

RECETARIO DE COCINA

ENTRE-
MESES

SOPAS

HUEVOS

ARROZ

ESCADOS

VERDURAS

CARNES
Y AVES

SALSAS

ENSALADAS

POSTRES



COLIFLOR A LA VINAGRETA

1 coliflor pequeña, 50 grs. de aceite de oliva, 1 copita de vinagre, sal, pimienta y perejil.

Sepárese el cogollo de la coliflor y después de limpio se pone en una cacerola con el aceite, el vinagre y dos decilitros de agua; se sazona con sal y pimienta, se cuece bien tapado a fuego lento durante 30 minutos, se deja enfriar, y al servirlo se espolvorea con perejil bien picado.

FONDOS DE ALCACHOFAS A LA MONACO

4 alcachofas, 150 grs. de aceite de oliva, 1 huevo, 3 sardinas en conserva, 4 aceitunas gordas sin hueso, 1 cucharadita de vinagre, 1 limón, sal, pimienta, mostaza y perejil.

Eligense las alcachofas grandes; una vez desprovistas de las hojas más duras, se cortan las puntas dejando solamente el corazón de unos 2 centímetros de alto, se vacía en el centro, dándole la forma de cazuelita; se rocían con limón y se ponen a cocer durante 20 minutos con un cuarto de litro de agua, sal, tres cucharadas de aceite y el zumo de medio limón. Con la yema del huevo, el vinagre, la restante del aceite y la mostaza se prepara la salsa mayonesa. Al mortero se machacan las sardinas desprovistas de la espina y se agrega una cucharada de salsa mayonesa. Se rellenan las alcachofas con esta pasta, se cubren con la salsa restante y en el centro de cada una se pone una aceituna adornándolas con hojas de perejil.

FILETES DE ANCHOAS CON ALCAPARRAS.

10 anchoas sin espinas, 50 alcaparras, 35 grs. de aceite de oliva, 1 pimiento morrón en conserva y perejil.

Se limpian las anchoas y de cada una se hacen dos filetes, se enrollan en forma de turbante y se colocan en una rabanera, encima se ponen las alcaparras y el perejil picado, se rocían con el aceite y se adornan con tiras de pimiento.

GOUJON A LA MALTESA

200 grs. de pescadilla, 1 huevo, 200 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de harina, 100 grs. de tomates, 2 dientes de ajo, media copita de vinagre, 1 hoja de laurel, 1 ramito de tomillo, sal, pimienta y perejil.

Limpia la pescadilla se le quita la espina, se corta a tiras delgaditas, se pone sal,

se pasa por la harina y fríese con el aceite de oliva, colocándose en una fuente y encima el huevo cocido picado a trocitos. En el mismo aceite se frien los dos dientes de ajo, seguidamente se agrega el tomate cortado a trozos, el laurel, el tomillo, el vinagre y un decilitro de agua; se sazona con sal y pimienta; déjese cocer durante 10 minutos, la salsa pásase por un colador y cuando esté fría, se echa encima del pescado espolvoreándolo con perejil picado.

CANALONES DE JAMON

100 grs. de jamón de York, 100 grs. de atún en conserva, 50 grs. de aceite de oliva, 1 huevo, 100 grs. de tomate, sal y pimienta.

Córtese el jamón a rojas delgaditas y anchas. Macháquese al mortero el huevo previamente cocido en unión del atún, se sazona con sal y pimienta incorporando poco a poco el aceite hasta obtener una pasta espesa y fina. De esta pasta se pone una cucharada encima de cada lonja de jamón, se enrolla en forma de canalón, se pone en una fuente y se adorna con unas rajitas de tomate y unas hojas de perejil.

APIO A LA VIRGINIA

1 apio, 1 manzana, 75 grs. de aceite de oliva, 1 cucharada de vinagre, 100 grs. de zanahorias, sal, mostaza perejil y pimienta.

Escójase lo más blanco del apio, y después de limpio córtese a tiras delgaditas o en forma juliana, e igualmente se corta la manzana que se tendrá previamente preparada. Las zanahorias, una vez peladas, se cortan a tiras y se hacen cocer con agua y sal. En una ensaladera se pone el vinagre, el aceite, la sal, la pimienta y la mostaza; se bate bien, se agregan los ingredientes preparados de antemano, se mezcla todo bien y al servirlo se espolvorea con el perejil muy picado.

ESCABECHE DE SARDINA

200 grs. de sardinas, 200 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de harina, 4 dientes de ajo, 1 decilitro de vinagre, 5 grs. de pimentón, 1 hoja de laurel, 1 ramito de tomillo, perejil, sal y pimienta.

Previamente limpias las sardinas, se les pone sal y se pasan por la harina; se frien con el aceite y se colocan en una vasija de barro. En el mismo aceite se frien los ajos, seguidamente se añade el pimentón, el laurel, el tomillo y el perejil, y a continuación el vinagre. Se deja hervir durante 3 minutos a fuego lento y se echa encima de las sardinas. Transcurridas 24 horas se extraen las sardinas y al servirlo se ponen en una ensaladera y se añade la salsa después de pasarla por un colador.

GRANADINAS FAVORITA

200 grs. de rape o gallo de mar, 50 grs. de lengua escarlata, 150 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de tomates, 1 cucharadita de vinagre, 1 huevo, sal, pimienta y mostaza.

Con la yema del huevo, el vinagre, sal, pimienta, mostaza y el aceite, prepárese una salsa mayonesa. Limpio el rape o gallo de mar de su piel y espinas, se corta a rodajas de un centímetro de grueso y se ponen a cocer a fuego lento con agua y sal durante 10 minutos. En una fuente o rabanera se pone el tomate cortado a rodajas; encima de cada uno se colocan los del pescado, se cubren con la salsa mayonesa y encima de cada rodaja se colocan unas tiras delgaditas de lengua escarlata en forma de estrella.

ALCACHOFAS A LA GRIEGA

4 alcachofas, 8 cebollitas, 50 grs. de aceite de oliva, 1 copita de vinagre, sal y perejil.

Desprovistas las alcachofas de las hojas más duras, se cortan las puntas dejándolas a 3 centímetros de alto; se parten verticalmente en seis trozos y se colocan en una cacerola con las cebollitas previamente pelados; agréguese el vinagre, el aceite y dos decilitras de agua; se sazona con la sal y la pimienta, y se cuecen a fuego lento y bien tapadas durante 30 minutos. Sirvanse, cuando estén bien frías, colocadas en rabaneras.

DARTAIS DE ANCHOAS

8 anchoas sin espinas, 200 grs. de pan inglés, 100 grs. de aceite de oliva, 1 huevo, 1 cucharadita de vinagre, sal, pimienta y perejil.

Córtese unas rebanaditas de pan de 1 centímetro de grueso por 7 de largo y 4 de ancho, y se tuestan ligeramente. Limpíase las anchoas, de cada una se hacen dos filetes secándolos con un paño. Se prepara una salsa a la mayonesa con el aceite, la yema del huevo, el vinagre, la sal y la pimienta. Cúbrense las rebanaditas de pan con una ligera capa de esta salsa, encima se colocan los filetes de anchoas y se sirven en una fuente adornados con unas hojas de perejil.

DELICIAS DUQUESA

200 grs. de tomate, 100 grs. de aceite de oliva, 4 aceitunas gordas

sin hueso, 2 huevos, 2 anchoas sin espinas, 1 cucharadita de vinagre, sal, pimienta, perejil y mostaza.

Se cuece un huevo y después de frío se le quita la cáscara para cortarlo a rodajas de un centímetro de grueso. De cada anchoa se hacen dos filetes y se secan con un paño. Con una yema de huevo, el vinagre, la sal, la pimienta y la mostaza, se prepara una salsa mayonesa. En una rabanera o fuente se colocan los tomates previamente pelados y cortados a rodajas de un centímetro de grueso, encima de cada una de estas rodajas se colocan las del huevo cocido, se cubren con la salsa mayonesa y en el centro de cada pila se pone un filete de anchoa arrollado en forma de turbante con una aceituna dentro, y al servirse se adorna la fuente con hojas de perejil.

BERENJENAS RELLENAS

2 berenjenas, 2 huevos, 2 anchoas sin espinas, 100 grs. de aceite de oliva, 1 cucharadita de vinagre, 50 grs. de cebolla, sal, pimienta, mostaza y perejil.

Se pelan las berenjenas, se parten a lo largo por la mitad, se espolvorean con sal, se rocían con la mitad del aceite y se ponen en el horno hasta que estén bien asadas, y con una cuchara de madera se vacían colocándolas en una fuente. Los huevos, después de cocidos y pelados, se machacan al mortero junto con las anchoas; se añade la cebolla picada muy menuda, se sazona con sal y pimienta y se rellenan las berenjenas con esta pasta. En una ensaladera se pone el vinagre, lo restante del aceite, sal y mostaza y un poco de perejil picado; se mezcla bien y se echa esta salsa encima de las berenjenas.

ENSALADA DERBY

100 grs. de atún en conserva, 200 grs. de patatas, 100 grs. de zanahorias, 100 grs. de guisantes, 75 grs. de aceite de oliva, 50 grs. de lengua escarlata, 2 anchoas sin espinas, 100 grs. de cebollas, 1 huevo, 1 cucharada de vinagre, sal, mostaza y perejil.

Móndanse las zanahorias y patatas, se cortan a cuadrillas y déjanse cocer con agua y sal durante 25 minutos. El huevo se cuece y se pela. Cortado el atún a trocitos, se le agrega las patatas y zanahorias, como igualmente los guisantes previamente hervidos con agua y sal; incorpórase la cebolla picada, la lengua escarlata y la clara o albúmina del huevo, todo cortado a cuadrillas. La yema del huevo y las anchoas se machacan al mortero, se sazona con sal, pimienta y mostaza; se agrega el aceite, el vinagre y el perejil picado y se mezcla esta salsa a los anteriores ingredientes, sirviéndose en una ensaladera.

SOPAS

SOPA DE AJOS A LA CASTELLANA

200 grs. de pan, 150 grs. de aceite de oliva, 4 huevos, 3 dientes de ajo, un poco de pimentón.

Póngase el aceite y los ajos en una cazuela de barro, y cuando esté bien caliente, se agrega el pimentón; seguidamente se añade el pan cortado a rajitas delgadas y uno y medio litros de agua; se sazona con sal y pimienta, se cuece a fuego lento durante 50 minutos y antes de servirla se echan los huevos, dejándolos cuajar ligeramente.

SOPA DE PESCADO

100 grs. de rape, 100 grs. de merluza, 100 grs. de tomate, 200 grs. de cebolla, 100 grs. de pan, 100 grs. de aceite de oliva, 12 mejillones, 2 dientes de ajo, azafrán y perejil.

Se coloca el pescado en una cacerola con litro y medio de agua, la cebolla cortada a trozos, los tomates pelados y el aceite; se sazona con sal y pimienta y se deja hervir durante 20 minutos; luego se cuela el caldo, se le agrega el pan cortado a rajitas, los ajos y el azafrán machacados al mortero y los mejillones hervidos y sin conchas. Se pone a hervir durante 5 minutos, agregándole el pescado desprovisto de espinas y piel y cortado a trocitos y el perejil picado.

