



LVC

CUINA I FOTOGRAFIA

**ÁNGEL ARCAY BARRAL
ANTÍA ARCAY RODRÍGUEZ
OLIVIA BARBERO BERNABÉ**

**ALICIA MANEIRO PAZ
IRENE PAREDES RIVERA
ANA TOMÉ MORANDEIRA**

AUTORÍA DOS TEXTOS:

ÁNGEL ARCAY BARRAL

ANTÍA ARCAY RODRÍGUEZ

OLIVIA BARBERO BERNABÉ

ALICIA MANEIRO PAZ

IRENE PAREDES RIVERA

ANA TOMÉ MORANDEIRA

AUTORÍA DAS IMAXES:

LUÍS VEIGA CADAVEIRA

COLABORACIÓN TÉCNICA:

ERMITAS RODRÍGUEZ PÉREZ

DEPÓSITO LEGAL:

EDITA: CONCELLO DE BETANZOS

Reservados todos os dereitos. O contido desta obra está protexido pola lei, prohibíndose a súa reprodución, plaxio, distribución ou comunicación pública, en todo ou en parte, dunha obra literaria, artística ou científica, ou a súa transformación, interpretación ou execución artística fixada en calquera tipo de soporte ou comunicada a través de calquera medio, sen a preceptiva autorización e referencia.

LVC

CUINA I FOTOGRAFIA

ÁNGEL ARCAY BARRAL
ANTÍA ARCAY RODRÍGUEZ
OLIVIA BARBERO BERNABÉ
ALICIA MANEIRO PAZ
IRENE PAREDES RIVERA
ANA TOMÉ MORANDEIRA



SUNYOL
1933.

LVC E A BAM BETANZOS

Ángel Arcay Barral, director da BAM Betanzos

Na primavera do 2025 chegaron a Betanzos Alicia, Antía, Irene e Olivia, alumnas do Mestrado en Estudos Avanzados de Bibliotecas, Arquivos e Museos da Universidade da Coruña para completar a súa etapa formativa no Museo das Mariñas e na Biblioteca e no Arquivo Municipal de Betanzos. Como sempre que recibimos a alumnado en prácticas, a modo de presentación amosámoslles as luces e as sombras da nosa casa, poñendo certo énfase naquelas cousas que aínda están por facer, por construír, e que poderían ser unha oportunidade atractiva para traballar durante as poucas semanas que comparten con nós.

Nesta presentación apareceu o nome de Luís Veiga Cadaveira, un completo descoñecido para a historia local de Betanzos pero seguramente unha persoa crucial para o devir do Museo das Mariñas. Grazas ás súas xestións, boa parte das pezas de Francisco Javier Martínez Santiso, o seu sogro, e de Rosina Martínez Barral, a súa esposa, acabaron depositados nas nosas instalacións.

Xunto con eses dous fondos, tan atractivos para a historia da cidade, Luís Veiga Cadaveira, ou LVC como el mesmo asinaba, deixou para goce dos veciños a súa colección de receitas de cociña e o seu arquivo fotográfico, os dous organizados cunha minuciosidade que sempre agradecemos os traballadores destas institucións. Todo ben rexistrado, clasificado e ordenado, listo para ser difundido. Pero esa oportunidade parecía que nunca lle ía chegar.

E non era por falta de interese, senón máis ben de tempo e recursos, xa que dende sempre a súa colección chamaba a atención pola gran cantidade de fotografías de Betanzos que contiñan e pola variedade de materiais que

