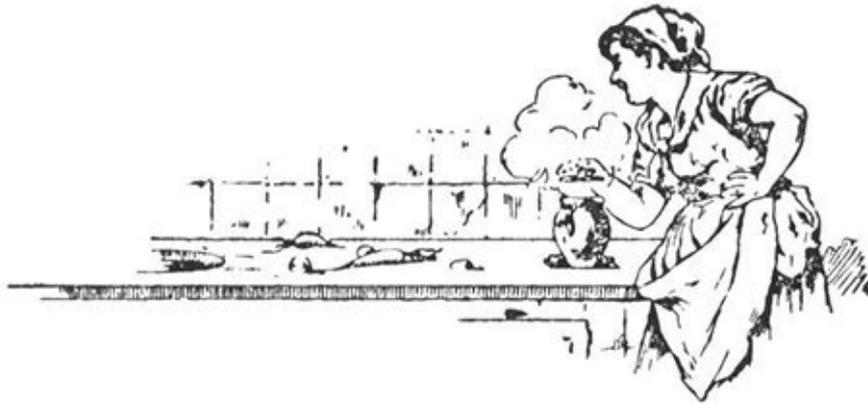
### **Judías de color en estofado.**

Para prepararlas y cocerlas se usa igual procedimiento que en las blancas; pero en lugar de echarles chorizo cuando están a medio cocer, se les pone cebolla, una cabeza entera de ajos, media hoja de laurel, un pedazo de zanahoria, tres clavos de especia y aceite. La sal cuando ya estén cocidas.

### **Lentejas.**

Con las lentejas hay que tener cuidado al limpiarlas, por las piedrecitas que suelen llevar. Se lavan, y puestas a cocer en agua fría, se las quita cuando empiezan a hervir. Se ponen otra vez a cocer con agua fría que las cubra solamente, y así que estén cocidas, se las adereza con cebolla frita, una cucharadita de harina tostada y sal.

---



## CAPÍTULO V

### **COCIDO Y PLATOS REGIONALES**

#### **Cocido español.**

En un puchero de regular tamaño que contenga dos terceras partes de agua templada, se ponen a cocer 200 gramos de garbanzos, puestos a remojo toda la noche anterior, y con sal, para que cuezan bien. Cuando hayan hervido unos minutos, se les echa un cuarto de kilo de buena carne de vaca, y si no hay de ésta, de carnero; además, una pechuga o pierna de gallina y un poquito de cebolla. Cuando esté a medio cocer, y después de bien espumado, se agrega 100 gramos de codillo de jamón y un chorizo, y media hora antes de quitar el caldo para hacer la sopa, échense unas patatitas enteras mondadas. Según vaya haciendo falta, se añade al cocido agua templada para que haya bastante caldo. Si se sirve con verduras, éstas se cuecen aparte y se mezclan, una vez aderezadas.

#### **Olla podrida.**

La olla podrida es un cocido más sustancioso que el anterior. Se hace lo mismo, y no hay más diferencia que la de los ingredientes que se le echan. Al poner la carne, se pone también orejas y pies de cerdo y ternera, despojos de aves y relleno de carne. Con el jamón se echa también un pedazo de tocino, y al echar la patata, también se agrega una morcilla.

### **Cocido francés**

Después de limpio un pichón o una gallina, se rellena con un picadillo de lomo de cerdo o carnero, según la estación, un buen pedazo de jamón, otro de tocino, ajo y perejil. Mójase en caldo este picadillo y se hace una pasta con pan rallado, y una vez apretado dentro del ave se cose. Previamente se habrá puesto a cocer en una olla un cuarto de kilo de buena carne de vaca, huesos de la misma y un pedazo de rabo de ternera. Cuando la carne haya cocido más de hora y media, se le echa el pichón o gallina preparado y además una cebolla incrustada de clavos de especia, un nabo, zanahoria y acelga cortados.

Se tiene cuidado de espumarlo para que el caldo salga limpio, con el que se hará sopa de arroz.

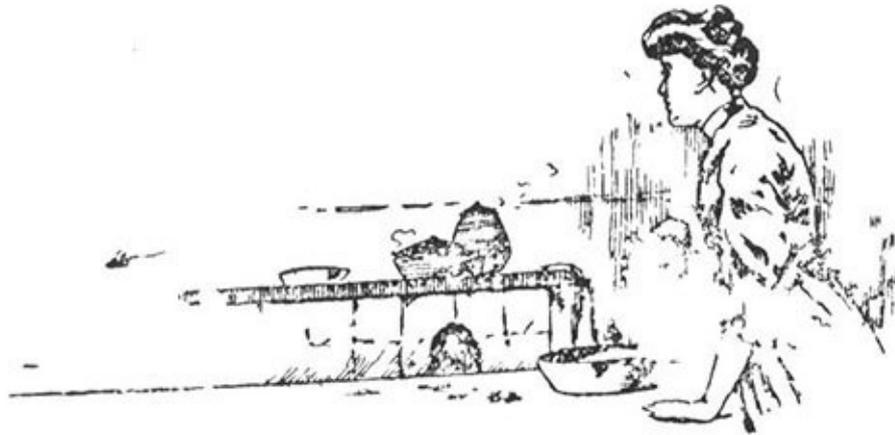
Antes de servir la carne y el pichón se rehogan en una sartén con una poquita de manteca y se les agrega las verduras con que han cocido, al sacarlas a la mesa.

### **Pote gallego.**

Para este plato se pone a cocer con medio kilo de judías blancas un pedazo de lacón, tocino añejo y nabos partidos. Se escaldan unas berzas partidas y cuando esté a medio cocer el pote se echan las berzas, y un poco después se añade unas patatas partidas en canteros y una morcilla.

### **Fabada asturiana.**

Con medio kilo de judías blancas se pone a cocer un cuarto de kilo de carne de vaca y un trozo de jamón, procurando que vayan cociendo a fuego lento. Cuando estén a medio cocer, se le echa un chorizo y una morcilla. Para que quede muy poco caldo, el agua se va añadiendo poco a poco.



## CAPÍTULO VI

### PLATOS DE ARROZ

#### **Paella de familia.**

Se limpia, se soflama y se parte en pedazos una gallina o un pollo y se pone a cocer en poca agua sazonada con sal. Se saca un momento antes de que esté cocido, y así que haya escurrido bien el caldo, se rehoga en aceite con un poquito de ajo, un chorizo partido y 200 gramos de jamón en pedacitos, y se echa todo esto en una cacerola. En el aceite que queda en la sartén se fríen dos cucharadas de zumo de tomate que se añade a lo anterior. Seguidamente se agregan seis cangrejos, patatas partidas en cuadraditos y un poquito de azafrán. Cuando todo esto esté cociendo, se echa el arroz en cantidad de unos 300 gramos. Antes de retirarlo de la lumbre para que repose, se añaden unas aceitunas sin hueso, 100 gramos de guisantes cocidos y dos pimientos encarnados asados y cortados en tiras.

Para servirlo, se adorna con rodajas de huevo duro, que resultarán más agradables si, rebozadas en harina, se fríen ligeramente con aceite y sal.

A fin de que salga bien, se calcula en doble la cantidad de caldo que de arroz, procurado moverlo con cuidado para que salga entero y no dejar que se pase.

## **Arroz tostado.**

Tiene muchos aficionados por lo apetitoso que resulta, y debe hacerse con muy buen caldo de cocido.

Para cuatro personas se ponen tres tazas de arroz de las de café y seis tazas de caldo; cuando éste hierva, se echa el arroz, cuidando de moverlo con frecuencia en los primeros momentos; así que el arroz se quede sin caldo por haberlo adsorbido, pónense sobre la tapadera varias ascuas de carbón de encina o leña, y en cuanto esté dorada la parte superior, se sirve.