SOPA A LA CATALANA

100 grs. de carne magra de cerdo, 50 grs. de miga de pan, 100 grs. de aceite de oliva, 150 grs. de macarrones, 25 grs. de harina, 100 grs. de cebolla, 25 grs. de queso rallado, 1 huevo, 1 diente de ajo, 2 hojas de apio, canela, azafrán y perejil.

Picada la carne, se agrega el ajo y el perejil, también picados; la miga de pan, el huevo, sal, pimienta y canela, mezclándose bien para formar unas albóndigas pequeñas que se pasan por la harina y se frien con el aceite. En una olla rehóguese la cebolla picada, luego se añaden las albóndigas, litro y medio de agua, sal y el apio cortado a trocitos; hiérvese durante una hora, y a media cocción se echan los macarrones cortados a trocitos, el azafrán tostado y el queso.

SOPA PRIMOROSA

200 grs. de tomate, 100 grs. de judías tiernas, 200 grs. de patatas, 100 gramos de cebolla, 100 grs. de pan, 100 grs. de aceite de oliva, 4 pue-

rrros, 1 col pequeña, 2 dientes de ajo, azafrán.

La cebolla y los puerros picados se rehogan con el aceite; luego se agrega el tomate pelado, las patatas, las judías y la col, todo cortado a trocitos; se añade litro y medio de agua, el ajo y el azafrán machacados al mortero; se sazona con sal y pimienta, se cuece bien tapado durante 50 minutos y al servirse mézclase el pan cortado a rajitas y tostado.

SOPA CARMELITA

300 grs. de patatas, 150 grs. de aceite de oliva, 300 grs. de guisantes, 35 grs. de queso Grayère rallado, 1 cogollo de col, 2 hojas de apio, 6 puerros y 2 huevos.

Limpias las verduras, se cortan a trocitos rehogándolas con el aceite durante 25 minutos; a continuación se añade litro y medio de agua y los guisantes pelados; se sazona con sal y pimienta, se deja hervir durante una hora, y seguidamente se agrega el queso y los huevos batidos.

SOPA MALLORQUINA

200 grs. de pageles, 100 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de cebolla, 200 grs. de tomate, 2 dientes de ajo, 12 mejillones, 150 grs. de arroz.

Con el aceite se rehoga la cebolla picada, agréguese el tomate mandado y el pescado previamente limpio; se añade litro y medio de agua, se sazona con sal y pimienta y se hierve durante 25 minutos. Pásese el caldo por un colador, se le incorpora el arroz, el azafrán y el ajo machacados al mortero, y a continuación se añade perejil picado, los mejillones hervidos y sin conchas, el pescado sin piel ni espinas, y se termina la cocción, que será de 18 minutos.

SOPA DE RAPE

200 grs. de rape, 100 grs. de pan, 150 grs. de cebolla, 100 grs. de tomate, 100 grs. de aceite de oliva, 15 grs. de almendras tostadas, 2 dientes de ajo.

Limpio el rape, se corta a trocitos. Con el aceite se rehoga la cebolla picada menuda; cuando empieza a tomar color, se agrega el rape, el tomate picado y pelado y litro y medio de agua; se sazona con sal y pimienta, se añaden las almendras, el ajo y el azafrán, todo machacado al mortero; se pone a hervir durante 40 minutos, y a continuación se incorpora el pan cortado a rajitas, tostado y perejil picado.

SOPA A LA GENOVESA

200 grs. de rape, 200 grs. de espinacas, 100 grs. de sémola, 100 grs. de aceite de oliva, 35 grs. de queso de Parma, 100 grs. de cebolla, 1 huevo, 1 hoja de apio.

Limpia el pescado, se corta a trocitos, se pone en una olla con el aceite, la cebolla picada y el apio cortado a cuadritos, y se rehoga todo bien. Se agrega litro y medio de agua, las hojas de espinacas cortadas en forma de juliana, se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 45 minutos. Después se echa la sémola, siguiéndose la cocción durante 15 minutos, y al servir la sopa se agrega el queso rallado y el huevo batido.

SOPA BULLABESA

150 grs. de rape, 100 grs. de gallineta, 150 grs. de besugo, 100 grs. de gallina de mar, 100 grs. de congrio (pueden emplearse otros pescados, con tal que sean de roca), 150 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de pan, 150 grs. de tomate, 25 grs. de harina, 2 dientes de ajo, azafrán, tomillo, 1 hoja de laurel, perejil e hinojo.

El pescado se corta a pedazos regulares. El pan en rebanadas de un centímetro de grueso, que se rocían con aceite y se tostan. En una cacerola se pone el aceite y se rehoga la cebolla picada, y cuando tenga un color dorado, se agrega el tomate mondado, la harina, las cabezas del pescado, laurel, tomillo, un poco de perejil picado, hinojo y litro y medio de agua, dejándose hervir durante 25 minutos. Póngase el pescado cortado en una olla, se vierte encima el caldo después de pasado por un colador, se sazona con sal y pimienta, se añade el ajo y el azafrán machacados al mortero, se hierve a fuego vivo durante 15 minutos y sírvese por separado el pescado en una fuente y el caldo en una sopera junto con el pan, como también puede servirse el pan por separado.

SOPA DE ALMEJAS

18 almejas, 100 grs. de pan, 150 grs. de cebolla, 100 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de tomate, 2 zanahorias, 2 dientes de ajo.

Se pican las cebollas y zanahorias para rehogarlas con el aceite; se añade un poco de pimentón, el tomate pelado y las almejas bien limpias; agréguese uno y medio litros de agua, los ajos y azafrán machacados al mortero; se sazona con sal y pimienta, dejándose hervir durante 40 minutos. El caldo se pasa por un colador, se le agregan las almejas sin conchas, un poco de perejil picado y el pan cortado a rajitas tostado, y síguese la cocción durante 15 minutos.

SOPA AL GRATIN PROVENZALA

200 grs. de congrio, 200 grs. de cebollas, 100 grs. de tomate, 100 gramos de aceite de oliva, 150 grs. de pan, 35 grs. de queso de Parma rallado, 2 dientes de ajo, laurel, tomillo, hinojo y perejil.

Póngase el aceite en una cacerola y se rehogarán la cebolla y el ajo picados; cuando tengan color dorado, se agrega el congrio, el tomate pelado, laurel, tomillo, perejil e hinojo; añádase litro y medio de agua, sazonándose con sal y pimienta, y hiérvase durante 45 minutos; pásese luego por un tamiz, procurando que todo se deslice a través del mismo. En una cazuela de barro colóquese el pan cortado a rajitas, encima se vierte el caldo, se espolvorea con el queso y se pone en el horno a gratinar.

SOPA A LA VALENCIANA

400 grs. de guisantes, 300 grs. de patatas, 100 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de tomate, 100 grs. de cebolla, 200 grs. de hueso de jamón, 100 grs. de arroz, 1 col pequeña, 300 grs. de habas frescas.

Limpia las patatas y la col, se cortan a trocitos, se colocan en una olla con el aceite y la cebolla picada; rehógase todo bien, añadiendo litro y medio de agua, el tomate mondado y picado, las habas y los guisantes pelados y el hueso de jamón; se sazona con sal y pimienta, se cuece durante 45 minutos y después se añade el arroz y un poco de perejil picado, y continúa la cocción, que será de 18 minutos.

SOPA A LA PORTUGUESA

75 grs. de jamón natural, 300 grs. de tomate, 200 grs. de arroz, 100 gramos de aceite de oliva, 35 grs. de queso de Gruyère rallado, 6 puerros, 1 diente de ajo.

Se rehoga con el aceite el jamón cortado a cuadritos pequeños y los puerros picados; cuando empieza a tomar color, se añade el tomate mondado y picado y uno y medio litros de agua; se sazona con sal y pimienta, se pone a hervir durante 30 minutos, se agrega luego el arroz y el ojo machacado al mortero; terminese la cocción durante 20 minutos, y al servirlo se espolvorea con el queso.

HUEVOS

HUEVOS A LA MALTESA

4 huevos, 100 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de guisantes, 50 grs. de jamón, 100 grs. de cebolla, 15 grs. de harina, 15 grs. de queso Gruyère rallado, 15 grs. de manteca de vaca, un cuarto de litro de leche, nuez moscada.

Rehóguese con el aceite la cebolla picada menuda y el jamón cortado a cuadrillos; cuando empieza a tomar color, se agrega la harina, la leche y los guisantes, previamente hervidos con agua y sal; a continuación se echan los huevos cocidos y cortados a lonjas de un centímetro de grueso; se sazonan con sal, pimienta y nuez moscada, cuéscense durante 20 minutos a fuego lento, luego se espolvorean con el queso, se rocían con la manteca derretida y se ponen en el horno a gratinar.

HUEVOS A LA YORKSHIRE

5 huevos, 75 grs. de jamón de York, 100 grs. de pan, 300 grs. de tomate, 200 grs. de aceite de oliva, 1 trufa.

Con el aceite se frien cuatro huevos uno a uno y después el jamón cortado a lonjas. Se prepara una salsa con el tomate mondado y picado menudo, que se rehoga durante 10 minutos con un poco de aceite, y cuando está fuera del fuego se le agrega una yema de huevo y la trufa picada, revolviéndola todo, y se sazona con sal y pimienta. Se pone el pan frito en forma de discos en una fuente, encima se coloca el jamón y luego los huevos que se cubrirán con la salsa.

HUEVOS ESCALFADOS A LA MIRABEAU (FRIO)

5 huevos, 100 grs. de langostinos, 200 grs. de aceite de oliva, 2 anchoas sin espina, 4 aceitunas gordas, 1 decilitro de vinagre, 2 brioches salados y mostaza.

Con una yema de huevo, una cucharada de vinagre, sal, pimienta y el aceite, se prepara una salsa mayonesa a la que se mezclan los anchoas pasadas por un tamiz. Póngase al fuego un litro de agua con sal, y cuando empieza a hervir se agrega el resto del vinagre y seguidamente se echan los huevos rompiéndolos uno a uno; déjese cocer a fuego lento durante 3 ó 4 minutos, se extraen con una espuadonera y se los coloca en agua fría. Los brioches se parten horizontalmente por la mitad, se vacían y rellenan con los langostinos previamente hervidos y cortados a trocitos, encima se colocan los huevos, se cubren con la salsa y encima de cada uno se pone una aceituna desprovista del hueso.

HUEVOS A LA ROMANA

4 huevos, 600 grs. de espinacas, 200 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 25 grs. de harina, 10 grs. de queso de Parma rallado, un cuarto de litro de leche, 2 anchoas sin espina.

Limpías las espinacas, cuéscense con agua y sal, se escurren bien y se pican un poco. En una sartén se pone aceite, y cuando está caliente se echan las anchoas cortadas a trocitos y las espinacas; se sazonan con sal y pimienta y se rehogan durante cinco minutos. En una cacerola se pone aceite y se rehoga la cebolla, y cuando empieza a tomar color se agrega la harina y la leche, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y déjase cocer a fuego lento durante 20 minutos, y se mezcla el queso. Friense los huevos uno a uno con el aceite. Pónganse las espinacas en una fuente, encima se colocan los huevos y se cubren con la salsa.

HUEVOS A LA PROVENZAL

4 huevos, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 15 grs. de harina, 1 diente de ajo, 2 anchoas sin espina, perejil y nuez moscada.