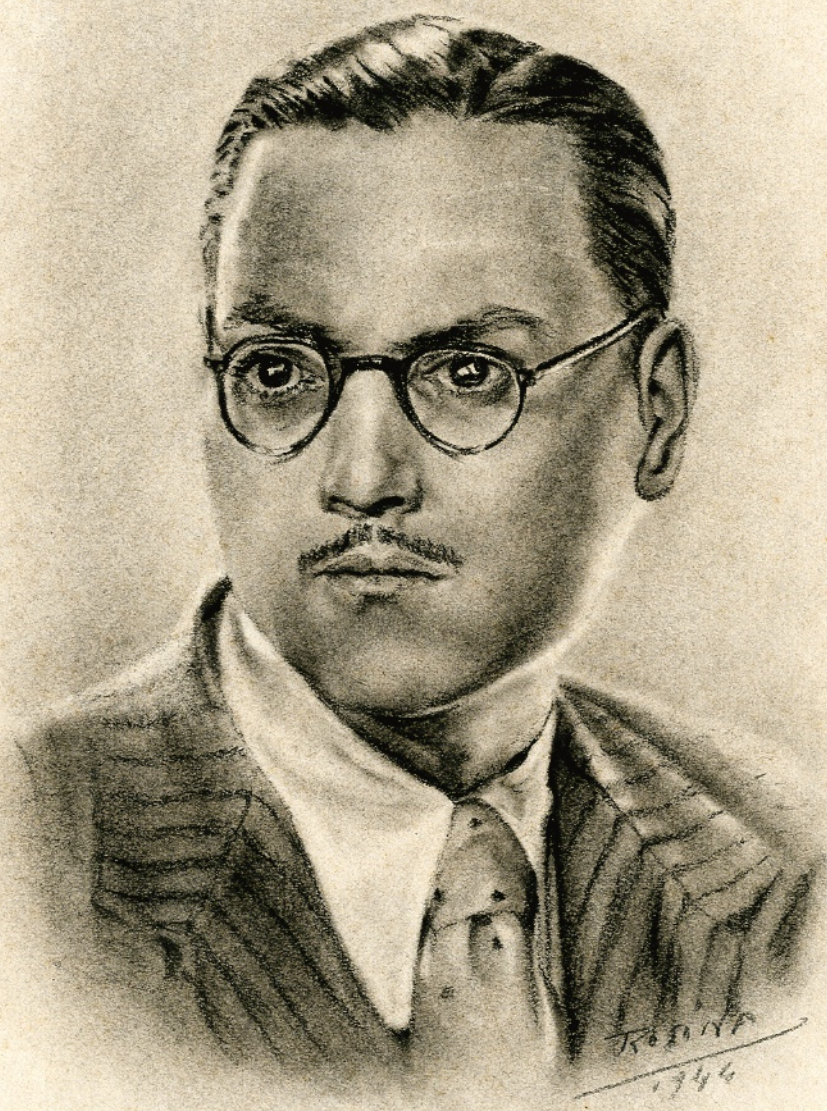


AUG • 65

atesouraba. Non eran as primeiras fotografías da cidade, nos albores do século XX e mesmo no final do XIX, como tiña feito o seu sogro, mais eran unhas imaxes dunhas décadas que practicamente non tiñamos recollidas no noso arquivo fotográfico. Si que abundan as imaxes en branco e negro de comezos da centuria pero son escasas as fotografías máis recentes, seguramente porque para moitos aínda non teñen esa pátina que aporta o paso do tempo. Pero as instantáneas de LVC xa poden ser consideradas fotos históricas, ou documentais, porque este home catalán tivo a pericia de ir retratando unha urbe que deixaba atrás uns tempos escuros para abrazar unha modernidade non sempre ben entendida.

Os cambios na arquitectura, a perda de referentes patrimoniais ou a chegada de novas modas como eses malecóns nas beiras dos ríos aparecen capturados nas fotos de Veiga, xunto cun conxunto de tradicións e de costumes que parece que xa abandonaron a vida diaria de Betanzos. E é por iso que a súa colección acubilla certa dose de realismo máxico porque estamos vendo unha cidade facilmente recoñecible pero que xa practicamente non está. Imaxes que todos e todas identificamos, recoñecemos e temos gravadas na nosa memoria pero que co paso dos anos foron desaparecendo. Ese é o gran mérito da cámara de Luís Veiga Cadaveira, o de recoller un pasado recente que tamén forma parte da nosa historia.