## **Arroz blanco.**

Es tan conocido y sencillo el procedimiento para hacerlo, que sólo la índole de nuestro libro nos obliga a explicarlo.

En agua sazonada hirviendo y en cantidad proporcionada, o sea el doble, para trescientos gramos de arroz se pone éste a cocer hasta que embeba el agua; entonces se le echa 80 gramos de manteca de vacas, se revuelve bien y se retira al amor de la lumbre para que repose. En Cuba se sirve con plátanos fritos, elegidos para este objeto. Otros comen este arroz con huevos fritos o con morcilla fina francesa.

También se come con fríjoles y resulta exquisito.

## **Arroz a la italiana.**

Se desmenuza un cuarto de kilo de lomo de bacalao de Escocia, se lava unas cuantas veces, se aprieta muy bien para que escurra el agua y en abundante aceite se fríe, sin que llegue a tostarse. Se saca, y en el mismo aceite se fríen unos pedacitos de cebolla que se quita, y a continuación se medio fríen patatas cortadas muy menudas. Todo esto se pone a cocer en agua hirviendo con el arroz en la misma cantidad proporcional que los anteriores; se prueba cuando está a medio cocer, por si hace falta echar sal, y en este momento se agrega queso rallado, una poquita de manteca de vacas y pimienta molida. Mermado el caldo, se retira y se deja reposar.

## **Arroz para vigilia.**

Después de lavadas, se cuece por espacio de 20 minutos medio kilo de almejas con sus conchas, que se quitan después; el caldo se pasa por una servilleta y se deja en la cacerola donde haya de hacerse el arroz. Se fríe medio kilo de mero cortado en filetes y una anguila partida en pedazos, echándose en la cacerola una vez fritos. En el mismo aceite se fríe ajo picado, y de antemano se tendrán casi cocidos unos pedazos de coliflor que se rehogarán en el aceite con un poquito de pimentón, y también se agrega a la cacerola. El arroz, lavado en agua fría, se echa en el caldo hirviendo con los demás ingrediente, añadiendo antes de estar hecho unos pedacitos de pimiento asado.

Este arroz debe comerse jugoso, no seco.

### **Arroz a la alicantina.**

Se fríen tres o cuatro pimientos verdes, pequeños y no demasiado blandos, dejándolos escurrir sobre un paño doblado. En el mismo aceite utilizado para freír los pimientos se echan dos dientes de ajo, tomate pasado, media docena de alcachofas pequeñas y dos cucharadas de guisantes frescos o en conserva. Cuando todo esto está bien rehogado se echa el arroz, un poco de azafrán, otro poco de pimentón encarnado y el agua suficiente. Cuando está el arroz a medio cocer se añaden pedacitos de pescado fresco, dejando que prosiga la cocción a fuego muy vivo. Entonces se machacan los pimientos verdes en un mortero, se deslíen en un poco de agua y se agregan al arroz, que no se aparta del fuego hasta que el agua haya mermado y resulte el grano bien cocido, suelto y jugoso.

---



## CAPÍTULO VII

### PLATOS DE CARNE

#### **Vaca estofada a la francesa.**

Como la cocción ha de ser larga, debe elegirse un trozo de a kilo, por lo menos, de pierna o espalda de una vaca gorda y bien criada, procurando que la carne esté muy fresca para que el plato resulte agradable. Se le hacen varios agujeros por diferentes sitios y se introduce en ellos cien gramos de jamón y otros tantos de tocino añejo, cortados en pedazos pequeños. Preparada así la carne, se echa en un puchero barnizado con un vaso de agua, igual cantidad de consommé, medio vaso de vino blanco, sal y pimienta, y todo junto se pone a cocer en fuego vivo.

La especialidad de este plato consiste en que con la carne se pone a cocer una pata de ternera, buena y fresca, de un color blanco rosado, la cual se habrá lavado cuidadosamente con agua fría y un poco de vinagre para que quede muy blanca.

Como hemos dicho, este guiso se somete a fuego fuerte en los primeros momentos, provocando la ebullición a borbotones con objeto de quitar la espuma, y, hecho esto, se añade zanahorias y cebollas partidas, clavillo, un

ajo y hierbas aromáticas. Entonces se hace cocer a fuego lento poco más de cuatro horas, dándole algunas vueltas.

Cuando la carne esté tierna, que se conoce en que el tenedor penetra sin dificultad, se retira unos momentos del fuego para que repose, y se acerca otra vez para que se reduzca el caldo.

Este guiso puede servirse con la pata de ternera, o también puede presentarse ésta separada con salsa picante.

### **Vaca asada.**

No todos los trozos de carne de vaca son buenos para asar; solamente sirven los de textura bastante fina para soportar el asado sin endurecerse. Para esto se prefieren el lomo y el solomillo.

Antes de ponerlo en el asador o parrilla, se quita la piel, la grasa, los tendones y los nervios, se extiende a lo largo y se unta con una poquita manteca de cerdo.

La fuerza del fuego debe ser proporcionada al grueso de la vianda; es decir, que si el trozo de vaca es grande, no debe ser muy vivo el fuego, porque si no, se quemaría por fuera sin estar asado por dentro.

Si ha de servirse como asado, se deja tierno; pero si ha de añadirse alguna salsa, entonces debe estar más hecho.

### **Vaca y ternera mechada.**

De la parte de cadera de vaca o ternera se prepara en un pedazo grueso de tres cuartos de kilo, dándole buena forma. En diferentes sitios se le hacen unos agujeros estrechos para sujetar trocitos de jamón y algún grano de pimienta, clavándole, además, tres o cuatro pedazos pequeños de canela. Esta carne, así mechada, se pone en una cacerola de manera que no esté muy holgada; se rehoga con manteca de cerdo y se le echan dos tazas de agua, sal, media cebolla pequeña, un ajo, perejil, laurel y orégano.

Cuando la carne esté a medio cocer y el agua bastante mermada, se cuela el caldo para quitarle el ajo y las yerbas aromáticas, y se vuelve a cocer agregándole un vaso de vino blanco seco.

### **Vaca en estofado.**

La carne más apropiada para este guisado es Ja que llaman de aguja y también es buena la falda magra. Se parte en pedazos no muy grandes y se pone en un puchero de barro de boca estrecha; se adereza con dos jícaras de aceite crudo, otras dos de vino jerez seco, una cabeza de ajos, una cebolla pequeña entera incrustada con clavos y granos de pimienta, dos tomates asados y colados y sal.

En la boca del puchero se pone un papel doblado de estraza y una cazuelita con agua. Debo cocer a fuego lento y moverlo con alguna frecuencia. Quince minutos o más antes de que esté pueden echarse unos canteritos de patata.

### **Chuletas empapeladas.**

Se hace un cocimiento con una hoja de laurel, un ajo, un palito de hinojo, orégano, tomillo y unas gotas de vinagre; después de cocer cerca de una hora se deja enfriar. Las chuletas de ternera han de ser de lomo bajo. Se limpian, se les quita el hueso y se macean, y en seguida se les pone en aceite y unas gotas del cocimiento arriba indicado, bien untadas por ambos lados, y así se dejan tres horas. Se sacan y se dejan escurrir, y veinte minutos antes de servir las se sazonan con sal, se impregnan muy bien de manteca de cerdo, se rebozan con pan rallado mezclado con perejil hecho polvo y se envuelven con papel de hilo que sea blanco, recogiendo por las dos puntas, que estarán recortadas, y resultará como un fleco. Después de envueltas se unta el papel muy bien con grasa y se ponen a la parrilla en el horno, que estará muy fuerte. Cuando se vean doradas, y antes de que se queme el papel, se sacan y se sirven.