Cuéscense los huevos, y después de fríos y pelados, córtense horizontalmente por la mitad. Rehóguese la cebolla con el aceite, y cuando empieza a tomar color se agrega la harina y un decilitro de agua; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada; a continuación se incorporan los huevos, el ajo y las anchoas machacadas al mortero; déjese cocer durante 20 minutos a fuego lento, añadiendo perejil picado.

HUEVOS A LA JOCKEY-CLUB

4 huevos, 200 grs. de tomates, 50 grs. de champignons, 80 grs. de jamón de York, 60 grs. de aceite de oliva, 1 trufa.

En cuatro platos especiales para huevo que resistan la acción del fuego, se pone una cucharada de aceite, y cuando está caliente se va friendo en cada uno 20 gramos de jamón cortado a lonjas delgadas. En cada plato se casca un huevo sin romper la yema, se sazona ligeramente con sal y se cuece al horno hasta que la clara comience a cuajarse. En sartén aparte se rehoga con el resto del aceite el tomate después de pelado y picado y los champignons cortados a cuadrillos, se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 10 minutos; póngase una cucharada de esta salsa en cada plato, que se espolvorea luego con trufa picada menuda.

HUEVOS FRITOS A LA SEVILLANA

4 huevos, 75 grs. de jamón serrano, 400 grs. de patatas, 200 grs. de aceite de oliva.

Póngase el aceite en la sartén, y cuando esté bien caliente se frien los huevos uno a uno dejándolos caer delicadamente. Remuévase la clara con la ayuda de la paleta a fin de que resulten abufielados, pero con la yema blanda; entonces se escurren y se espolvorean con sal. En el mismo aceite se frien las patatas que se colocarán en una fuente, y alrededor se ponen los huevos, y se adornan la fuente con lonjas de jamón ligeramente frito.

HUEVOS A LA PORTUGUESA

4 huevos, 200 grs. de arroz, 300 grs. de tomate, 200 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 25 grs. de manteca de vaca, 50 grs. de champignons, 1 trufa.

Con el aceite se frien los huevos uno a uno. Cuécese el arroz con agua y sal durante 25 minutos; pásase por agua fría, se escurre y luego se pone en el horno con la manteca hasta que esté bien seco. Se prepara una salsa rehogando la cebolla con un poco de aceite, se agrega el tomate pelado y picado, los champignons y la trufa cortados a lonjas delgaditas; se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 10 minutos. Se pone el arroz en una fuente, encima se colocan los huevos y se cubren con la salsa.

HUEVOS EN CHANFAINA

4 huevos, 1 berenjena, 100 grs. de cebolla, 200 grs. de tomate, 100 grs. de aceite de oliva, 1 pimiento en conserva, 1 diente de ajo, pimentón y perejil.

Con el aceite friese la berenjena previamente pelada y cortada a trozos y la cebolla picada, y cuando tengan bastante color se añade el ajo picado, pimentón, los tomates mondados y picados y el pimiento cortado a trozos; se sazona con sal y pimienta, se deja cocer durante 10 minutos y a continuación se incorporan los huevos cocidos y cortados a rajitas de un centímetro de grueso y el perejil picado, y se dejan cocer durante 20 minutos.

HUEVOS REVUELTOS A LA DERBY

6 huevos, 400 grs. de tomate, 100 grs. de pan, 100 grs. de champignons, 75 grs. de aceite de oliva, 1 decilitro de leche y perejil.

Póngase el aceite en una cacerola y cuando esté bien caliente se rehogan los champignons cortados a lonjas delgadas; luego se añaden los tomates pelados, quitada la semilla y picados; se sazona con sal, se agrega el perejil picado y déjese cocer durante 10 minutos. En otra cacerola se echan los huevos batidos, la leche, sal, pimienta y nuez moscada; se pone al fuego en un baño maría y con el batidor se revuelve hasta que resulte una pasta fina, a la que se mezcla el tomate, ya preparado, y a continuación se coloca en una fuente que se adornará con unos triángulos de pan frito.

HUEVOS A LA TIROLESA

4 huevos, 200 grs. de aceite de oliva, 300 grs. de cebolla, 25 grs. de harina, 200 grs. de tomate, perejil.

Friense los huevos uno a uno. Los tomates se cortan horizontalmente por la mitad, se les quita la semilla, se rocían con un poco de aceite, se les pone sal y se cuecen al horno durante 10 minutos. La cebolla se corta a tiras delgadas, se pasa por la harina, se frie con el aceite, se sazona con sal y se coloca en una fuente y alrededor se pone los tomates y encima de éstos los huevos, adornando la fuente con unas hojas de perejil frito.

HUEVOS A LA AMERICANA

4 huevos, 50 grs. de jamón, 200 grs. de aceite de oliva, 300 grs. de patatas, 100 grs. de pan y 4 tomates.

Friense los huevos uno a uno; las patatas se cortan en forma de pajas y después de fritas colóquense en el centro de una fuente; alrededor se ponen los huevos, que irán encima de un disco de pan frito, se adorna la fuente con unas rajitas de jamón pasado ligeramente por la sartén y se intercala los tomates fritos.

HUEVOS A LA PASTORELA

4 huevos, 200 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de riñones de cordero, 100 grs. de pan, 50 grs. de champignons, 4 escaloñas, 15 grs. de harina, 1 copita de jerez, perejil.

Con el aceite se frien los huevos uno a uno. Se prepara un picadillo rehogando un poco de aceite los riñones y los champignons cortados a cuadrillos pequeños; luego se agregan las escaloñas y el perejil todo picado, la harina y el jerez; se sazona con sal y pimienta y se cuece a fuego vivo durante 5 minutos. Prepáranse unas rebanaditas de pan frito, encima de éstas se colocan los huevos y se cubre con el picadillo.

ARROZ

ARROZ O COSTRA A LA CASTELLONENSE

400 grs. de conejo, 100 grs. de langostinos, 100 grs. de garbanzos cocidos, 100 grs. de cebolla, 300 grs. de arroz, 100 grs. de aceite de oliva, 2 pimientos morrones, 2 huevos, 2 dientes de ajo, azafrán y pimentón.

Córtese el conejo a trozos y póngase en una cazuela de barro con el aceite y la cebolla picada; rehóguese bien, se agregan los langostinos, pimentón, arroz y los garbanzos; échese tres cuartos de litro de agua hirviente; se sazona con sal y pimienta, añadiéndose los pimientos cortados a trozos, el ajo y el azafrán machacados al mortero; cuécese durante 15 minutos y luego se cubre con los huevos batidos y se deja tres minutos en el horno.

ARROZ A LA MIRAMAR

Se prepara del mismo modo que el arroz a la catalana, poniendo en lugar del conejo, 100 gramos de langostinos y sirviendo el arroz en la misma cazuela en que se ha condimentado, con preferencia de barro.

ARROZ A LA CATALANA

100 grs. de jibia o calamares, 200 grs. de conejo, 75 grs. de lomo de cerdo, 75 grs. de salchichas, 300 grs. de arroz, 100 grs. de aceite de oliva, 150 grs. de cebolla, 100 grs. de tomate, 10 grs. de almendras, 200 grs. de guisantes, 12 mejillones, 1 pimiento morrón, 2 alcachofas, 2 dientes de ajo, pimentón, azafrán y perejil.

Córtese la carne a pedazos y se rehoga con el aceite; luego se añaden los calamares cortados a trozos y la cebolla picada, y cuando toda empieza a tomar color, se agrega el tomate mondado y picado, guisantes, alcachofas cortadas a trozos y el pimentón; luego se echa el arroz; rehóguese un poco y se moja con tres cuartos de litro de agua hirviente; seguidamente se incorpora el pimiento en pedazos y los mejillones hervidos y quitadas las valvas, se sazona con sal y pimienta, y después se pone el ajo, azafrán y almendras, todo machacado al mortero; y por último, un poco de perejil picado, dejándolo cocer durante 18 minutos.

ARROZ A LA CUBANA

Este arroz se prepara en la misma forma que el arroz a la americana, intercalando con los huevos 4 plátanos previamente pasados por la harina y fritos.

ARROZ A BANDA

100 grs. de langostinos, 100 grs. de rape, 150 grs. de besugo, 100 gramos de congrio, 100 grs. de gallina de mar (pueden emplearse otros pescados, con tal que sean de roca), 300 grs. de arroz, 150 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 2 dientes de ajo, 200 grs. de tomate, azafrán, laurel y tomillo.

Limpio el pescado, se corta a trozos. Con el aceite se rehoga la cebolla picada, luego se añade el tomate mondado, perejil, laurel, tomillo, un litro de agua, el pescado, el ajo y azafrán machacados al mortero, se sazona con sal y pimienta, dejándolo hervir a fuego vivo durante 18 minutos. Póngase el arroz en una cazuela, viértase encima el caldo del pescado y se cuece durante 20 minutos. Sirvase el arroz en la misma cazuela y el pescado en una fuente aparte.

ARROZ A LA MALLORQUINA

150 grs. de salmoneles, 150 grs. de pageles, 100 grs. de sobreasada, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 100 grs. de guisantes, 300 grs. de arroz, 100 grs. de tomate, 12 almejas, 2 dientes de ajo, azafrán, 1 pimiento verde.

Se rehoga con el aceite la cebolla picada y el pimiento cortado a trozos, se añaden los tomates pelados y picados y los guisantes sin cáscara; a continuación se echa el arroz, mójese con tres cuartos de litro de agua hirviente, se sazona con sal y pimienta, y cuando empieza a hervir, agréguese el pescado cortado a pedazos y la sobreasada a lonjas, el azafrán y los ajos machacados al mortero, dejándose cocer durante 20 minutos.

ARROZ A LA MARINERA

150 grs. de calamares, 150 grs. de congrio, 12 mejillones, 100 grs. de cebolla, 300 grs. de arroz, 100 grs. de aceite de oliva, 2 pimientos morrones, 2 dientes de ajo, azafrán, pimentón y perejil.

Limpios los calamares y el congrio, se cortan a trozos y se rehogan con el aceite; luego se añade la cebolla picada, y cuando empieza a tomar color, se agrega el pimentón, los mejillones, el arroz y tres cuartos de litro de agua; al arrancar a hervir, échense los ajos y el azafrán machacados al mortero; se sazona con sal y pimienta, se agregan los pimientos y el perejil picado, y se deja cocer durante 18 minutos.

ARROZ CON BACALAO

200 grs. de bacalao, 300 grs. de arroz, 300 grs. de tomate, 200 grs. de cebolla, 100 grs. de guisantes, 100 grs. de aceite de oliva, 2 pimientos morrones, 2 dientes de ajo, azafrán, perejil y pimentón.

Con el aceite rehóguese la cebolla picada, y cuando empieza a tomar color, añádese el pimentón, los tomates pelados y picados, los pimientos cortados a trozos y los guisantes. Se tuesta el bacalao, se desmenuza, y, después de lavado, se incorpora a la cacerola dejándolo cocer durante 10 minutos; se agrega el arroz y tres cuartos de litro de agua hirviente, se sazona con sal, pimienta y perejil picado; últimamente se agrega el ajo y el azafrán machacados al mortero y cuécese durante 18 minutos.

ARROZ A LA ALCANTINA

100 grs. de calamares, 150 grs. de congrio, 300 grs. de arroz, 200 gramos de guisantes, 150 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de tomate, 2 alcachofas, 2 pimientos verdes, 2 dientes de ajo, azafrán, pimentón y perejil.