Xunto co seu arquivo fotográfico apareceu tamén o que pensabamos que era unha caixa máis de fotos, ben rexistradas e ordenadas cada unha no seu soporte de cartón, pero esa caixa de cartón desgastada polo paso do tempo gardaba os aromas da súa cociña. E é que outra das grandes afeccións de LVC parecía ser a cociña, xa que mecanografou case setecentas composicións, propias ou copiadas doutros gastronomos, para compoñer un receitairo con esenciais mediterráneas e atlánticas, onde saltando do castelán ao catalán poderemos elaborar pratos da tradición galega mais tamén da tradición catalá, terra da que era orixinario o noso protagonista.



Agora, por fin, a veciñanza de Betanzos pode gozar de todas estas marabillas que atesouraba o arquivo de LVC, grazas ao intenso traballo de Alicia, Antía, Irene e Olivia. Elas foron as encargadas de acabar de rexistrar todo o seu fondo, de transcribir as súas receitas e de preparar a exposición temporal que entre decembro e febreiro estará aberta no Museo das Mariñas para coñecer todo o que hoxe compartimos aquí. E non podemos esquecer a inestimable axuda da compañeira Ermitas Rodríguez, encargada de dixitalizar todas as imaxes en papel que deixou LVC para seguir ampliando as máis de dez mil fotografías que xa compoñen o fondo fotográfico do Arquivo Municipal de Betanzos. Este agradecemento faise extensible tamén a Ana Tomé, fotógrafa e colaboradora habitual do museo, quen aporta un pequeno texto para que o lector poida contextualizar a LVC dentro da historia da fotografía, como creador amateur onde ese amor que rezuman os seus carretes xa poden pasar a formar parte da historia gráfica da nosa cidade.



1.- LUÍS VEIGA CADAVEIRA: NOTAS BIOGRÁFICAS

Descoñecemos moitos datos biográficos de Luís Veiga e, os poucos que sabemos son, ou ben grazas a papeis soltos conservados no arquivo xunto co seu fondo documental ou ben a testemuñas orais. Malia isto, podemos trazar un pequeno percorrido biográfico da súa figura. Naceu o 19 de agosto de 1906 en Barcelona sendo o pequeno de oito irmáns dun matrimonio de dous galegos que emigraran a Cataluña. A nai, Francisca Cadaveira del Río, nada o 9 de outubro de 1874, era de Cuiña (A Coruña), mentres que o pai, José Veiga López, quen nacera en 1877, era de San Román (Lugo), pero traballou como Garda Urbano na cidade de Barcelona ata a súa xubilación en 1925 por problemas de saúde.

Luís Veiga aprobou en 1918 o exame de ingreso na Escola de Altos Estudos Mercantís de Barcelona, onde realizou os estudos de perito mercantil, obtendo o título en 1923. A maiores, aprobou o grao de profesor mercantil tres anos despois.

Desenvolveu a súa vida laboral traballando como contable en Barcelona. E tempo despois, cunha idade xa avanzada para a época, casou ca betanceira Rosina Martínez Barral. Ambos viven un tempo en Barcelona, regresando os dous a Betanzos en 1981, data na que pasan a residir no número 34 da Avenida Jesús García Naveira. Nesta época Luís Veiga xa estaba xubilado mentres que Rosina aparece nos padróns municipais como dedicada ás labores do fogar.

2.- LUÍS VEIGA CADAVEIRA NO MUSEO DAS MARIÑAS

Antes de adentrarnos no seu fondo documental, é preciso recalcar a importancia deste home para o Museo das Mariñas e incluso para a Biblioteca Municipal de Betanzos. A súa relación con Rosina Martínez



Barral e, por tanto, a súa vinculación coa figura de Francisco Javier Martínez Santiso, fixeron posible a chegada de moitos fondos relacionados con esta familia ao museo brigantino.

Repasando o inventario do museo atopamos 440 obxectos doados por Luís Veiga e que, no pasado, formaron parte dos estudos de Rosina e de seu pai. Pinturas e debuxos, frascos con todo tipo de produtos ligados a inventos de Martínez Santiso ou a súa colección de caixas de mistos son o patrimonio que agora mesmo podemos amosar no apartado do museo adicado ao pintor da rúa Nova. Alén diso, temos constancia da venda de sete pinturas ao óleo de Francisco Javier Martínez Santiso por parte do seu xenro.