### **Filetes rellenos en salsa.**

Se hace un picadillo de jamón, hígado frito de cerdo, ajo y perejil; se amasa con un huevo batido y pan rallado. Se preparan los filetes, que deben ser de cadera de vaca, adelgazándolos con la mano de madera, dándoles buena forma para enrollarlos. Se les pone sal, pimienta y manteca de cerdo. A cada filete se le pone relleno, se enrolla y se ata con un cordón o hilo; se rebozan en harina y se fríen en manteca hasta que se doren. Después se ponen a cocer con la salsa española indicada en el capítulo de salsas.

## **Beafteck con patatas.**

De lomo bajo de vaca o ternera se hacen seis lonjas de un dedo de gruesas. Se les echa sal y ajos machacados en un mortero, y se les pasa en manteca de cerdo que esté muy caliente; seguidamente, se ponen a la parrilla en fuego vivo. Se sacan cuando estén muy doradas por fuera y tiernas por dentro.

Para servir las, se adornan con patatas fritas y perejil fresco picado, rociándose la carne con unas gotas de limón.

## **Filetes a la madrileña.**

Se corta en filetes finos medio kilo de solomillo de vaca o ternera; se les echa sal, se untan muy bien con huevo batido y se los reboza con pan rallado. Seguidamente se los fríe en una sartén con abundante manteca fresca de cerdo que estará muy caliente, y muy dorados, a la mesa.

## **Pastel de hígado de ternera a la francesa.**

Después de limpio se pica y machaca un hígado de ternera. También se machacan 100 gramos de manteca de vaca, otros 100 de grasa de cerdo, unos champiñones, dos cebollas (pasadas antes por manteca), seis huevos batidos, medio vaso de agua, sal, pimentón y unas raspaduras de nuez moscada. Machacado todo junto, se pone a cocer el picadillo en fuego vivo, en una cacerola muy untada de lardo, y de esto mismo se guarnece por encima. Sobre la tapadera se ponen ascuas.

Así que e té cocido el pastel, se le deja enfriar en la misma cacerola, para que al sacarlo no se deshaga; se moja la citada cacerola en agua hirviendo y se echa el pastel en un plato, envolviéndole con raspaduras de corteza de pan muy finas.

Resulta mucho mejor si al echar el picadillo en la cacerola se le ha mezclado con trufas menudas.

## **Hígado de ternera en salsa.**

En manteca de cerdo se pone a freír el hígado, partido en pedazos, sacándolo de la sartén en cuanto esté frito. En la misma manteca se fríe una poquita de cebolla, cortada menuda, y una miga de pan del tamaño de una nuez, y se machacan después con ajo y perejil; esto se alarga con agua templada y una cucharada de vinagre, poniéndose a cocer el hígado en esta salsa.

### **Riñones de vaca o ternera al jerez.**

Limpios y lavados, se cortan en pedazos menuditos y se ponen en una sartén sin condimento alguno, dándoles vueltas hasta que echen el jugo; se les escurre, apretándolos con un plato o una tapadera que ajuste. Hecho esto, se ponen a freír con manteca de cerdo y sal. Una vez fritos, se dejan cocer con la salsa española indicada en el capítulo de salsas, añadiendo una copa de jerez, pimienta, un poco de clavo y unas raspaduras de nuez moscada.

### **Manos de ternera a la madrileña.**

Después de limpias y lavadas en agua caliente se las pone a cocer en agua fría, con un trozo de jamón, un chorizo y clavo molido. Así que estén cocidas se deshuesan y se fríen en manteca con una miga de pan, que después se machaca con dos yemas de huevo duro. Se mezcla todo con el caldo en que cocieron las manos y se deja unos minutos en fuego suave. Al chorizo se le quita la piel y con el jamón se pica muy menudo y se les echa en la salsa con un poco de pimentón y unas rodajas de huevo duro.

### **Manos rebozadas.**

Limpias previamente, se cuecen en agua hirviendo con sal. Así que estén cocidas se deshuesan, poniéndolas a freír rebozadas en huevo batido y harina. Se adornan con perejil al servir las.

### **Sesos de vaca a la marsellesa.**

Lavados los sesos con agua templada, se les quita la membrana que los envuelve y todas las fibras. Se ponen a cocer media hora en una cacerola con manteca de cerdo, echándoles una hoja de laurel, unos pedazos de zanahoria y cebolla, perejil, caldo y vino blanco por mitad. Se los sazona con sal y pimentón.

Antes de sacarlo se añade un poco de vinagre que habrá cocido aparte con sal y pimienta, y al ir a servir lo, se le echa manteca hirviendo, que habrá obtenido un color muy oscuro en la sartén.

### **Picadillo de vaca cocido a la francesa.**

Se parten muy finas tres cebollas y hierbas aromáticas; se pasan por manteca hasta que casi estén cocidas, añadiendo media cucharada de harina hasta que tome buen color; se sazona con sal y pimienta molida; se añade caldo del cocido y medio vaso de vino seco. Cuando la cebolla esté cocida y la sal a mermada, se le echa el picadillo de vaca, que se dejará cocer a fuego lento. Antes de servirlo se espolvorea con una poquita de mostaza.

### **Chuletas de carnero a la cazadora.**

Son preferibles para este plato las de lomo, y se arreglan para que estén de buen ver. Se pasan ligeramente por manteca fresca de cerdo, que estará muy caliente. En seguida se ponen en una cacerola, con buen caldo de cocido, picadillo de jamón, zanahoria, clavo, ajo y un vaso de buen vino seco. Se deja cocer hasta que se vaya mermando el caldo.

Se sirve con judías u otra clase de legumbres cocidas y aderezadas aparte. La salsa se vierte sobre las legumbres.

### **Pierna de carnero.**

Para que resulte buena y tierna es preciso que el carnero sea fino y gordo y no viejo. Por diferentes sitios se le hacen pequeñas incisiones, introduciéndole unos trocitos de tocino y algún grano de pimienta negra. Se le echa la sal y después de muy untada con manteca de cerdo se pone a asar en una cacerola apropiada, de modo que no esté muy holgada; se pone al horno, tapándola hasta que se haya calentado muy bien; entonces se deja ya

destapada, untándola, con una pluma de ave, con aceite, perejil y ajo picados en un mortero y unas gotas de limón. El fuego estará muy vivo, y cuando se vea dorada por un lado se vuelve.

Para servirla se monda la punta del hueso y se le pone un papel picado, atándole con una cinta.

Al propio tiempo se sirve ensalada.

### **Cordero a la aragonesa.**

En manteca muy caliente se fríen pedacitos de jamón, tocino fresco, cebolla y ajos, y todo esto, con la manteca, se vierte en una cacerola sobre el cordero partido en pedazos. Se le va dando vueltas con frecuencia, y cuando se vea con tendencias a pegarse en la cacerola se añade patatas, zanahorias y alcachofas partidas y guisantes, todos los que habrán cocido previamente. Se le da unas vueltas y se sirve.

### **Cordero asado.**

Aunque es sencilla la manera de hacerlo, es necesario mucho cuidado para que se vaya asando por igual.

Después de preparado se pone en una vasija de las destinadas para asados y se unta muy bien el cordero con manteca, ajo y sal, y según se vaya dorando se le da vueltas para que no se queme.

### **Espaldilla de cordero entre dos fuegos.**

Se parte la espaldilla en pedazos no muy grandes y se pone a cocer en un puchero de barro de boca ancha; se condimenta con sal, ajo, pimienta y clavo molidos, perejil y laurel. En vez de manteca se le echa tocino frito en aceite.

Se cuece a fuego suave con tapadera de hierro y encima de ésta ascuas.