Con el aceite friense los pimientos cortados a trozos, se agrega el tomate pelado y picado, los guisantes, alcachofas, pimentón y el pescado cortado a pedazos; cuando está todo rehogado, échase el arroz y tres cuartos de litro de agua hirviente; se sazona con sal y pimienta, se incorpora el ajo y el azafrán machacados al mortero y el perejil picado, y se deja cocer durante 18 minutos.

ARROZ O PAELLA A LA VALENCIANA

300 grs. de arroz, 75 grs. de lomo de cerdo, 100 grs. de congrio, 75 grs. de salchichas, 75 grs. de langostinos, 100 grs. de guisantes, 50 gramos de judías verdes, 150 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 200 grs. de tomate, medio pollo, 1 alcachofa, 2 pimientos conserva, 2 dientes de ajo, azafrán y pimentón.

Póngase al fuego vivo una paella con el aceite, y una vez bien caliente, se echa el pollo, el lomo, las salchichas y el congrio, todo cortado a trozos y rehogado bien; se añade el pimentón y la cebolla picada; cuando empieza ésta a tomar color, agrégase el tomate mondado y picado, los langostinos, los guisantes, las judías y la alcachofa cortada a trozos; añádese un litro de agua dejándolo cocer durante 10 minutos; luego se incorpora el arroz, el ajo y el azafrán machacados al mortero, el pimiento cortado a trozos, se sazona con sal, pimienta y perejil picado y se cuece durante 20 minutos. Sírvese en la misma paella.

ARROZ A LA ANDALUZA

300 grs. de arroz, 75 grs. de jamón serrano, 75 grs. de chorizo, 75 gramos de congrio, 100 grs. de cebolla, 100 grs. de aceite de oliva, 50 gramos de aceitunas, 12 almejas, 1 pimiento encarnado, 2 dientes de ajo, perejil.

Se rehoga en el aceite la cebolla picada y el pimiento cortado a trozos; cuando empieza a tomar color, se añade el chorizo, el jamón y el congrio cortado todo a pedazos; a continuación las almejas y las aceitunas, luego se agrega el perejil y el ajo picados, seguidamente se echa el arroz, se rehoga un poco y se moja con tres cuartos de litro de agua hirviente; se sazona con sal y pimienta y se deja cocer durante 20 minutos.

ARROZ A LA GENOVESA

200 grs. de bacalao (con preferencia la parte gruesa), 200 grs. de tomate, 300 grs. de patatas, 150 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 50 grs. de queso de Parma rallado, 300 grs. de arroz.

Sin desalarlo, se desmenuza el bacalao, se lava unas cuantas veces y se aprieta bien para extraer el agua. Con el aceite se rehoga la cebolla picada, luego se agrega el bacalao y las patatas cortadas a trocitos; se rehoga un poco, se añade un litro de agua, se sazona con sal y pimienta, y cuando empieza a hervir se incorpora el arroz y el queso, y a fuego regular se cuece durante 20 minutos.

ARROZ A LA AMERICANA

300 grs. de arroz, 75 grs. de jamón, 150 grs. de aceite de oliva, 35 gramos de manteca de vaca, 100 grs. de cebolla, 4 huevos, 2 cucharadas de salsa de tomate.

Friense los huevos uno a uno. Se hierva el arroz con agua y sal durante 25 minutos, luego se pasa por el agua fría, se escurre y se pone en una sartenera en el horno con la manteca de vaca, y se deja hasta que esté bien seco. Con el aceite se rehoga el jamón cortado a cuadrillos y la cebolla picada, después se agrega el tomate y 2 cucharadas de agua y se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 10 minutos. Se pone el arroz en un molde en forma de corona, que se vuelva en una fuente en cuyo centro se pondrá el picadillo y alrededor los huevos fritos.

ARROZ PARELLADA

Prepárase en la misma forma que el arroz o paella a la valenciana, suprimiendo las judías, las alcachofas y el lomo de cerdo, agregando en su lugar 12 mejillones y 75 gramos de calamares. Sírvese en cazuela de barro.

BACALAO A LA VIZCAINA

300 grs. de bacalao, 50 grs. de harina, 25 grs. de pan, 200 grs. de aceite de oliva, 300 grs. de tomates, 300 grs. de cebollas, 3 pimientos en conserva, 2 dientes de ajo, pimentón, pimienta, perejil.

Remójese el bacalao durante 24 horas, se corta a trozos, se pasa por la harina y friese con el aceite. Una vez desprovisto de las espinas, se coloca en una tartera, encima se pone el pan cortado a rajitas y frito. En la misma sartén se rehoga con el aceite la cebolla cortada a tiras delgadas, y cuando está dorada, añádesse el ajo, el perejil picado, el pimiento y el tomate pelado y picado; se sazona con sal y pimienta; cúbrase con esta salsa el bacalao, se adorna con unas tiras de pimiento y se cuece al horno durante 30 minutos.

PULPOS ESTOFADOS

400 grs. de pulpos pequeños, 100 grs. de cebollas, 200 grs. de tomates, 100 gramos de aceite de oliva, 1 copa de vino blanco, 1 diente de ajo, laurel, tomillo, perejil.

En una cazuela de barro, o bien en una olla, rehóguese con el aceite la cebolla picada, y cuando tenga un bonito color dorado, se agrega el ajo picado, el tomate mondado y picado y los pulpos, que se rehogan durante 15 minutos; se añade después el vino, perejil, laurel y tomillo, se sazona con sal y pimienta, y se cuecen a fuego lento durante una hora y media; teniendo la cazuela bien tapada.

FILETES DE LENGUADO A L'ORLY

500 grs. de lenguado, 100 grs. de pan rallado, 50 grs. de harina, 200 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebollas, 200 grs. de tomate, 1 limón, 1 huevo, 1 zanahoria, perejil.

Después de sacados los filetes de los lenguados, se cortan en diagonal a tiras delgadas, se sazonan con sal y zumo de limón, se pasan por la harina, huevo batido y pan rallado y friense en aceite hasta que obtengan un bonito color dorado. Se sirven en una fuente con servilleta y se adornan con trozos de limón y perejil frito. Córtese a trozos la cebolla y la zanahoria, rehóguese con el aceite y cuando adquiriera color dorado se añaden 15 gramos de harina, tomate y un decilitro de agua o caldo; se sazona con sal y pimienta, se cuece durante 20 minutos, se pasa por un colador y se sirve en salsa.

MERLUZA A LA CAROLINA

400 grs. de merluza, 200 grs. de guisantes, 100 grs. de aceite de oliva, 35 grs. de queso de Parma rallado, 2 cucharadas de salsa de tomate, 2 cebollitas tiernas.

En una fuente que resista la acción del horno, se pone la cebolla picada, el tomate, la mitad del queso y medio decilitro de agua; encima se coloca el pescado cortado a rajás y los guisantes previamente pelados y hervidos; se sazona con sal y pimienta, se espolvorea con el resto del queso, se rocía con el aceite y cuécese al horno durante 30 minutos; sírvese en la misma fuente.

SALMON A LA BIARRITZ

400 grs. de salmón, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de langostinos, 20 grs. de harina, 100 grs. de champignons, 8 almejas, 4 escaloñas, 2 huevos, 2 decilitros de vino blanco, 1 trufa, perifollo.

En una tartera se pone el aceite, harina y las escaloñas picadas; luego el salmón cortado a rajás y los langostinos sin caparazón; mójese con el vino, se agregan las almejas previamente hervidas y desprovistas de las valvas, y los champignons; se sazona con sal y pimienta y cuécese a fuego lento durante 20 minutos; a continuación se coloca el pescado en una fuente, se adorna con los langostinos, almejas y champignons; póngese la salsa por un colador adicionándole, cuando esté fuera del fuego, las yemas de huevo y perifollo picado, mezclándolo todo bien; cúbrase el salmón con la salsa y se adorna con lonjas de trufas.

FILETE DE PESCADILLA A LA MONTPENSIER

400 grs. de pescadilla, 100 grs. de pan rallado, 50 grs. de harina, 300 grs. de patatas inglesas, 150 grs. de aceite de oliva, 1 huevo, 1 limón, perejil.

Limpías las pescadillas, se les quita las espinas, haciendo de cada una dos filetes; se les pone sal y zumo de limón y pásanse por la harina el huevo batido y el pan rallado. Colóquense en una tartera, se rocían con el aceite y se ponen en el horno durante 15 minutos. Se pone luego el pescado en una fuente y al aceite de la tartera se agregará zumo de limón y perejil picado; échese esta salsa encima de los filetes, que se adornan con las patatas previamente torneadas en forma ovalada y hervidas con agua y sal.

ATUN A LA PROVENZALA

400 grs. de menudillos de atún, 100 grs. de cebolla, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de aceitunas negras, 100 grs. de tomate, 10 grs. de pan rallado, 1 diente de ajo, medio decilitro de vino blanco, perejil.

Córtese el atún a lonjas de un centímetro de grueso; se le pone sal, se coloca en una tartera, se rocía con aceite y se pone en el horno durante 5 minutos. Luego se añaden las aceitunas. En una cacerola se rehoga la cebolla picada, y cuando empieza a tomar color, se agrega el tomate pelado y picado y el vino blanco; se sazona con sal y pimienta, cuécese durante 5 minutos y se cubre el pescado con esta salsa; picase menuda el ajo y el perejil, se mezclan con el pan rallado, se espolvorean encima del pescado, ave se rocía con aceite, y se cuece a horno lento durante 20 minutos.

SALMONETES A LA ESPAÑOLA

400 grs. de salmonetes, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de tomate, 5 grs. de pan rallado, 1 decilitro de vino blanco, 1 limón, 1 diente de ajo, perejil.

Después de limpios los salmonetes, colóquense en una fuente que resista la acción del fuego, agréguese el tomate pelado y picado, vino blanco, aceite y unas gotas de zumo de limón, y se sazona con sal y pimienta; el pan se mezcla con perejil y ajo picados y se espolvorea encima del pescado, se rocía con aceite y se cuece a horno lento durante 25 minutos.

MERO A LA ASTURIANA

400 grs. de mero, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebollas, 15 grs. de harina, 12 mejillones, 1 decilitro de vino blanco, 1 cucharada de puré de tomate, perejil, pimentón.

Bien limpio el pescado, se corta a rodajas y se pone en una tartera con la cebolla picada, los mejillones quitadas las valvas, el tomate, la harina, el aceite y un poco de pimentón; se moja con el vino y un decilitro de agua, se sazona con sal y pimienta y se cuece al horno durante 25 minutos; a continuación se coloca el pescado en una fuente, se adorna con los mejillones, se cubre todo con la salsa previamente pasada por un colador y se espolvorea con perejil picado.

BACALAO A LA MODERNA

300 grs. de bacalao, 200 grs. de guisantes, 50 grs. de harina, 200

gramos de aceite de oliva, 100 grs. de cebollas, 5 grs. de piñones, 10 gramos de almendras tostadas, 1 huevo, 1 decilitro de vino blanco, 1 cucharada de puré de tomate, 1 diente de ajo, perejil, azafrán.