A maiores, por mediación de Veiga Cadaveira chegaron ao Arquivo e á Biblioteca fondos documentais ligados ao pasado da familia Martínez Santiso que, sen dúbida, serven de gran axuda ás investigacións sobre historia local.

3.- O FONDO LUÍS VEIGA CADAVEIRA

Aínda que o groso da documentación recibida por parte de Luís Veiga correspóndese coas labores de Rosina e do seu pai, existe unha pequena mostra do que poderíamos considerar fondo privado, a proba física das dúas grandes afeccións de Luís Veiga: a cociña e a fotografía. Temos tamén, a maiores, un conxunto de documentos privados onde destacan sobre todos os demais a colección de postais que Veiga e Rosina intercambiaban co resto de familiares e amigos, especialmente dos achegados cataláns de Luís.

Son estes os dous conxuntos documentais que doou ao Arquivo Municipal de Betanzos e que teñen vinculación única e exclusivamente coa súa figura.

O FONDO FOTOGRÁFICO

O amplo fondo fotográfico de Luís Veiga está composto por tomas de diferentes lugares ou temáticas en distintos formatos. Deste modo,



contabilizamos en total:

- 26 álbums, 9 sobres e 2 carpetas de fotos impresas en diferentes tamaños.
- 50 caixas e 3 sobres de negativos en vidro.
- 67 sobres e 6 caixas de negativos en película.
- Un minivisor de negativos.
- Unha caixa que el denomina Archivo General e que contén sobres cunha imaxe pegada por fóra e dentro o negativo en película desa mesma fotografía. Todos están clasificados por lugar e temática: Galicia, bisbarra Betanzos, varios Betanzos, pueblo Betanzos, el ferrocarril en Betanzos, el Pasatiempo Betanzos, Feria Betanzos, Costa Brava Cataluña, Girona Cataluña, Cataluña, Tarragona Cataluña, Badalona, provincia de Barcelona, diversos Barcelona, Port Barcelona, Parcs i jardins Barcelona, Parc de la ciudatela Barcelona e varios.
- 28 sobres de postais separados por lugar e temática. Atopamos sobre todo de Cataluña (Lloret de Mar, Barcelona, Girona, Monsterrat etc.), Mónaco, o Pirineo e tamén unha caixa con sobres de postais de Galicia (Vigo, Sada, A Coruña, Rías Baixas etc.). Aparte, algunhas de outros temas: platos típicos, felicitacións... Cómpre mencionar que moitas das fotografías están repetidas en varios formatos que garda en distintos sobres ou álbums. Ademais, chama a atención a meticulosa organización de todos os materiais, que practicamente sempre teñen unha anotación de que estaba sendo fotografado.

En canto á súa temática, chegamos á conclusión de que Luís Veiga era unha persoa apaixonada polo seu arredor, polas paisaxes, pola natureza e un auténtico namorado de Betanzos, onde fotografaba as súas costumes, a súa xente, rúas, igrexas, etc. Poñía o ollo en cada pequeno detalle da vida cotiá, deixando plasmado todo o que para nós pasaría desapercibido no noso día a día.

A súa obra situáse sobre todo entre Galicia e Cataluña, onde pasou a maior parte do tempo, da man da súa muller Rosina, presente en moitas das viaxes, fotografada de maneira recorrente, como a súa



musa. Xunto a ela atopamos tamén imaxes de festas, traballos da época e moitos bodegóns de diario, onde destaca o seu coñecemento compositivo.

AS RECEITAS DE COCIÑA

Nunha caixa de cartón, perfectamente ordenadas alfabeticamente, atopáronse uns cartóns reaproveitados de antigas tarxetas de fichaxe e de cobro. Nestas tarxetas era onde Luís Veiga foi recopilando ao longo da súa vida diferentes receitas tanto en castelán coma en catalán, escritas a máquina. Nestas receitas encontramos vinte e catro elaboracións propias que firmaba coas súas iniciais, L.V.C., outras con referencias a diferentes manuais de cociña e outras sesenta e dúas mecanografadas sen máis, sen mención algunha da súa autoría. Contabilizamos un total de 658 receitas de cociña (de carnes, pescados, sobremesas, bebidas etc.), todas co seu título e cos diferentes pasos da receita detallados xunto aos materiais empregados.