### **Beaftecks a la Colbert.**

Se corta en filetes un buen trozo de solomillo, procurando que tengan un dedo y medio de grueso, y se sazonan con sal y aceite crudo, exponiéndolos a

un fuego vivo en la parrilla por espacio de siete a ocho minuto, dándoles vuelta continuamente. Se echan en una cacerola seis cucharadas de gelatina derretida y cuando haya hervido se retira del fuego, incorporándole lentamente 100 gramos de buena manteca, sin dejar de agitar la mezcla hasta que esté perfectamente trabada, añadiéndole unas gotas de zumo de limón y un poco de perejil menudamente picado. Esta salsa se echa muy caliente sobre los beaftecks, que se colocan en una fuente plana.

---



## CAPÍTULO VIII

### **PLATOS DE CERDO**

La matanza del cerdo constituye en muchos pueblos un verdadero acontecimiento en cada casa, porque es la defensa más verdadera de la despensa durante mucho tiempo, lo mismo con la carne fresca que con el *matapuerco*, conservas y salazón.

En las ciudades no es muy fácil proporcionarse este gusto, y como por otra parte los embutidos se comen a veces con desconfianza, por ser operación que requiere mucha limpieza y esmero en su confección, además de carne sana, nos decidimos a explicar después de los platos de cerdo, la manera de hacer el clásico *matapuerco* de Aragón, que resulta muy exquisito.

#### **Solomillo de cerdo mechado.**

Se mecha con unos pedacitos de jamón, se rehoga en manteca rebozado en harina y se pone a cocer con agua, vino y un poco del cocimiento que se indicó en las chuletas empapeladas.

Se sirve con judías blancas cocidas.

#### **Lomo en rosca.**

Se hace un picadillo fino de lomo de cerdo, echándole un diente de ajo y jamón; para que adquiriera consistencia, se echa pan rallado, y en una cacerola untada de manteca se va colocando en forma de rueda, dejando un hueco en el centro, en el cual se pondrá una cebolla entera incrustada de clavos de especia, pimienta en grano y pedacitos de laurel. Se cubre de agua, se agrega una cucharada de vinagre y un vaso de vino; se deja cocer, y cuando haya absorbido el caldo, se pone al horno destapada para que se tueste por encima, y se saca con cuidado a una fuente para que no pierda la forma.

Se sirve con patatas fritas y se adorna con pedacitos menudos de pimiento encarnado asado.

### **Chuletas de cerdo a la parrilla.**

Se aplastan con una paleta, y sazonadas con sal y ajo, se ponen en la parrilla con un plato de porcelana encima hasta que estén asadas por un lado, y se vuelven.

Salen mucho más tiernas que sin tapar.

### **Lomo en conserva.**

El lomo de cerdo, sin hueso y sin gordo, puede conservarse mucho tiempo, si en verano se tiene en sitio fresco.

Para esto se corta en filetes de dos centímetros de grueso y se les deja dos días en sal. En un caldero se echa abundante manteca fresca de cerdo cortada en pedazos, poniéndolo al fuego hasta que se derrita. Cuando esté muy caliente se le echan unos clavos de especias y en seguida el lomo; se le da unas vueltas y para saber si está en sazón para la conserva se parte un pedazo y si ha perdido el color encarnado se sacan.

La manteca, pasada por un colador, se pone en una cazuela muy grande de barro que no esté llena y entonces se echan las tajadas de lomo, procurando al enfriarse la manteca moverlos a fin de que queden separados unos de otros. Después que esté fría, si el lomo no ha quedado muy cubierto y la vasija llena, se añade más manteca.

### **Morcillas de arroz.**

Para tres kilos de arroz se pone a hervir doble cantidad de agua con sal, una rama de laurel y una naranja partida, sin las pipas. Cuando el agua cueza, en la caldera, se echa el arroz limpio y lavado, que sea de muy buena clase; se le va dando vueltas, teniendo cuidado de llegar con la paleta hasta el fondo para que no se pegue. En cuanto esté a medio cocer se saca y se vierte sobre una vasija grande de barro barnizado; se quitan la naranja y el laurel, se tapa con una servilleta limpia y se aparta del fuego para que enfríe.

Así que el arroz está casi frío se le van echando los ingredientes que siguen:

Manteca partida	1 kilo.
Almendra tostada molida	100 gramos.
Sal molida	20 gramos.
Clavo molido	10 gramos.
Pimienta negra molida	15 gramos.
Anís tostado y medio picado	30 gramos.
Laurel, orégano y tomillo machacados	15 gramos.
Azúcar molida	50 gramos.
Canela fina molida	50 gramos.
Piñones lavados	50 gramos.

Cuando todo lo anterior esté mezclado con el arroz, se va echando la sangre del cerdo, pasándola por un colador y revolviéndolo mucho para que forme una sola pasta; antes de empezar a embutir se prueba ésta para ver si tiene buen gusto o por si le falta sal, manteca o alguno de los ingredientes, a cuyo fin se sacan dos cucharadas y se ponen a freír en una sartén, sin manteca, y se prueba después de frita.

MANERA DE EMBUTIR.— Se tienen preparados intestinos de diferentes cabidas, lavados con mucho esmero y cortados en pedazos que no sean más de 80 centímetros de largo. Se ponen en agua templada, en la cual habrá cocido anís en grano. Si se tiene máquina de embutir se usa y si no se hace esta operación con embudo, echando la pasta dentro y atando el intestino, según vaya llenándose, cada 10 centímetros, sin apretarlas mucho. Se tendrá puesto al fuego medio caldero de agua con sal, una rama de laurel y un palo de hinojo, y sin dejar que cueza el agua se van echando las rastras de morcillas con mucho cuidado, procurando que estén holgadas, y si no caben para hacerlo de una vez se hace en dos. Deben cocer muy suavemente. En la punta de un palo largo se pone un alfiler y mientras cuecen las morcillas se les

va pinchando para que salga el aire y no se revienten. Como el arroz está ya a medio cocer, no hace falta que estén mucho tiempo, teniendo en cuenta que las morcillas de intestinos anchos tardan en cocer un poco más que las estrechas. Una vez cocidas, que es fácil conocer por el color del intestino, se retira el caldero de la lumbre, dejándolas en él media hora, después de la cual se extienden en una mesa cubierta de mantel o paño blanco y se tapan con otro paño. Al día siguiente se cuelgan en sitio ventilado para que se conserven.

### **Morcillas de cebolla.**

Se eligen cebollas que sean gordas y dulces, se pican muy menudas y se ponen en una vasija con poca agua, dan un hervor en la lumbre y se ponen en un paño blanco o servilleta para que escurra bien el agua, teniéndolas así toda una noche. Se hacen y condimentan igual que las descritas anteriormente; únicamente se añade pan rallado para que trabe la pasta, y también algunos echan un poco de arroz.

### **Bolas o tortetas.**

Con la sangre sobrante se hacen unas bolas del tamaño de las naranjas mandarinas. Como se conservan algún tiempo, suele echarse una cada día en el cocido. De tiernas son muy agradables; se cortan en rodajas y se fríen en manteca de cerdo.

De pan del día anterior se cortan unas rebanadas como para hacer sopa, se moja con caldo de las morcillas y se echa en la misma vasija en que éstas se embutieron. Se mezcla la sangre y los ingredientes citados, con una poquita más de pimienta. Se agrega harina de trigo, revolviéndolo bien hasta que se forme una pasta dura. Hecho, esto se va sacando a una tabla y con ayuda de una poquita de harina se hacen las bolas.

En fuego muy vivo se pone la caldera en que cocieron las morcillas y con el mismo caldo, al que se añadirá agua si hay poca; cuando hierva a borbotones se le echan las bolas, pasando con mucho cuidado la paleta para que no se peguen. Una vez cocidas se sacan, poniéndolas separadas entre paños como las morcillas, extendiéndolas al día siguiente en sitio ventilado.