Remojada el bacalao durante 24 horas, se corta a trozos, se pasa por la harina, se trée con el aceite y se coloca en una tartera; con el mismo aceite rehógase la cebolla picada, y cuando empieza a tomar color, se agrega el tomate, vino y un decilitro de agua; a continuación se incorporan los piñones, ajo, almendras y el azafrán, todo machacado al mortero; añádase el huevo cocido y cortado a trozos y los guisantes previamente hervidos; se sazona con sal, pimienta y perejil picado. Cúbrase el bacalao con esta salsa y se cuece a fuego lento durante 25 minutos.

RAPE A LA RIOJANA

400 grs. de rape, 100 grs. de cebolla, 100 grs. de aceite de oliva, 20 grs. de harina, 12 mejillones, 2 pimientos morrones, 1 diente de ajo, azafrán, perejil.

Póngase el aceite en una tartera, agréguese la cebolla picada, la harina, el pescado cortado a rajás, los mejillones quitadas las valvas y los pimientos cortados a trozos; se sazona con sal y pimienta, se añade el ajo y azafrán machacados al mortero, el perejil picado y cuécese tapado durante 30 minutos.

MEDALLONES DE LANGOSTA PARISIEN

600 grs. de langosta, 200 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de guisantes, 100 grs. de judías verdes, 2 huevos, 4 tomates pequeños, 1 cucharada de vinagre, 2 zanahorias, 2 nabos, 1 trufa, 200 grs. de patatas.

Cuézase la langosta con agua y sal y déjese enfriar. Las patatas, las zanahorias y el nabo se mandan, se cortan a cuadrillos y se cuecen con agua y sal. Las judías, cortadas a trocitos, se ponen a hervir con los guisantes. Los tomates se cortan horizontalmente por la mitad y se vacían. Con el aceite, el vinagre, yema de huevo, sal, pimienta y mostaza hágase una salsa mayonesa. Las legumbres y verduras, después de frías y bien escurridas, se mezclan con tres cucharadas de salsa mayonesa, y se rellenan los tomates con esta mezcla. El sobrante de la misma se pone en una fuente, encima se coloca la langosta cortada en forma de medallones, que se cubren con salsa mayonesa, y se adornan con trufas, intercalando rodajas de huevo cocido, y alrededor se ponen los tomates rellenos.

VERDURAS

ALCACHOFAS A LA ITALIANA

8 alcachofas, 50 grs. de jamón, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 10 grs. de harina, 10 grs. de queso de Parma rallado, 2 pepinillos en vinagre, 1 decilitro de vino blanco, 1 limón, 2 cucharadas de puré de tomate.

Escógense las alcachofas de un tamaño mediano, quítense las hojas más duras, se cortan las puntas y se colocan en una cacerola con un cuarto de litro de agua, sal, un poco de zumo de limón y dos cucharadas de aceite, dejándolas cocer durante 25 minutos; con la restante del aceite se rehoga la cebolla picada y el jamón cortado a trocitos, y cuando empieza a tomar color, se agrega la harina, el tomate y el vino, se sazona con sal y pimienta y se incorporan los pepinillos trinchados. Pónganse las alcachofas en una fuente que resista la acción del fuego, se cubren con la salsa, se espolvorean con queso y se meten en el horno durante 10 minutos.

LENTEJAS A LA BURGALESA

200 grs. de lentejas, 200 grs. de morcilla o chorizo, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 25 grs. de pan, 2 dientes de ajo.

Limpia las lentejas, se ponen en un puchero con un litro de agua, la cebolla picada, la morcilla, el ajo y un poco de pimentón; se sazona con sal y pimienta y se cuece a fuego lento durante dos horas. Terminada la cocción, y sin escurrir, se añade el pan cortado a cuadritos y frito.

BERENJENAS FRITAS

4 berenjenas, 1 huevo, 200 gramos de aceite de oliva, 100 grs. de harina.

Se mondan las berenjenas y se cortan a tiras de un centímetro de grueso por 5 o 6 de largo; se sazonan con sal, se pasan por la harina y luego por el huevo batido; se frien con el aceite, y después de bien escurridas se sirven en una fuente con servilleta.

CROQUETAS DE PATATAS

400 grs. de patatas, 150 grs. de aceite de oliva, 100 grs. pan rallado, 50 grs. de harina, 2 huevos, perejil.

Mondadas las patatas, se cortan a trozos, se cuecen con agua y sal, se escu-

rren y se ponen 5 minutos a secar en el horno; a continuación se pasan por un tamiz, y el puré obtenido se mezcla una yema de huevo; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada; y con ella fórmanse unas bolitas del grueso de una nuez que se pasan por la harina, por el huevo batido y por el pan rallado; se frien con el aceite, y al servirlos se adornan con perejil frito.

COLIFLOR AL GRATIN

1 coliflor, 50 grs. de jamón, 200 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de harina, 100 grs. de cebolla, 25 grs. de queso rallado, 2 cucharadas de puré de tomate, 1 huevo.

Elíjese una coliflor bien blanca, se cortan los cogollos, se cuecen con agua y sal, se escurren, y cuando están fríos, se pasan por la harina y el huevo batido y se frien con el aceite hasta que obtengan un bonito color dorado. Una vez escurridos, se ponen en una fuente que resista la acción del fuego. Se prepara una salsa rehogando con el aceite el jamón cortado a trocitos y la cebolla picada, y cuando estén en su punto se añade la harina, el tomate y un decilitro de agua; se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 10 minutos; luego se echa esta salsa encima de los cogollos, se espolvorean con queso y se colocan en el horno a gratinar.

POTAJE A LA LERIDANA

200 grs. de judías blancas, 400 grs. de patatas, 100 grs. de chorizo, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 1 diente de ajo, azafrán.

Pónganse las judías en una olla o puchero con un litro de agua y sal, y se dejan cocer a fuego lento y bien tapadas durante dos horas; a media cocción se agregan las patatas y el chorizo, todo cortado a pedazos, incorporando al mismo tiempo el ajo y azafrán machacados al mortero.

CALABACINES A LA FLORENTINA

6 calabacines, 100 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de queso de Parma rallado, 50 grs. de cebollas, 1 diente de ajo.

Póngase en una sartén el aceite y la cebolla y el ajo picados, rehogándolos hasta que tengan un bonito color dorado; a continuación se incorporan los calabacines previamente mondados y cortados a rodajas delgadas, se sazonan con sal y pimienta y se cuecen a fuego lento durante una hora. Una vez en su punto, se colocan en una fuente, se espolvorea el queso y se meten en el horno a gratinar.

POTE A LA ASTURIANA

200 grs. de judías blancas, 75 grs. de jamón, 100 grs. de tocino magro, 75 grs. de chorizo, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 1 diente de ajo.

Rehóguese con el aceite la cebolla picada, el jamón, el tocino y el chorizo, todo cortado a trozos, y cuando empieza a tomar color, se agregan las judías previamente cocidas y dos decilitros de caldo de las mismas; se sazonan con sal y pimienta y se cuecen a fuego lento durante 30 minutos.

ESPINACAS DE CUARESMA

1 kg. de espinacas, 75 grs. de aceite de oliva, 50 grs. de pasas de Málaga, 25 grs. de piñones, 2 anchoas sin espinas, 1 diente de ajo.

Cocidas y bien escurridas las espinacas, se trinchan ligeramente. En una sartén se pone el aceite, y cuando está bien caliente, se echa el ajo picado y las anchoas cortadas a trocitos; luego se añaden las espinacas, piñones y pasas; se sazonan con sal y pimienta y se cuecen a fuego lento durante 20 minutos.

POTAJE A LA MADRILEÑA

150 grs. de garbanzos, 600 grs. de espinacas, 100 grs. de aceite de oliva, 50 grs. de tocino magro, 100 grs. de cebolla, 2 huevos, 1 cucharada de puré de tomate.

Remojados los garbanzos, se cuecen con agua y sal durante dos horas. Córtese el tocino a trocitos y se coloca en una cacerola con el aceite y la cebolla picada; rehóguese hasta que empieza a tomar color, a continuación se añade el tomate, un decilitro de agua y las espinacas previamente limpias; se sazonan con sal y pimienta, se pone a cocer a fuego lento durante una hora y a media cocción se agregan los garbanzos escurridos y los huevos cocidos y cortados a rodajas.

GUISANTES A LA MODERNA

800 grs. de guisantes, 75 grs. de jamón de York, 100 grs. de aceite de oliva, 12 cebollitas, 1 lechuga.

Se pone el aceite en una cacerola, se agrega el jamón cortado a cuadritos y las cebollitas mondadas; rehóguese bien, luego se añaden los guisantes desgra-

nados y la lechuga cortada en forma de juliano; se sazona con sal y pimienta, se moja con un decilitro de agua y se cuece a fuego lento durante una hora.

BERENJENAS RELLENAS

4 berenjenas pequeñas, 100 grs. de carne magra de cerdo, 150 grs. de aceite de oliva, 10 grs. de queso rallado, 25 grs. de harina, 25 grs. de miga de pan rallada, 75 grs. de cebolla, 2 cucharadas de salsa de tomate.

Móndanse las berenjenas, se parten longitudinalmente en dos mitades, se vacían sacándoles la semilla, se les pone sal, se pasan por la harina, se frien y se colocan en una tartera. Con un poco de aceite se rehoga la cebolla y la carne picadas; luego se agrega el tomate y la miga de pan, se sazona con sal y pimienta, se mezcla bien, y con este picadillo se rellenan las berenjenas, se espolvorean con el queso, se las rocía con aceite y se ponen en el horno a fuego lento durante 20 minutos.

HABAS ESTOFADAS

1 kg. de habas, 100 grs. de jamón, 100 grs. de tocino, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de cebolla, 1 diente de ajo, 1 ramito de hierbabuena.

En cazuela de barro se pone el aceite, el tocino y el jamón cortados a trocitos; a continuación se añade la cebolla y el ajo picados. Rehóguese hasta que empiece a tomar color, y seguidamente se incorporan las habas desgranadas y la hierbabuena; se sazona con sal y pimienta, se tapa la cacerola y se cuece a fuego lento durante dos horas.

JUDIAS VERDES A LA PAISANA

600 grs. de judías verdes, 100 grs. de cebolla, 100 grs. de aceite de oliva, 75 grs. de jamón, 1 cucharada de puré de tomate, 1 diente de ajo.

Se limpian las judías, córtanse a trozos de 3 ó 4 centímetros de largo y se cuecen con agua y sal. Con el aceite se rehoga la cebolla y ajo picados y el jamón cortado a cuadritos; y cuando empieza a tomar color, se agrega el tomate y un decilitro de agua; se sazona con sal y pimienta, se incorporan las judías, se tapa la cacerola y se cuece durante media hora.

PERDICES ESTOFADAS

2 perdices, 75 grs. de tocino, 100 grs. de aceite de oliva, 12 cebollitas, 1 cucharada de salsa de tomate, 1 decilitro de vino blanco, 2 dientes de ajo, 1 hoja laurel, 1 ramito de tomillo, perejil.

Limpian las perdices, se ponen en una olla de barro con el aceite, el ajo y el tocino cortado a trozos, y se rehagan hasta que tengan un bonito color dorado; agrégase entonces el vino blanco y el tomate, se sazona con sal y pimienta y añádesse el laurel, el tomillo y el perejil. Tápese la olla y póngase a cocer durante 2 horas, y a media cocción se incorporan las cebollitas peladas; una vez en su punto se presentan las perdices en una fuente, se adornan con las cebollitas y se adician la salsa pasándola por un colador.