Chama a atención a cantidade de receitas nas que emprega canela, limón, perexil ou pementa, o que nos pode dar unha idea dos seus gustos culinarios; ademais do feito de que tamén recollera a mesma receita de diferentes libros de cociña.

Na caixa deste receitario atopamos, ademais, unha elaboración manuscrita dunha empanada de sardiñas con debuxos firmada por Rosina, na que estes representan como quedaría o prato final, incluída a disposición dos peixes dentro da masa. Ademais, outras tres receitas levan as iniciais dela.

O resto de receitas divídense nos seguintes autores que el recopilou:

· CARMEN DE BURGOS (51 receitas)

Carmen de Burgos (1867-1932), escritora, periodista, tradutora, mestra e activista dos dereitos da muller. A súa obra literaria aparece firmada baixo pseudónimos como “Colombine”, “Perico de los palotes” ou “Gabriel Luna”, entre outros. É considerada unha das primeiras



defensoras do papel social e cultural da muller. Autora de máis de cen obras, non destaca precisamente por manuais culinarios, dos que só se coñece que escribira tres obras *La cocina moderna*, *Nueva cocina práctica*, ademais do manual consultado por Luís Veiga Cadaveira, *¿Quiere usted comer bien?*

· IGNASI DOMÉNECH (275 receitas)

Ignasi Doménech Puigcercós (Manresa 1874) foi un gran teórico da gastronomía española. O seu interese pola cociña naceu na posada dos seus tíos, onde aprendeu a preparar os pratos do receitario catalán que publicaría en *La Teca* en 1924, do que Luís Veiga copiaría 65 receitas. Aos 14 anos trasladouse a Barcelona para abrirse camiño no mundo da cociña, onde traballou en diversos restaurantes e fixo contactos que lle permitiron trasladarse a Madrid. Posteriormente asentouse en París onde aprendeu os segredos da alta cociña francesa e onde coñeceu a Pierre Lacán, editor da revista *La cuisine française et étrangère*. Foi el quen lle animou a publicar os seus primeiros artigos, sendo a orixe da posterior colección de libros gastronómicos novidosos e revolucionarios para España. Gracias á súa integración nos círculos culinarios parisiños foi un dos tres cociñeiros seleccionados para traballar no Hotel Savoy de Londres ás ordes de Auguste Escoffier, o chef dos chefs. Isto permitiulle afinar todo o que xa sabía e aprender novas técnicas e receitas.

Tras o seu periplo parisiño e londinense a Corte reclamaba os seus coñecementos culinarios para contentar os gustos burgueses e aristocráticos da oligarquía madrileña. Tras casarse con Nieves Montoso, afillada dos marqueses de Cortina, Doménech abriu os seus intereses e comezou a escribir co obxectivo de devolver o receitario á memoria colectiva e cultural. Algúns dos seus libros son: *La gastronomía*, *El arte del coctelero europeo*, *Un festín en la edad media*, *El cocinero americano...* Aínda que as súas obras máis destacadas foron *La Teca*, mencionada anteriormente, e o manual de cociña internacional *La guía del gastrónomo*. Luís Veiga toma referencias



tamén dos libros *La Manduca*, con 107 receitas; e *La nueva cocina elegante española*, de onde transcribe 77 receitas ou *Àpats*: magnífico manual de cuina práctica catalana. Existen outras vinte e seis das que só indica que pertencen a este gastrónomo, sen facer referencia da obra da que extrae a elaboración.