## **Longanizas.**

Se corta y pica muy menudo lomo de cerdo con sus partes gordas, o también magro y gordo de cadera. Se prepara un cocimiento con hojas de laurel, unos palos de hinojo, orégano fresco, tomillo, algunos ajos y un vasito de vinagre, todo esto en un litro de agua. Cuando esté hirviendo y cocido, se escalda bien el picadillo anterior, procurando que se moje toda la carne, pero que no sobre líquido; si es necesario, se hace la operación sin usar más que una parte de él. En la carne se echa una poquita de pimienta, clavo y canela fina molidos, rociándose la carne, además, con un poco de aguardiente; se mezcla bien y se embute en intestinos de los estrechos; se los va haciendo bastante apretados, pinchándoles con alfiler muy fino. No se atan hasta el día siguiente que se vuelven a apretar y se atan por las dos puntas.

Después de ocho o diez días de hechas, también pueden ponerse en conserva las longanizas, como el lomo, partidas en pedazos de diez centímetros, y con este objeto se fríen un poco, con igual procedimiento.

También se conservan en aceite crudo.

## **Chorizos.**

Por cada kilo de carne se ponen seis pimientos dulces morrones secos; se lavan y se dejan en agua tres o cuatro días para que se ablanden. La carne de cerdo para los chorizos se elige entre gorda y magra, se pica muy bien, y se le echa sal, pimiento dulce y picante en proporción a la que se echó en las morcillas, tres dientes de ajo machacados por cada un kilo de carne, pasados por el colador con una poquita de agua. Los pimientos morrones también se machacan y se pasan con otra poquita de agua por el colador, echándose sobre la carne; ésta, con los ingredientes, se deja en una vasija de barro barnizada, y se tiene allí ocho días, dándole una vuelta diaria. Pasados estos días, se hace el embutido y se atan, procurando que esté muy apretado.

Después se cuelgan como los demás embutidos.

## **Salazón.**

Al día siguiente de la matanza del cerdo, y partido en cuartos, se procede a salarlo, echando abundante sal molida por ambos lados. Por la parte de la piel se frota mucho para que penetre la sal; después se coloca sobre ramas de

boj en un cajón grande de madera con la piel hacia abajo. A los dos días, los cuartos que quedaron encima se ponen debajo, pero siempre la piel hacia abajo. A los ocho días se vuelve a echar otra poquita de sal, y se tienen en ella quince días más si el cerdo no era grande, y si lo era, tres semanas. Después se cuelga, procurando que sea un día despejado, porque si no, es preferible tenerlo algún día más en el cajón.

### **Salchichas a la canela.**

Machacar cinco o seis cucharadas de embutido de salchicha con un gramo de canela en polvo y dos cucharadas de nuez moscada. Trabajar esta parte en un mortero con pimienta y hacer de ella salchichas planas. Poner en una cacerola dos o tres cucharadas de manteca de puerco sin sal y cuando esté muy caliente cocer las salchichas por uno y otro lado; sacar la grasa cuando estén doradas por ambos lados, dejarlas enfriar y cuando se quieren servir las salchichas se las corta en pedazos, recalentándolas al fuego durante cinco minutos.

---



## CAPÍTULO IX

### FRITOS

Ya en algunos capítulos hemos explicado platos fritos; así es que en éste sólo escribiremos algunos de los que no están incluidos en su capítulo correspondiente.

#### **Riñones.**

Para freír son preferibles los de cordero joven. Después de muy limpios y lavados se parten en rodajas del grueso de un duro, se untan con manteca y se rebozan con pan rallado, ajo y perejil picados. Se ponen a freír en abundante manteca caliente y se sirven sobre una servilleta de refresco.

#### **Sesos huecos.**

Quitadas la piel y las fibras, se ponen a cocer con sal y unos granos de pimienta negra. Para un seso de cordero se baten dos claras de huevo a la nieve. Se deslíe en agua cucharada y media de harina, hasta que forme una crema espesa y fina, echándole sal y unas gotas de limón; esto se mezcla con las claras batidas y se van rebozando pedazos de seso con esta pasta y se fríen en abundante aceite muy caliente.

## **Jamón frito.**

Se corta jamón en filetes finos, se ponen un rato en agua para desalarlos y después de secos con un paño se les unta en huevo batido con una cucharada de leche; seguidamente se rebozan en pan rallado, y, como se hace en los demás hitos, se ponen a freír en sartén honda, con abundante aceite o manteca.

## **Chuletas fritas a la besamela.**

Se arregla un kilo de chuletas de cordero lechal; se baja la carne de la parte superior del hueso, dejándole limpio; se aplastan un poquito con la mano del mortero, se las sazona con sal y rebozadas ligeramente en harina se fríen en manteca de cerdo, dejándolas extendidas en un plato para que se enfríen.

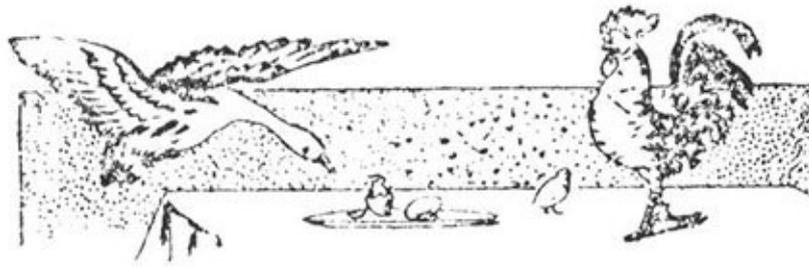
En una sartén aparte se hace la besamela con setenta gramos de manteca de vacas fresca, otros setenta de harina tostada ligeramente, y que se va echando poco a poco sobre la manteca caliente para que se mezcle muy bien, y medio cuartillo de leche, todo esto se traba muy bien hasta que forme una natilla espesa. Con esta pasta, así que haya enfriado, se rebozan las chuletas, dejando que se vea un poquito de hueso de la parte de arriba, después se pasan por huevo batido con una gotas de leche y sobre esto con pan rallado muy fino y se fríen en abundante aceite.

## **Croquetas.**

Pueden hacerse de buena carne de ternera, o de pescado, etc., pero generalmente se prefiere de aves y jamón.

Se cuecen las carnes o pechugas de aves, se pican muy finas y se rehogan en una poquita de manteca fresca de vacas, dejándolas en un plato para que se enfríen. En la misma sartén se pone de nuevo manteca, se echa harina, y cuando se haya tostado un poquito se añade leche, y se revuelve con una cuchara de madera hasta que resulte una crema muy espesa. Se mezcla esta masa con la carne y jamón picados y se deja en una fuente para que se enfríe y cuando ya está se va cogiendo con una cuchara, se le da la forma que se quiere, se pasa por huevo batido, se reboza después con pan rallado muy fino y se fríen.





## CAPÍTULO X

### AVES

#### **Pollos en pepitoria.**

Las aves, después de bien desplumadas y limpias, se soflaman en llama de alcohol, para que no se ahúmen.

Para este guisado, se parte el pollo en pedazos y se pone en un puchero de barro. Se fríe aceite con un pedacito de cebolla y se vierte sobre el pollo, se le echa sal y sin tapanlo se lo da unas vueltas. Así que se haya rehogado se le añade una poca de agua caliente, pimienta, clavo y azafrán y poniendo por tapadera un puchero con agua se deja cocer. Media hora antes de sacarlo a la mesa y sin que deje de cocer se le echa la salsa española, unos guisantes y champiñons.

#### **Pollo salteado.**

Cocer medio pollo en agua salada, partirlo en pedazos, dejándoles los huesos, mezclar los pedazos con zanahorias y col partidas en filetes y que de antemano se han cocido en dos vasos de agua con un trozo de manteca fresca de cerdo. Dejarlo aún diez minutos en el horno y aderezarlo con nuez moscada antes de servirlo.