CHULETAS DE TERNERA A LA RIOJANA

400 grs. de chuletas de ternera, 50 grs. de jamón, 50 grs. de tocino, 100 grs. de aceite de oliva, 1 huevo, 1 cucharada de puré de tomate, 1 decilitro de vino blanco, 2 pimientos morrones, perejil.

Limpianse las chuletas, se aplanan ligeramente, se mechan con el tocino cortado a tiras delgadas y se rehagan con el aceite hasta que tomen un color dorado; entonces se agrega el jamón cortado a cuadrillos, el vino y el tomate; a continuación se añade medio decilitro de agua o caldo, se sazona con sal y pimienta, cuécese a fuego lento durante hora y media, y a media cocción se incorpora el huevo cocido y los pimientos, todo cortado a trozos, y el perejil picado.

POLLO A LA ALFONSINA

1 pollo, 150 grs. de champignons, 200 grs. de tomate, 100 grs. de aceite de oliva, 12 cebollitas, 6 escaloñas, 1 decilitro de vino blanco, 1 copita de coñac, estragón.

Escógase un pollo tierno, se corta en 4 trozos y rehógase a fuego vivo con el aceite, y cuando obtenga bastante color, se agregan las escaloñas y el tomate mondado y picado; a continuación se añade el coñac, el vino, los champignons, las cebollas previamente peladas y unas hojas de estragón; se sazona con sal y pimienta y se cuece durante una hora.

CALLOS A LA MADRILEÑA

400 grs. de callos de ternera, 150 grs. de garbanzos, 100 grs. de chorizo de Rioja, 50 grs. de tocino magro, 100 grs. aceite de oliva,

100 grs. de cebolla, 1 decilitro de vino blanco, 1 cucharada de puré de tomate.

Córtase el tocino a trocitos, se pone en una cacerola con el aceite y la cebolla picada y rehógase hasta que tenga bastante color; a continuación se agrega el vino, el tomate, los callos y el chorizo cortado todo a pedazos; se moja con un decilitro de agua, sazónase con sal y pimienta, se agrega una hoja de laurel y un ramito de tomillo, cuécese bien tapado y a fuego lento durante dos horas, y a media cocción se incorporan los garbanzos previamente cocidas.

BIFTEC A LA ARLESIANA

400 grs. de solomillo de buey, 200 grs. de aceite de oliva, 50 grs. de harina, 200 grs. de cebollas, 200 grs. de tomate, 2 berenjenas.

Desprovisto el solomillo de piel y grasa, se corta en cuatro trozos, que se aplanan ligeramente y se les pone sal. Los tomates se cortan por la mitad y se les quita la semilla. Las berenjenas, después de mondadas, se parten a rodajas del grueso de medio centímetro y se frien con el aceite, e igualmente a rodajas se frie la cebolla. En una sartén aparte se echa un poco de aceite, y cuando está caliente friese la carne, luego se coloca en una fuente y alrededor se ponen las berenjenas, la cebolla y el tomate previamente pasado por la sartén.

CHULETAS DE CORDERO A LA FAVORITA

400 grs. de chuletas de cordero, 35 grs. de lengua escarlata, 100 grs. de aceite de oliva, 35 grs. de harina, 75 grs. de cebolla, 1 decilitro de vino blanco, 2 pepinillos en vinagre, 1 trufa pequeña.

Se preparan las chuletas, se les pone sal, se pasan por la harina y se frien con el aceite; luego se agrega la cebolla, los pepinillos y la trufa, todo picado muy menudo; rehógase hasta que empiece a tomar color, seguidamente se añaden 10 gramos de harina y el vino blanco, se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 30 minutos a fuego lento.

ESTOFADO DE VACA

400 grs. de cadera de vaca, 50 grs. de tocino, 100 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de zanahorias, 400 grs. de patatas, 100 grs. de cebolla, 15 grs. de harina, 1 decilitro de vino blanco, 1 diente de ajo, pimientón.

Córtase la carne a trozos y se echa en una cacerola puesta al fuego con el

aceite; agrégase la cebolla y ajo picadas y un poco de pimentón; una vez bien rehogado, se añade la harina, el vino y las zanahorias mondadas y cortadas a cuadros; se sazona con sal y pimienta, se incorpora un decilitro de agua o caldo, una hoja de laurel y un ramito de tomillo; cuécese bien tapado durante 2 horas, y a media cocción se adiciona las patatas mondadas y cortadas en forma ovalada.

TOURNEDOS A LA INFANTA

400 grs. de solomillo de ternera, 75 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de harina, 75 grs. de champignons, 1 copita de jerez, 1 cucharada de salsa de tomate, 1 berenjena gorda, 1 trufa.

Despojada de nervio y grasa el solomillo, se corta en 4 trozos que se aplanan ligeramente y se salan. La berenjena, después de mondada, se corta en 4 discos de 2 centímetros de grueso, que se pasan por la harina y frien con el aceite, e igualmente se frie la carne. Colóquense los discos en una fuente y encima de éstos se pone la carne. En la misma sartén se añade el jerez y el tomate, incorpórese la trufa y champignons todo cortado a lonjas delgadas, se cuece durante 5 minutos y luego se vierte esta salsa encima de la carne.

HIGADO DE CORDERO A LA MOLINERA

400 grs. de hígado de cordero, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de pan, 10 grs. de harina, 25 grs. de avellanas y piñones, 100 grs. de cebolla, 1 decilitro de vino blanco, perejil.

Con el aceite se frie la cebolla cortada a tiras delgadas, y cuando haya tomado color, se añade el hígado cortado a lonjas pequeñas; se rehoga durante 5 minutos; luego se agrega la harina, el vino, las avellanas y los piñones machacados al mortero, se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 15 minutos. Al servirlo se adorna con triángulos de pan frito y se espolvorea con perejil picado.

TERNERA A LA CASTELLANA

400 grs. de tapa de ternera, 50 grs. de tocino, 100 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de aceitunas sevillanas, 10 grs. de harina, 12 cebollitas, 1 zanahoria, 1 copita de jerez, laurel y tomillo.

Méchese la carne con el tocino a tiras y la zanahoria. Póngase en una cacerola con el aceite y se rehoga hasta que tenga un bonito color dorado; entonces se agrega la harina, el jerez y medio decilitro de agua; se sazona con sal y pimienta, se cuece bien tapado durante 2 horas, y a media cocción se adicionan las cebollitas mondadas, las aceitunas, el laurel y el tomillo. Cuando está en su punto se corta a rajitas, se coloca en una fuente y se guarnece con los

LOMO DE CERDO A LA DUBARRY

400 grs. de lomo de cerdo, 200 grs. de aceite de oliva, 75 grs. de harina, 100 grs. de cebolla, 1 huevo, 1 cucharada de puré de tomate, 1 copita de jerez, 1 coliflor pequeña, laurel, tomillo.

Córtese el lomo a rajitas del grueso de un centímetro, se les pone sal, se pasan por la harina y se frien con la mitad del aceite; se agrega la cebolla picada, y cuando empieza a tomar color, se incorpora el jerez, el tomate, el laurel, el tomillo y medio decilitro de caldo o agua, se sazona con sal y pimienta y se cuece a fuego lento durante 40 minutos. Hiérvense los cogollos de la coliflor y después de escurridos y fríos, pásense por la harina y a continuación por el huevo batido para freírlos con la restante del aceite; colóquese la carne en una fuente, se cubre con la salsa y se adorna con la coliflor.

RIÑONES A LA TURBIGO

400 grs. de riñones de ternera, 100 grs. de salchichas, 75 grs. de aceite de oliva, 75 grs. de champignons, 75 grs. de cebolla, 1 cucharada de puré de tomate, 1 copita de jerez, perejil.

Limpios los riñones de piel y sebo, se cortan a trocitos, se rehogan con el aceite, agregando la cebolla picada y cuando empiezan a tomar color, se añade el tomate, el jerez, los champignons y las salchichas cortadas en dos trozos, se sazonan con sal y pimienta, se mojan con medio decilitro de agua, se cuecen a fuego lento durante 15 minutos, y al servirlos se espolvorean con perejil picado.

PICHONES EN COMPOTA

2 pichones, 75 grs. de tocino, 100 grs. de champignons, 100 grs. de aceite de oliva, 1 copita de jerez, 2 zanahorias, 8 cebollitas, tomillo y laurel.

Se limpian los pichones, se ponen en una cacerola con el aceite, el tocino cortado a trocitos y las cebollitas peladas; rehógase todo, y cuando empieza a tomar color, añádese el jerez e igual cantidad de agua o caldo, se sazona con sal y pimienta, se incorporan las zanahorias mondadas cortadas a trozos, los champignons, una hoja de laurel y un ramito de tomillo. Se tapa la cacerola y se cuece lentamente durante 50 minutos. Pórtense los pichones por la mitad, colócanse en una fuente, se guarnecen con las cebollitas, zanahorias y champignons y se echa la

SALSA GENOVESA FRIA

1 huevo, 200 grs. de aceite de oliva, 75 grs. de atún en conserva, 2 anchoas sin espina, 1 limón, perifollo.

Macháquese al mortero el atún y las anchoas, colócase luego la pasta obtenida en una ensaladera y se agrega la sal, pimienta, media cucharadita de zumo de limón, la yema del huevo y una cucharada de agua hirviente, y poco a poco se echa el aceite, revolviéndolo con un batidor hasta obtener una salsa espesa como una mayonesa; a continuación se añade el perifollo picado, y sírvese en salsera. Es salsa preferible para acompañar carne.

SALSA VINAGRETA

150 grs. de aceite de oliva, 1 copita de vinagre, mostaza francesa, perifollo.

Póngase en una ensaladera la mostaza, vinagre y perifollo picado; se sazona con sal y pimienta y se echa el aceite revolviéndola con un batidor. Puede añadirse a la salsa una yema de huevo cocida y machacada al mortero. Sírvese en salsera para acompañar pescados y verduras; pero su mayor aplicación la tiene en el aliño de toda clase de ensaladas.

SALSA GRIBICHE

3 huevos, 200 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de alcaparras, 2 pepinillos, 1 cucharada de vinagre, perifollo, unas hojas de estragón fresco, mostaza francesa.

Cuécense los huevos, se parten quitándoles las yemas, se machacan éstas al mortero y se ponen en una ensaladera. Se añade un poco de mostaza francesa, vinagre, sal y pimienta, y se va agregando poco a poco el aceite, haciendo la misma operación que con la salsa mayonesa, y a continuación se incorpora el estragón, perifollo, pepinillos y alcaparras, todo bien picado. Las claras de los huevos se cortan en forma de juliana fina y se agregan a la salsa. Sírvese en salsera para pescado, carne o verdura.

SALSA ANDALUZA

1 huevo, 200 grs. de aceite de oliva, 1 cucharada de puré de tomate, 1 pimiento morrón, 1 cucharada de vinagre, perejil.

Con el aceite, la yema de huevo, el vinagre, sal y pimienta, se prepara una

salsa mayonesa, agregándose al terminar el puré de tomate, el perejil picado y el pimiento cortado en forma de juliana fina. Sírvese en salsera para pescado o verdura.