· ADRIANNA ALDAVERT E SARA ALDAVERT (227 receitas)

Adriana e Sara Aldavert son dúas mulleres fillas do xornalista Pere Aldavert i Martorell, un dos iniciadores do movemento catalanista. Estas dúas mulleres publicaron un libro que Luís Veiga usaba a cotío como era o *Art de ben menjar*, do que extrae 227 receitas. Esta obra ten a curiosidade de que na súa primeira edición, en 1923, non aparece asinado por ninguén, considerándose unha obra anónima. Máis tarde, no resto de edicións coñecidas, consta como autora desta obra culinaria o nome de Marta Salvià, que sería o pseudónimo empregado polas irmáns nas diferentes reimpresións que podemos atopar baixo as editoriais *La Renaixensa*, *Durán i Alsina* ou *Aedos*.

· ELADIA MARTORELL (11 receitas)

Martorell é unha muller de orixe portorriqueño que faleceu en Barcelona en 1918. É a autora de *Carmencita* o *La buena cocinera*, un dos libros de cociña máis populares da España do século XX. Trátase dun libro, tal e como conta a autora, que naceu ca vontade de ensinarlle á súa filla, Carmencita, diferentes elaboracións e tamén pola esixencia das amigas da autora: «varias amigas mías sosteniendo, no sé si con razón, que la claridad de la explicaciones, lo bien combinado de ciertos guisos y el exacto cálculo de las cantidades hacían dichas fórmulas de aplicación general, me han animado a publicarlas».

· ALMACENES JORBA (3 receitas)

Existen tres receitas que Luís Veiga extrae dos dietarios dos almacéns Jorba, un centro comercial creado en Manresa a comezos do século XX



e que gozou de gran popularidade en varios puntos de Cataluña e mesmo en Bruxelas. Cada ano editaban unha publicación na que tamén se recollían receitas, das que era coñecedor o marido de Rosina, copiando tres que serían tamén da autoría de Ignasi Doménech.

· LA PERFECTA COCINERA (1 receita)

Neste caso non se trata dunha monografía senón dunha enciclopedia moi popular que recollía exemplos de cociña familiar, práctica e económica. É un receitario dividido en varios tomos nos que aglutina varios centos de exemplos de menús completos que estarían pensados para ser confeccionados nas casas de todo o país. Neste caso, Luís Veiga só recolle un exemplo dos moitos que aparecen nesta publicación.



LUÍS VEIGA CADAVEIRA, TESTEMUÑA GRÁFICA SINGULAR

Ana Tomé, fotógrafa.

Son moitos os fotógrafos de renome, caso de Ansel Adams ou Stephen Shore, que se recoñeceron a si mesmos como “amateurs”. Este termo, que se veu aplicando case de xeito despectivo fronte a aqueles fotógrafos que exercían de xeito profesional, adquiriu unha nova concepción nos nosos días.

A palabra “amateur” provén do latín amator (amante), que á súa vez deriva de amar; así a noción de “sentirse amateur” aparece hoxe máis coma unha actitude consciente (entrega, curiosidade, vulnerabilidade) que como unha categoría social.

Caso paradigmático é o de gran fotógrafa Vivian Maier que permanece no estatuto social de “amateur”, aínda que a súa obra supere a moitos coetáneos. Non se considerou profesional: traballaba como aia, fotografou toda a súa vida sen intención comercial e apenas positivou a súa obra por falta de recursos. Xerou máis de 100.000 negativos, practicamente en silencio, cunha actitude moi próxima á da afeccionada radical: fotografar por necesidade interna, non por imposicións do mercado.

A categorización que estamos a establecer entre uns fotógrafos e outros garda unha estreita relación coa concepción que esta disciplina, a fotografía, tivo durante décadas. Considerada por Pierre Bourdieu (1979) como un “arte intermedio”, unha forma de arte accesible tanto para as clases altas como para as clases medias e baixas, o que a situaba nun punto medio entre a alta cultura e a cultura popular. Bourdieu argumentaba que a fotografía combinaba elementos técnicos e artísticos. Por unha banda, requiría habilidades técnicas para



manexar a cámara e procesar as imaxes. Doutra banda, tamén involucraba decisións estéticas e creativas na composición e o encadre. A fotografía, segundo Bourdieu, servía como unha ponte entre o cotián e o artístico.