## **Gallina con arroz.**

La gallina se aprovecha generalmente para el cocido o para hacer picadillos; pero si se quiere guisarla se confecciona como los pollos, haciéndola cocer mucho más rato por ser muy dura. Cuando esté casi cocida se le echa arroz y pedacitos muy finos de patata.

## **Pollo asado.**

Para que resulte tierno se elige gordo y fino.

Después de limpio se unta con ajo machacado, aceite crudo, unas gotas de limón; se embadurna muy bien de manteca y se sazona con sal. En la parte interior se pone una nuez de manteca y una cebolla pequeña. Se arregla en una cacerola, donde quepa bien, y se deja en el horno, tapándolo; se destapa para que se dore, teniendo cuidado de volverlo para que no se quemé.

Si el pollo se quiere relleno, se asa como se ha dicho, pero en los huecos del vientre y entre las pechugas se introduce un picadillo de jamón, higadillos del pollo y carne de ternera, todo muy bien picado, y se cose para que no se salga.

## **Pollo a lo chilindrón.**

Para este plato deben ser muy tiernos y jóvenes. Se parten en pedazos y se fríen en aceite o manteca.

Separadamente se hace una salsa de tomate y añadiendo pimientos asados se mezclan con los pollos, dejándoles cocer quince minutos en fuego suave.

## **Pichones asados.**

Limpios ya, se les quita el cuello, se abren por el espinazo, se sazonan con sal, y rociados con vinagre, se les deja así dos horas; después se ponen a asar al horno untados de manteca, hasta que se doren.

## **Pichones guisados a la parisién.**

Se limpian y chamuscan dos pichones o palominos que sean gordos. Se les quita el cuello y se atan las patas cruzadas sobre el vientre. Se les pone en agua hirviendo quince minutos, se los saca, y con un paño limpio se los seca muy bien. Se prepara una cacerola con aceite, un pedazo de tocino y una cucharada de harina, dejándola freír hasta que adquiera un color dorado; seguidamente se le echa un cuartillo de agua templada, medio vaso de vino blanco, pimienta, tomillo, una hoja de laurel, perejil, un poco de jamón y unas setas menudas. A los pichones se les echa unas gotas de limón, y se les pone a cocer con las pechugas hacia arriba. Una hora antes de servirlos se añade una cebolla grande partida en dos pedazos.

### **Pato con patatas.**

Limpio, soflamado y partido en pedazos, se pone a cocer cubierto de agua fría. Se condimenta con un poquito de aceite frito, sal, cebolla, zanahoria y pimienta molida.

Cuando esté casi cocido, se echan patatas partidas en canteros, revolviéndolas con frecuencia, luego de ponerlas; así que empiecen a pegarse, se quita la cacerola de la plancha y se pone destapada en el horno.

### **Pavo asado.**

Puesto ya en condiciones, se unta con manteca por fuera y por dentro, se pincha un poco y después de bien rociado con vino blanco seco se pone a asar lo mismo que el pollo, muy tapado; después se destapa para que se dore, volviéndole. Necesita asarse en fuego muy vivo.

El capón se asa igual que el pavo, y se le rellena, si se quiere, como los pollos, añadiendo trufas si las hay.



## CAPÍTULO XI

### CAZA

#### **Perdices a la cazadora.**

Una vez limpias se colocan en una cacerola, en forma que no estén muy holgadas, se les pone hasta su mitad de agua sazónada, echándoles además dos cucharadas de vinagre, dos jícaras de aceite crudo, dos o tres granos de pimienta, clavos y una hoja de laurel, una cebolla partida en pedazos y unas rodajas de zanahoria. Se dejan cocer hasta que el caldo haya mermado bastante, se cuela éste y se sirven.

#### **Perdices escabechadas.**

En muchas cacerías se cogen en gran número, de suerte que no pueden consumirse en muchos días y con peligro de que se pasen.

Para que se conserven mucho tiempo se escabechan en la forma siguiente: después de limpiarlas se ponen a cocer en abundante aceite, añadiendo vinagre, una cabeza de ajos, laurel, tomillo y pimienta. Cuando estén casi cocidas se sacan y se ponen en una vasija grande con el líquido o ingredientes en que han cocido, añadiendo aceite y un poco de vinagre hasta que queden muy cubiertas.

## **Codornices cubiertas.**

Puestas en condiciones como las demás aves, se rehogan en manteca y se les pone en el hueco del vientre un pedazo de tocino y jamón. Las patas y los alones se sujetan con un bramante. Después se introducen cada una en un pimiento grande, abierto por el tallo, se sazona con sal y se ponen al horno hasta que se asen.

## **Conejo asado.**

Quitada la piel y lavado con cuatro o cinco aguas, se seca muy bien con un paño, se le sazona con sal y untado de manteca, se pone en la parrilla, cambiándole de lado hasta que se vaya dorando.

Se sirve con la salsa ali-oli.

## **Conejo guisado a lo campesino.**

Se parte en pedazos, se pone en un puchero de boca estrecha y se sazona con sal. En una sartén se fríen en aceite unos pedazos de tocino y se vierte sobre el conejo, dándole unas vueltas, con el puchero destapado, para que se rehogue. Después se añade pimienta y clavo molidos y un atillo de laurel, perejil y tomillo.

Para tapar el puchero se pone sobre la boca una cebolla que ajuste bien. Para que no se pegue el conejo se le da vueltas con frecuencia, porque si no resultaría con mal sabor.

Se asan unos tomates, se machacan con un diente de ajo y pasados por un colador se mezclan con el conejo cuando éste está a medio cocer.

## **Liebre en salsa negra.**

Puesta en condiciones, se parte en pedazos no muy grandes y se echa en un puchero de barro. En una sartén se fríen con manteca de cerdo unos pedazos de tocino y una vez fritos se vierte sobre la liebre, añadiendo ajo, pimienta en grano y clavos; se deja cocer media hora y se agrega un vaso de buen vino tinto.

Con los higadillos de la liebre, unos pedazos de cebolla y una miga de pan, muy machacados y con una poca de agua se hace una salsa que se mezcla con la liebre y cuece con ella una hora antes de servirla.

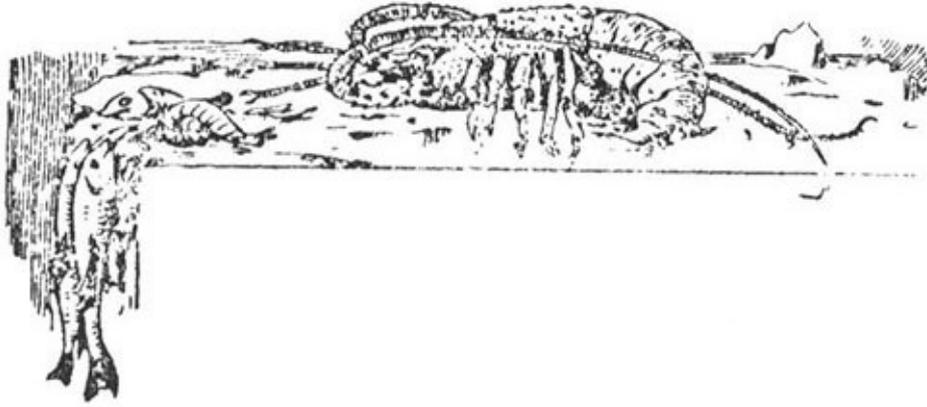
### **Liebre a la española.**

Después de limpia se parte en pedazos y se rehoga en manteca de cerdo. Se pone en una cacerola con una poquita de agua cociendo, sazonada con sal, canela, pimienta molida y 100 gramos de jamón. Se deja cocer una hora y entonces se le agrega una yema machacada de huevo duro, una copita de vino añejo, media onza de chocolate y la salsa española indicada en el capítulo de salsas, y se deja cocer hasta que esté tierna.