GLOWCESTER SAUCE (INGLESA)

1 huevo, 200 grs. de aceite de oliva, 1 limón, 2 cucharadas de flor de leche agria (crema agria), Worcestershire sauce, hinojo, mostaza.

Póngase en una ensaladera una yema de huevo, un poco de mostaza inglesa, media cucharadita de zumo de limón y un poco de Worcestershire sauce, y prepárese con el aceite, unido a los anteriores ingredientes, una salsa mayonesa; luego se agrega la flor de leche agria y un poquito de hinojo fresco picado finamente, revolviéndolo bien, y se coloca en una salsera. Esta salsa sirve principalmente para acompañar carne.

SALSA BOHEMIANA

1 huevo, 100 grs. de aceite de oliva, 20 grs. de manteca de vaca, 10 grs. de harina, 1 decilitro de leche, 1 cucharadita de vinagre, estragón, mostaza.

Derriétese la manteca en una cacerola pequeña, luego se agrega la harina y la leche, se sazona con sal y pimienta y se cuece durante 15 minutos a fuego lento, revolviéndolo de cuando en cuando con un batidor, y se deja enfriar. Con la yema de huevo, vinagre, aceite, sal, pimienta y mostaza, se prepara una salsa mayonesa, a la que se añade estragón picado; mézclese con la preparada anteriormente y se sirve en salsera para huevos, carne o pescado.

SALSA TARTARA

2 huevos, 150 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de alcaparras, 50 grs. de cebollas, 2 pepinillos en vinagre, 1 cucharada de vinagre, perifollo.

Con una yema de huevo, el vinagre, sal, pimienta y el aceite, prepárese una salsa mayonesa. Agréguese a ella los pepinillos, las alcaparras, la cebolla y el perifollo, todo picado muy menudo; a continuación se añade un huevo cocido y picado fino; mézclese todo y póngase en salsera. Esta salsa sirve para carne fría, pescada y verdura.

SALSA A LA ITALIANA

1 seso de cordero, 1 huevo, 200 grs. de aceite de oliva, una cucharada de zumo de limón, perejil, mostaza, laurel, tomillo.

Después de pelado el seso, se cuece con agua y sal, un poco de laurel y tomillo; luego se escurre y se pasa por un tamiz; póngase la pasta obtenida en una ensaladera con el zumo de limón, una yema de huevo, la mostaza, sal y pimienta, y se va agregando poco a poco el aceite, preparándose así una salsa mayonesa, y al terminar se incorpora el perejil picado. Sirvese en salsera, de preferencia para acompañar carne.

SALSA RAVIGOTA

1 huevo, 100 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de alcaparras, 50 grs. de cebollas, 2 pepinillos en vinagre, 1 copita de vinagre, perejil.

Píquense muy finamente los pepinillos, las alcaparras, la cebolla y el perejil, y póngase todo en una ensaladera agregando el aceite, el vinagre y el huevo cocido; después de picarlo bien, se sazona con sal, pimienta y mostaza; se revuelve con un batidor y se sirve en salsera para acompañar pescado, carne, fiambres, etc.

SALSA FRANCESA (FRÍA)

1 huevo, 100 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de alcaparras, 2 pepinillos en vinagre, 1 cucharada de salsa de tomate, 2 anchoas sin espinas, 1 pimiento morrón, 1 copita de vinagre, mostaza, perejil.

Prepárese un huevo cocido, se quita la cáscara y se pone en el mortero con las anchoas y el pimiento; machácase todo hasta que queda como una pasta, se coloca en una ensaladera, se agregan las alcaparras, los pepinillos y el perejil, todo picado muy menudo, se sazona con sal, pimienta y mostaza; se añade el tomate, el aceite y el vinagre; mézclase todo bien y se coloca en una salsera. Esta salsa sirve para acompañar carne, pescado o verdura; pero es preferible para espárragos.

SALSA VERDE

1 huevo, 200 grs. de aceite de oliva, 50 grs. de espinacas, 1 cucharada de vinagre, 1 manojo de berros, estragón, perejil, mostaza.

Con la yema del huevo, el vinagró, el aceite, la sal, la mostaza y la pimienta, prepárese una salsa mayonesa. Se hacen hervir juntamente las espinacas, las be-

rras, el perejil y el estragón; luego se escurre bien para extraer el agua, pasase por un tamiz y se mezcla con la salsa. Sirvese en salsera para verdura y pescado.

CAMBRIDGE SAUCE (INGLESA)

3 huevos, 2 anchoas sin espinas, 2 cebollitas tiernas, 150 grs. de aceite de oliva, 25 grs. de alcaparras, 1 cucharadita de vinagre, estragón fresco, perifollo, mostaza inglesa, Worcestershire sauce.

Después de cocidos los huevos, se ponen las yemas en un mortero con las alcaparras, estragón, anchoas y cebollitas; se machaca bien y se pasa por el tamiz para obtener una pasta uniforme que se coloca en una ensaladera; se agrega el vinagre, mostaza y un poco de Worcestershire sauce; se mezcla bien, añadiendo el aceite en igual forma como si fuera la salsa mayonesa, y se echa el perejil picado. Sirvese en salsera. Es salsa indicada para fiambres.

SALSA MAYONESA

1 yema de huevo, 200 grs. de aceite de oliva, 1 cucharada de vinagre, sal y pimienta.

En un recipiente de porcelana o cristal, se pone la yema de huevo, vinagre, sal y pimienta. Mézclase con un batidor y añádase poco a poco el aceite, procurando revolverlo rápidamente, hasta que sea suficientemente consistente, y una vez terminado, se le echa unas gotas de agua hirviendo a fin de asegurar la solidez de la salsa. Esta salsa puede conservarse durante cuatro o cinco días.

SALSA MAYONESA CALIENTE

2 huevos, 200 grs. de aceite de oliva, 1 cucharada de vinagre blanco, perifollo, 1 limón.

Echese en una cacerola el vinagre y la misma cantidad de agua, y las yemas de los huevos. Colocada la cacerola en baño maría, se empieza a revolver con un batidor, hasta que esté ligeramente cuajada; se quita del fuego, agregándose poco a poco el aceite algo tibio, sin dejar de revolver para conseguir una salsa espesa; luego se añade el perifollo picado, se sazona con sal, pimienta y unas gotas de zumo de limón. Sirvese en salsera. Es salsa apropiada para pescado.

ENSALADA A LA SICILIANA

200 grs. de manzanas, 200 grs. de tomate, 3 alcachofas tiernas, 1 apio.

A las alcachofas se les quita las hojas más duras y se cortan dejando el fondo de tres centímetros de alto, que luego se corta a lonjas delgadas; se cortan las manzanas también a lonjas, y el tomate y el apio a trozos; se pone todo mezclado en una ensaladera, se sazona con un decilitro de aceite, sal, pimienta y zumo de limón, dejándolo en maceración durante media hora.

ENSALADA LORETA

200 grs. de remolacha, 1 apio, 1 lechuga.

Cuécese la remolacha, y una vez fría, se monda y se corta en forma de juliana, y también a juliana se cortan el apio y la lechuga, reservando de ésta el cogollo, que se colocará en el centro de una ensaladera; alrededor se ponen por separado los otros ingredientes, se sazona con un decilitro de salsa vinagreta y se deja macerar durante 20 minutos.

ENSALADA A LA ALEMANA

300 grs. de patatas, 200 grs. de remolacha, 100 grs. de pepinillos, 1 drenque ahumado, 1 huevo, 1 limón, mostaza.

Quitense las espinas y la piel del arenque; se corta a cuádriles e igualmente se cortan los pepinillos y las patatas previamente cocidas. Colóquense todos estos ingredientes por separado en una ensaladera, se espolvorean con el huevo cocido y picado menudo, se adornan con unas lonjas de remolacha hervida y mondada de antemano, se sazonan con una salsa preparada con aceite, zumo de limón, sal, pimienta y mostaza mezclados.

ENSALADA A LA ANDALUZA

200 grs. de tomate, 100 grs. de cebolla, 50 grs. de aceitunas sevillanas, 2 pimientos encarnados, 1 diente de ajo, perejil.

Córtense los pimientos y la cebolla en forma de juliana. El tomate, después de mondado, se parte a rodajas delgadas; colóquese todo por separado en una ensaladera, agregando las aceitunas desprovistas del hueso, se sazona todo con un decilitro de salsa vinagreta, se espolvorea con un poco de perejil y ajo picado y se deja en maceración durante 20 minutos.

ENSALADA A LA AMERICANA

200 grs. de tomate, 150 grs. de cebollas, 200 grs. de patatas, 1 huevo 1 apio.

Las cebollas y tomates después de mondadas se cortan a lonjas finas; las patatas se cuecen, se pelan y se cortan a rodajas delgadas, y el apio se corta en forma juliana; colóquese todo por separado en una ensaladera, se agrega el huevo cocido y cortado a discos de medio centímetro de grueso, se sazona todo con un decilitro de salsa vinagreta y déjase macerar durante media hora.

ENSALADA A LA JOCKEY-CLUB

150 grs. de judías verdes finas, 2 manojos de espárragos, 1 trufa.

Córtanse las puntas de los espárragos dándoles un largo de 5 ó 6 centímetros, y se cuecen con agua y sal. Las judías, después de hervidas y frías, se colocan en una ensaladera, alrededor se ponen las puntas de espárragos, se sazona con un decilitro de salsa mayonesa y se espolvorea con la trufa cortada en forma de juliana fina, dejándolo en maceración durante media hora.

ENSALADA A LA ITALIANA

300 grs. de patatas, 200 grs. de tomates, 150 grs. de alubias finas, 25 grs. de alcaparras, 2 zanahorias, 2 anchoas en filetes, perejil.

Las patatas y las zanahorias después de cocidas, mondadas y frías, se cortan a juliana. Péense los tomates y córtense a lonjas delgadas. Colóquese todo por separado en una ensaladera agregando las alubias previamente hervidas y las alcaparras, se adorna con los filetes de anchoa, se sazona con un decilitro de salsa vinagreta, se espolvorea con perejil picado, y déjase macerar durante 30 minutos.

ENSALADA PRINCIPE DE GALES

1 huevo, 3 zanahorias, 2 plátanos, 100 grs. de lengua escarlata, 1 escarola, 1 decilitro de aceite, 1 limón, mostaza inglesa.

Mondadas y hervidas las zanahorias, se cortan en forma de juliana fina, e igualmente en forma de juliana se cortan la escarola, la lengua y los plátanos. Póngase en un recipiente de porcelana la yema del huevo, sal, pimienta y mostaza, mézclase el aceite y unas gotas de zumo de limón. Colocados en forma de estrella los ingredientes en una ensaladera, se rocían con la salsa y déjanse en maceración durante media hora.

ENSALADA MARIA ESTUARDO

1 lechuga, 1 apio, 2 huevos, 1 trufa.

Escógese un apio bien limpio y blanco y un cogollo de lechuga, y cártanse ambos en forma de juliana pequeña. Colócanse en una ensaladera, intercalando los huevos cocidos cortados a lonjas delgadas; se sazona con un decilitro de salsa vinagreta, se espolvorea con trufa picada y se deja macerar durante 15 minutos.