A esta accesibilidade da imaxe sumouse tamén outro factor que incrementou o número de “amateurs”. O slogan de KODAK “vostede aperte o botón, nós facemos o resto” tivo un impacto significativo na popularidade das súas cámaras, marcando un punto de inflexión na democratización da fotografía (Bajac, 2011). Este lema estaba asociado a unha cámara manexable e á eliminación das complexidades técnicas que antes limitaban a práctica fotográfica. O impacto deste slogan de finais do XX manifestouse en varios aspectos como a popularización masiva da fotografía, que máis tarde se intensificará coa chegada da era dixital e internet.

Precisamente sería cunha pequena Kodak Brownie (Mahou, 2018) coa que Vivian Maier se iniciou na fotografía “amateur”. Con esta cámara tomou algunhas das imaxes que chegaron a converterse nun valioso documento gráfico da historia neoiorquina da segunda metade do século XX.

Luis Veiga Cadaveira foi un deses fotógrafos afeccionados que na década dos oitenta do pasado século tamén deixou a súa pegada “amateur” coleccionando unha serie de fotografías de Betanzos de valor documental xa que rexistrou e preservou unha etapa histórica de transformación da vila.

As súas imaxes son testemuña dunha comunidade que vería mudar a súa paisaxe urbanística e cultural. Cun estilo espontáneo, libre de convencións, en 50 milímetros e planos amplos, xerou unha colección de instantáneas nas que predominan as cores da película Kodakrome 65. As súas capturas son preferentemente do entorno natural da cidade, do Mandeo e da súa arquitectura, poucas veces centra a súa atención directa en veciños concretos. Como excepción atopamos un castañoiro e unha muller diante dunha fonte, ningún deles posando



directamente ao obxectivo.

Podemos establecer tres tipos de imaxes segundo a temática que atopamos no legado de Luis Veiga Cadaveira: as secuencias tradicionais de Betanzos, o novo urbanismo que emerxía a finais da centuria pasada na cidade e a colección ligada ao legado dos irmáns García Naveira.

No primeiro caso atopámonos con “postais” dun Betanzos onde a vida cotía aínda se desenvolvía coa cidade vella como epicentro. Feiras, festas, igrexas, rúas, a estación de ferrocarril, casas e negocios tradicionais ademais dun entorno no que os ríos están moi presentes. Coma as hortas e leiras dos arredores de Betanzos, tanto no verán como cubertas de neve.

Nun segundo grupo de imaxes incluíríamos todas aquelas que tomou Luis Veiga sobre os cambios urbanísticos que terán lugar na década dos 80 e 90. Así podemos observar a construción das pontes e estradas no barrio da Ribeira, e o entorno do hoxe coñecido como Paseo das Bullas. Igualmente chama a atención o seguimento cronolóxico da rehabilitación das escolas García Naveira e a urbanización da rúa José Fariña e arredores.

Faremos mención por último a gran cantidade de imaxes que este fotógrafo amateur tomou das esculturas de Diana Cazadora e sobre todo dos irmáns García Naveira así como da transformación que nas décadas finais do século XX padeceu a súa obra asistencial. Luis déixanos pegada das intervencións urbanísticas que fixeron desaparecer parte do legado dos benefactores e o estado de abandono do estanque e outros grupos escultóricos próximos no caso do Pasatempo, un parque no que tamén recolle as imaxes das intervencións modernas que afectaron ao xardín.

Un autorretrato podería pechar este achado de imaxes; Luis Veiga Cadaveira sentado diante dun espello, simulando sen sabelo a xa mencionada Vivian Maier quen elevou esta práctica da introspección a unha mestría fotográfica. Con esa cámara que vemos fronte ao espello,



11 - VIII - 70 - Mino

disegno hecho per Rosina Menting Barol

Luis Veiga deixounos unha pegada discreta, improvisada, con certa distancia da vila de Betanzos nos anos 80. Un documento gráfico, único e singular que suma a súa achega á memoria colectiva e á comprensión histórica da nosa cidade.

BOURDIEU, P. (1979). La fotografía: un arte intermedio. Editorial Nueva Imagen.