### **Pájaros fritos.**

Después de desplumados y limpios, se soflaman en llama de alcohol, se sazonan con sal y se ponen a freír en manteca, con fuego suave.

---



## CAPÍTULO XII

### PESCADOS

#### **Merluza a la mayonesa.**

Un trozo de merluza de la parte de la cola se pone en una besuguera con agua templada, echando sal, unos cascotes de cebolla, laurel y dos granos de pimienta negra. Cuando haya empezado a cocer, se retira y se tiene en el agua hasta servirla con la salsa a la mayonesa, o bien se saca para servirla fría como la salsa. (Véase el capítulo de las salsas).

La merluza se saca a la mesa puesta en una fuente sobre un lecho de perejil fresco y adornada con tiras de pimiento y aceitunas.

#### **Merluza guisada.**

Se parte en rodajas gruesas y se fríen rebozadas en una poquita de harina. En una cacerola se tendrá cociendo unos pedacitos de patata y zanahoria partidos muy menudos; cuando estén a medio cocer, se ponen con la merluza y la salsa casera, con pimienta y perejil y aceite crudo.

#### **Lenguado frito.**

Los lenguados se fríen enteros, en abundante aceite y sazonados con sal. Al sacarlos a la mesa se les cubre con pan rallado frito y unas rodajas de limón.

### **Salmón.**

Se pone a cocer en poca agua medio kilo de salmón en un pedazo, teniendo cuidado de que no se pegue. Se le echa sal, aceite, ajo, cebolla y un atillo de yerbas aromáticas.

Se sirve con salsa tártara.

El salmón asado en rodajas resulta también un plato exquisito.

### **Besugo asado.**

Se prepara un besugo entero, se le hacen unas cortaduras transversales, poniendo en cada una de ellas una rajita de ajo, perejil, dos gotas de limón y un poquito de aceite crudo, se sazona con sal y puesto en la besuguera se asa en el horno.

### **Besugo en salsa.**

Se quitan las escamas y limpio y seco con un paño se parte en pedazos grandes un besugo de un kilo; se unta de harina y se frío en aceite muy caliente, teniendo cuidado que no se deshaga.

Se hace una salsa de piñones tostados y machacados, cebolla frita, ajo, perejil, pimienta molida, todo desleído en agua; se añado un poquito de vinagre o unas gotas de limón y media hora antes de servirlo se pone a cocer el besugo en esta salsa.

### **Besugo a la vizcaína.**

Se elige un besugo bien fresco, que se limpia y escama cuidadosamente, secándolo con un lienzo para que no conserve rastro de humedad, y se prepara untándole bien con manteca exterior o interiormente. Aparte se pican cebolla, ajo y perejil en pequeñas cantidades, rehogando la mezcla con manteca, y

cuando la cebolla adquiere un bonito color dorado se pone en la besuguera, colocando encima el pescado. La besuguera se mete en el horno, dándole vuelta de vez en cuando para que el pescado cueza muy por igual. Cuando está suficientemente cocido y momentos antes de servirlo a la mesa se rocía con una jícara de buen vinagre.

### **Besugo al vino blanco.**

Se elige un besugo bien fresco, que pese aproximadamente un kilo, y después de limpiarlo con esmero se corta en delgadas rodajas, que se van colocando en la besuguera, sazonándolas con sal, un poquito de ajo menudamente picado, una jícara de aceite crudo y medio cuartillo de vino añejo. Se deja cocer por espacio de cinco minutos, y pasado este tiempo se añaden una docena de nueces pulverizadas en el mortero y un poco de perejil y jengibre, volviendo al horno la besuguera para completar el cuarto de hora de cocción que requiere el besugo si ha de estar en su punto y la salsa para reducirse y espesarse convenientemente.

### **Anguila a la tártara.**

Se rehogan con manteca fresca zanahorias cortadas en redondelitos muy delgados, cebolla en rajitas, un poco de perejil y una cabeza de ajo machacada en el almirez. Sobre esta mezcla, que sirve de cama, se coloca una anguila de mediano tamaño, arrollada en espiral, sazonada con pimienta, sal, tomillo, laurel y una copa de vino blanco, dejándola cocer a un fuego lento por espacio de quince minutos. Después se retira la cazuela del fuego para que la anguila se enfríe en su propia salsa, se la saca de ella cuando está fría y se la reboza con harina y huevo, friéndola a fuego muy vivo. Se sirvo con salsa tártara, en salsera aparte, adornando la fuente con ramitas de perejil.

### **Anguila en salsa de tomate.**

Cortada en pedazos se rehoga en aceite, con una poquita de cebolla y una tostadita de pan; éste y la cebolla se machacan con dos cucharadas de agua. Esto y la anguila se echan en una cacerola y se dejan cocer con la salsa de tomate.

## **Pescadillas.**

Se fríen enroscadas con abundante aceite y sal, echándoles zumo de limón al servir las.

## **Bonito a la asturiana.**

Se elige medio kilo de bonito de la parte del centro, que en la costa de Asturias llaman ventresca, y partido en filetes se fríen en aceite, untados de harina y sazonados con sal. Después de fritos se dejan en una cacerola. En el mismo aceite se frío una cebolla grande partida y sin dejar que se dore se echa en la cacerola con el bonito, añadiendo aceite, una cucharada de vinagre y un poquito de pimentón, y se deja cocer unos minutos.

## **Congrio en salsa.**

Un pedazo de congrio que pese medio kilo se fríe en aceite, sazonado con sal y envuelto en harina. Una vez frito, se pone a cocer un rato con la salsa española hecha con nueces.

Al servirlo se añade una yema de huevo desleída en poca agua y se mezcla con la salsa.

## **Mero.**

Siendo este pescado muy sustancioso, resulta muy bien como la merluza guisada o con arroz, o bien se cuece con poca agua y se sirve con cualquiera de las salsas propias de los pescados. También es agradable frito en filetes en abundante aceite.

## **Langosta al natural.**

Atadas las patas, se pone a cocer en agua templada, en una vasija que quepa bien; a los veinte minutos está cocida y se sirve con salsa tártara o mayonesa.

## **Langostinos.**

Se dejan cocer diez minutos en agua y sal con unos granos de pimienta. Después de cocidos se sirven con salsa mayonesa.

## **Calamares en su tinta.**

Deben ser frescos y de regular tamaño; se limpian quitándoles las telitas y la bolsita de la tinta; partidos en pedazos se ponen en una cacerola. Se fríe una cebolla y una miga grande de pan, se machacan con una poquita de agua y se echan en la cacerola. Las bolsitas de la tinta se rompen con una cuchara de palo y con una poquita de agua pasan por un colador a la cacerola para que cuezan con los calamares.

## **Bacalao a la vizcaína.**

Este plato tan conocido se hace de distintas maneras.

Se quita muy bien la sal al bacalao, poniéndole a remojo la noche anterior, se parte en pedazos, quitándole la piel y las espinas. Después de escurrido se pone a cocer en aceite crudo y una poca de agua, tomates asados pelados y partidos y cebolla picada muy fina. Cuando esté a medio cocer se le echan pimientos asados, cortados menudos.

## **Bacalao frito.**

Se elige de Escocia, bueno, se desmenuza quitándole las espinas y la piel y se pone en agua. Se escurre muy bien, apretándolo con las dos manos, después se afloja y se deja en un plato. Se fríen patatas cortadas largas y en el mismo aceite se fríe el bacalao. Se juntan en la misma sartén, dándoles unas vueltas, y se sirven adornados con pimientos asados.

## **Olla de pescado.**

(Bouillabaisse marseillesa).