ENSALADA PARISIEN

100 grs. de alubias tiernas, 150 grs. de patatas, 200 grs. de guisantes, 25 grs. de alcaparras, 100 grs. de langostinos, 150 grs. de aceite de oliva, 1 huevo, 1 nabo, 2 zanahorias, 3 hojas de cola de pescado, 1 cucharadita de vinagre, mostaza, 1 kg. de hielo.

Las verduras y legumbres, después de mondadas, se cortan a cuadritos y se cuecen con agua y sal, escurriéndolas y dejándolas enfriar. Se pone en una ensaladera la yema del huevo, vinagre, sal, pimienta, mostaza y el aceite, y se hace una salsa mayonesa. Se incorpora a ella la cola de pescado diluida en dos cucharadas de agua caliente y se mezclan con esta salsa los ingredientes preparados, los guisantes, pelados y hervidos, y las alcaparras. Después de cocidos los langostinos, se les quita el caparazón, se adorna con ellos el fondo de un molde, que se llena con el contenido de la ensaladera, y se rodea luego el molde de hielo picado, durante media hora.

ENSALADA JAPONESA

200 grs. de patatas, 200 grs. de manzanas, 100 grs. de aceite de oliva, 6 mejillones, 1 apio, 1 trufa, 1 limón.

Una vez cocidas las patatas, frías y mondadas, se cortan en forma de juliana grande, e igualmente se cortan las manzanas, después de mondadas, y el apio, colocándose todo por separado en una ensaladera; se agregan los mejillones previamente hervidos y quitadas las conchas, y la trufa picada; se sazona todo con sal, pimienta, aceite y unas gotas de zumo de limón, y déjase en maceración durante media hora.

ENSALADA NINON

100 grs. de patatas, 100 grs. de aceite de oliva, 2 huevos, 1 apio pequeño, 1 lechuga, 1 trufa, 2 naranjas, 1 cucharadita de vinagre, mostaza francesa y 2 zanahorias.

Después de mondadas, se cortan a cuadritos las zanahorias y las patatas; se cuecen con agua y sal y se escurren. Con una yema de huevo, el aceite, el vinagre, sal, pimienta y mostaza, se prepara una salsa mayonesa. Se parten las naranjas horizontalmente en dos mitades y se vacían. Llénense las medias naranjas con trocitos de lechuga, el apio cortado a cuadritos y los ingredientes hervidos; cúbranse luego con salsa mayonesa, se adornan con discos de huevo cocido y tiras de trufa y se dejan macerar durante 20 minutos.

ENSALADA A LA BRETONA

300 grs. de patatas, 200 grs. de alubias tiernas, 100 grs. de judías, 50 grs. de cebolla, perejil.

Después de mondadas, se cortan las patatas y alubias a trocitos, se cuecen con agua y sal, se escurren y se dejan enfriar; seguidamente se ponen en una ensaladera y se mezclan con las judías previamente cocidas, se agrega la cebolla y perejil picadas, se sazona con un decilitro de salsa vinagreta y déjase en maceración durante 40 minutos.

ENSALADA A LA EXCELSIOR

1 coliflor pequeña, 1 manojo de espárragos, 1 pepino verde.

Mondado el pepino, cártese a lonjas delgadas, se sazona con sal y se pone en una escurridera dejándolo una hora para extraer el agua. Cártense las puntas de los espárragos en un largo de 5 a 6 centímetros y se hierven con agua y sal. La coliflor, después de hervida y bien escurrida, se coloca en una ensaladera, y alrededor las lonjas de pepino, intercalando las puntas de espárragos; se sazona con un decilitro de salsa vinagreta y se deja en maceración durante media hora.

BUÑUELOS DE MANZANAS

400 grs. de manzanas, 250 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de harina, 25 grs. de azúcar, 150 grs. de mermelada de fresas, 2 huevos, 1 decilitro de cerveza, 2 copitas de ron.

Mondadas las manzanas, se cortan a rodajas de medio centímetro de grueso, se les quita el corazón y se ponen a macerar durante 20 minutos en una mezcla del ron y el azúcar. En una vasija póngase la harina, dos yemas de huevo, sal y la cerveza; se mezcla, y a continuación se incorporan los claros de los huevos batidos a punto de nieve. Con esta pasta se rebozan las rodajas de manzana y se frien con el aceite hasta que tengan color dorado; se escurren y se sirven en una fuente cubriéndolas con la mermelada. También pueden servirse con nata.

BOCADO DE DAMA

200 grs. de harina de arroz, 25 grs. de harina de trigo, 75 grs. de azúcar, 75 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de fruta confitada, 2 huevos, 1 naranja.

Mézclase el azúcar, dos yemas de huevo y el aceite; agrégase la harina de arroz, un poco de cáscara de naranja rallada y la fruta cortada a cuadritos; se revuelve bien y a continuación se incorporan dos claras de huevo batidas a punto de nieve. Se llenan con esta mezcla unos moldes (de tarteleta pequeña) que serán previamente untados ligeramente con aceite y espolvoreados con harina. Cuécese al horno durante 25 minutos.

BUÑUELOS DE VIENTO

125 grs. de harina, 350 grs. de aceite de oliva, 50 grs. de azúcar de lustre, 3 huevos, un octavo de litro de leche, 1 limón.

Se echa la leche en una cacerola con 25 gramos de aceite, sal y un poco de corteza de limón rallada; se pone al fuego hasta que rompa el hervor, en cuyo momento se mezcla la harina, y, con una espátula de madera se remueve bien hasta que quede una pasta consistente y algo dura; entonces apártese del fuego para añadir los huevos de uno a uno, no incorporando el segundo hasta que el primero esté bien mezclado, y con una cuchara se forman unas bolitas del grueso un poco mayor que el de la oveja. Friense con el aceite, y a fuego lento, hasta que tengan color dorado y hayan aumentado su volumen cinco veces; luego se escurren y se espolvorean con el azúcar. Pueden también servirse llenos de crema, natilla o mermelada.

DELICIAS DE ALMENDRAS

100 grs. de almendras tostadas, 150 grs. de harina, 75 grs. de aceite de oliva, 75 grs. de azúcar fino, 100 grs. de azúcar lustre, 1 huevo, 1 limón.

Sobre un mármol se coloca la harina en forma de círculo, y en su centro se ponen 75 gramos de almendras molidas, un huevo, el aceite y 75 gramos de azúcar fino; se amasa todo bien hasta que queda una pasta fina que se estira con un rodillo hasta que tenga el grueso de un centímetro; córtase en forma de discos pequeños, que se colocan encima de una hojalata. En una taza de porcelana se pone una cucharadita de clara de huevo, el azúcar de lustre y unas gotas de zumo de limón; se revuelve con una cuchara de madera hasta que resulte una pasta bien blanca, de la que se coloca un poco encima de cada disco; se espolvorea con almendra picada y se cuece al horno durante 18 minutos.

RIPLES TURCOS

200 grs. de harina, 300 grs. de aceite de oliva, 10 grs. de canela en polvo, 25 grs. de azúcar de lustre, 75 grs. de azúcar fino, medio decilitro de leche, 1 huevo.

Encima de un mármol se coloca la harina en forma de círculo, y en su centro se ponen 50 gramos de aceite, la leche, el azúcar fino, la canela y un poco de sal; amásese bien, y a continuación se estira con un rodillo dando a esta pasta el grueso de un centímetro; después se corta en forma de medias lunas y estrellas, que se frien con el aceite, y, una vez bien escurridas, se espolvorean con el azúcar de lustre.

GALLETAS DE COCO

200 grs. de harina, 75 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de azúcar, 50 grs. de coco rallado, 2 huevos, 1 naranja.

Encima de un mármol se coloca la harina apilada haciendo un hueco en el centro; en éste se pone el aceite, un huevo, el coco, el zumo de media naranja y 75 gramos de azúcar; se amasa bien y se estira la pasta con un rodillo hasta que tenga el grueso de medio centímetro; con ella se forman discos del diámetro de 5 centímetros, que se colocan en una hojalata; mójase la superficie de tales galletas con yema de huevo diluida con agua, se espolvorean con el resto del azúcar y se cuecen al horno durante 20 minutos.

ROSQUILLAS GALLEGAS

200 grs. de harina, 300 grs. de aceite de oliva, 50 grs. de azúcar de lustre, media copita de aguardiente, 1 huevo, 1 limón.

En una vasija se pone la harina, el huevo, 75 gramos de aceite, el zumo de medio limón, el aguardiente y un poco de sal y se revuelve con una cuchara de madera hasta obtener una pasta fina y compacta que se divide luego en trocitos; se enrolla cada trocito dándole el grueso de un macarrón y la forma de una rosquilla pequeña; se frien éstas con el aceite, y después de bien escurridas, se espolvorean con azúcar de lustre.

CREMA FRITA

Un cuarto de litro de leche, 75 grs. de azúcar, 40 grs. de harina de arroz, 200 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de miga de pan rallado, 25 gramos de harina de trigo, 4 huevos, media varita de vainilla.

Viértese en una cacerola el azúcar, tres yemas de huevo y la harina de arroz, y una vez todo mezclado, se le añade la leche previamente hervida con la vainilla; se pone esta mezcla al fuego lento, revolviéndola sin cesar con un batidor hasta que queda una crema espesa, que se deja enfriar en un plato ligeramente untado con aceite. A continuación se corta esta crema a trozos en forma de medallones, que se pasan por la harina, por el huevo batido y por el pan rallado; se frien con el aceite y se sirven en una fuente con servilleta.

TORRIJAS DE SAN ISIDRO

Un cuarto de litro de leche, 200 grs. de aceite de oliva, 200 grs. de miel, 300 grs. de pan inglés, 50 grs. de azúcar, 2 huevos.

Mézclase el azúcar con la leche. Quitese la corteza al pan y se corta a rebanadas de uno y medio centímetros de grueso; se pasan por la leche y luego por el huevo batido, se frien con el aceite hasta que estén bien doradas, se escurren y se colocan en una fuente rociándolas con la miel.

ROSQUILLAS A LA REINA

200 grs. de harina, 75 grs. de aceite de oliva, 100 grs. de azúcar, 25 grs. de almendras sin tostar, 10 grs. de canela en polvo, 2 huevos.

Se pone la harina apilada encima de una mesa o mármol haciendo un hueco en el centro, y en éste se echa el aceite, un huevo, 75 gramos de azúcar y la canela, y se amasa para obtener una pasta consistente que se estira con un rodillo hasta que tenga el grueso de medio centímetro; entonces córtanse unas tiras de dos centímetros de ancho por 15 de largo, y se les da forma de rosquillas; se mojan con yema de huevo diluida con agua, se espolvorean con almendras molidas y picadas, y con el resto del azúcar se cuecen al horno durante 20 minutos.

TORTITAS MALLORQUINAS

200 grs. de harina, 75 grs. de aceite de oliva, 150 grs. de confitura de cabello de ángel, 75 grs. de azúcar, 1 huevo, 1 naranja.

Sobre la mesa o mármol, se pone la harina en forma de círculo; en su centro se echa el aceite, huevo, azúcar, la mitad de la corteza de naranja rallada y una cucharada de zumo de la misma, y, después de bien amasado, se estira con el rodillo para que esta pasta quede al grueso de un centímetro; entonces córtase en forma de discos que se colocan en una placa de hierro; mójanse ligeramente con agua, encima se reparte el cabello de ángel y se cuece todo al horno durante 20 minutos.