El plato que vamos a explicar, además de ser exquisito y de tener fama universal, resulta económico y muy a propósito para las familias en días de Cuaresma. Reúne, además, la ventaja de que con él se forma una comida con dos platos, esto es: la sopa, que se hace con el caldo previo, y el plato de pescado, que se sirve luego con salsa mayonesa, salsa verde, vinagreta u otra salsa a elección.

Cantidades para ocho personas (para cuatro personas se pone la mitad de estas cantidades): Kilo y medio de pescado, esto es: 1/4 de kilo de almejas sin conchas, y lo demás de merluza o mero, o ambos pescados a la vez.

*Para el caldo previo:* Dos litros de agua, 100 gramos de cebolla cortada en rodajas, 60 gramos de zanahorias cortadas en el mismo sentido, 4 pedacitos de clavo, 1 hoja de laurel, 1 tallo de tomillo, 4 o 5 ramitas de perejil, 1 diente de ajo, 1 pedazo de corteza de limón del tamaño de un duro, 4 granos de pimienta, 15 gramos de sal en grano.

*Para la olla o Bouillabaisse:* Un vaso de aceite, o sea 2 decilitros; 1 vaso de vino blanco, 1 decilitro de puré de tomate, 30 gramos de cebolla picada, 50 centigramos de azafrán, una cucharada *bien* llena de perejil *muy* picado, 2 trozos de limón con sus cortezas, 1 diente de ajo pequeño.

#### *Manera de operar.*

Se deja cocer el caldo previo unos veinte minutos con la tapadera puesta.

Mientras tanto, se pone en una cacerola medio vaso de aceite y se mete en ella la cebolla picada hasta que se dore un poco. Una vez conseguido esto, se retira la cacerola y se arregla en la misma el pescado.

Se le echa el otro medio vaso de aceite, el perejil cortado y el azafrán. Se añade el tomate, los pedazos de limón, el ajo, vino blanco, y se echa por fin el caldo previo sobre todo esto. Hay que advertir que este líquido ha de cubrir suficientemente el pescado.

Se pone al fuego, y a los cinco minutos debe empezar a hervir francamente por todos los lados de la cacerola. Es preciso que esta ebullición produzca una espuma parecida a la de la leche cuando subo, y durante todo el tiempo de la cocción.

Con sólo diez o doce minutos de hervor el plato está pronto a ser servido, y se efectúa: el caldo aparte con rodajas de pan del tamaño de la palma de la mano, y el pescado en otra fuente.

Luego, cada comensal se echará sobre el pescado la salsa que crea conveniente.

---

# Colección "Maravillas"

(BIBLIOTECA POPULAR DE BOLSILLO)

á 0,50 cada tomo.

Llaman la atención por su baratura estos lindos tomitos de 128 páginas, en buen papel y abundante lectura, con grabados de las mejores firmas y cubiertas en colores.

*Volumen I.*—Chascarrillos baturros, por Caires. Con ilustraciones de Gascón.

*Volumen II.*—Consultor y guía de los novios. Interesante tratado que leerán con gusto los enamorados.

*Volumen III.*—Chascarrillos andaluces, por Curro Venenito. Ilustraciones de Xaudaró.

*Volumen IV.*—Los juegos de manos al alcance de todos. Con dibujos que ilustran el texto.

*Volumen V.*—Manual de cocina sencilla.

*Volumen VI.*—Manual de repostería sencilla.

*Volumen VII.*—Chascarrillos taurinos.

*Volumen VIII.*—Los remedios caseros.

~~~~~  
CADA MES

SE PUBLICA UN TOMO NUEVO

~~~~~  
De venta en librerías, kioskos, etc.

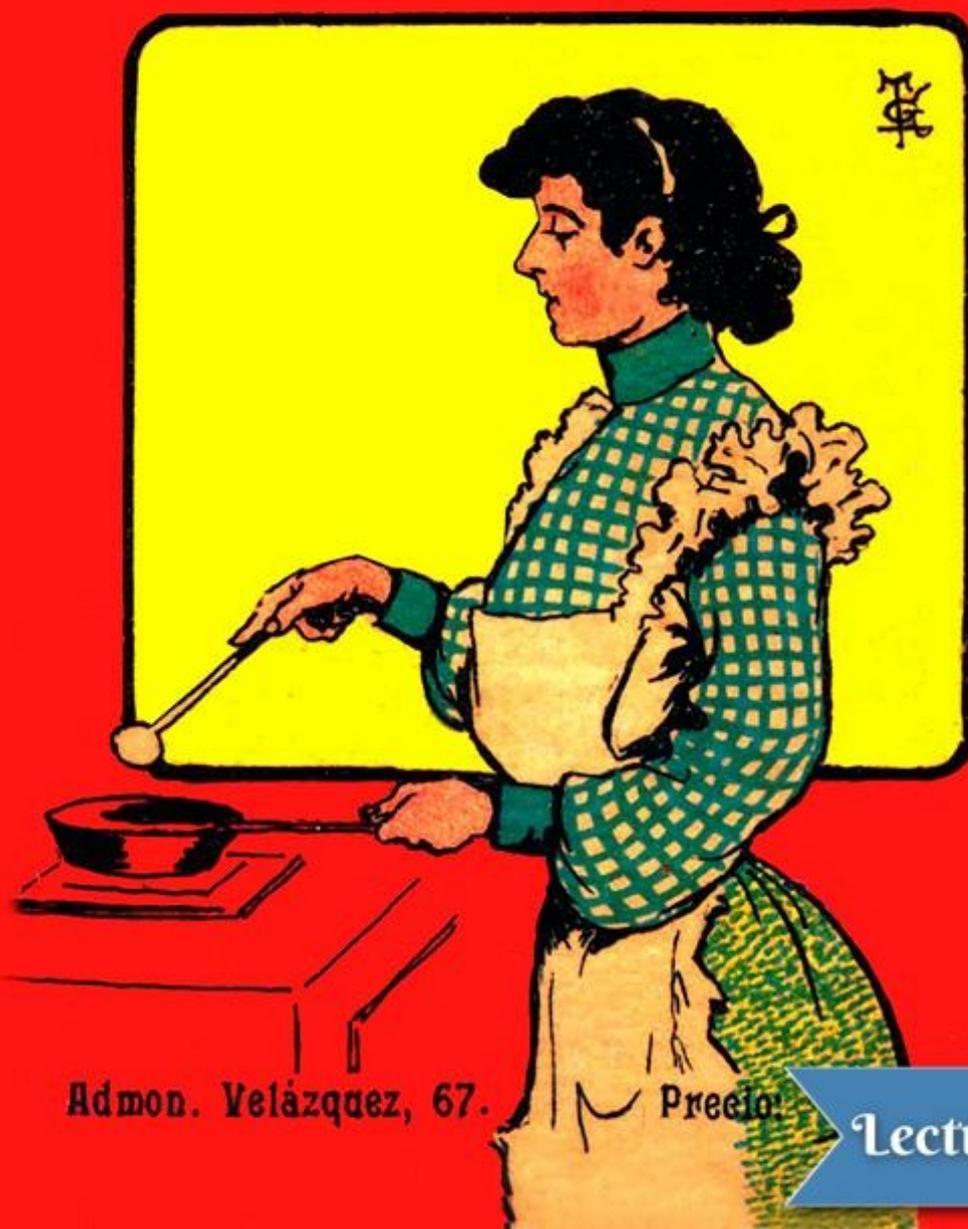
Los pedidos, acompañando su importe, deben dirigirse al Administrador del **Noticiero-Guía de Madrid**, Velázquez, 67, Madrid.

COLECCIÓN "MARAVILLAS"

VOLUMEN V

# MANUAL DE COCINA SENCILLA

Arte de preparar con poco gasto  
platos exquisitos.



Admon. Velázquez, 67.

Prelo

Lectulandia