BAJAC, Q. (2011). La invención de la fotografía, la imagen revelada. España, Editorial Blume.

MAHOU, B. (2018). Una vida prestada. Editorial Lumen.





LVC

CUINA I FOTOGRAFÍA



ALCACHOFAS COCIDAS

Prepárense las alcachofas quitando las hojas verdes y partidas por la mitad frótense con limón.

Se cuecen con agua en la que se hayan desleído una cucharada de harina y sazonado de sal y limón. Póngase a cocer a fuego suave, y una vez bien cocidas, se escurren, sirviéndolas en una legumbre.

Puede servirse aparte una salsa holandesa o de tomate

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 235

ALCACHOFAS CON ACEITE Y VINAGRE

Se quitan las hojas exteriores y se cuecen en agua salada. Ya cocidas se ponen en agua fría; se escurren bien. Se prepara una fuente y se sirven con una salsa de aceite y vinagre.

L.V.C.

ANGUILAS CON SALSA DE ALMENDRA

Se escogen anguilas que sean de buen tamaño; se limpian y cortan en trozos grandes e iguales, se salan y se pasan por harina, friéndolos en aceite, y cuando estén dorados se colocan en una cazuela. Se llena ésta con suficiente agua para que cubra justamente los trozos de anguila, y se deja cocer lentamente.

En el aceite sobrante, se fríen un ajo, unos costroncitos de pan y unas hojas de perejil. Se machacan en un almirez, un ajo crudo, el ajo, pan y perejil fritos, y unas cuantas almendras tostadas, formando una pasta fina a la que mezclaremos un poco del aceite sobrante de la sartén, y un poco de pimienta blanca en polvo. Se disuelve esta salsa con un poco de agua hervida y se hecha a la cazuela de las anguilas. Se rectifica de sal, y se deja cocer por espacio de unos 10 o 12 minutos.

Ignacio Doménech, La Teca, 112

ANGULAS AL ESTILO DE VIZCAYA

Por cada 500 gr. de angulas bien frescas, se ponen en la sartén sobre fuego dos decilitros y medio de aceite; se fríen dos o tres ajos



mondados y uno o dos pimientos picantes secos cortados en tiras finas y pequeñas.

Cuando esto esté bien frito se le unen las angulas, removiéndolo bien sobre fuego hasta que todo quede bien rehogado; echar un poco de zumo de limón, y algo de sal, si hiciera falta.

Sírvase recién hecho.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 190

APIT A LA CREMA

Es talla el apit a trossos de la mateixa mida, que's fan bullir cosa de deu minuts; es posen en una cassola untada de mantega, es salen, s'hi tira caldo, un xic de vi blanc i el suc d'una llimona, es gàn coure a foc suau tapats amb un paper, es traslladen a una plata, es cobreixen amb una beixamel, i's serveixen.

Art de ben menjar

ARRÒS AMB ESCAMARLANCHS

Per a una lliura i mitja d'arròs es preparen una lliura d'escamarlans i un parell de dotzenes de musclos. Es fan a trossos eles escamarlans i's posen a sofregir a la cassola. Quan ja hi son, es treuen, i en la mateixa cassola es fa sofregit amb una ceba grossa, dos o tres tomàquets, sal, julivert i una mica de pebrot vermell; després s'ha ajunten els escamarlans, els musclos i l'arròs fent-ho sofregir una estona tot plegat. S'hi posa l'aigua amidada i's fa bullir amb un bon foc.

La mida es una tassa d'arròs per dues d'aigua.

Art de ben menjar

ARRÒS AMB PEIX

Es posa a la casola oli, i quant sigui ben calent s'hi tiren mitja lliura de calamars y tres unces de llagostins, a fegint-hi pocs moments després dues cebes ben trixades i un gra d'all. Quant ha pres colors, s'hi ajunta salsa de tomàtec, sal i pebre vermell, i quant tot es ben sofregit s'hi posa una lliura i mitja d'arròs, donant li uns quants toms fins que s'agi



begut tot el such. Aleshores s'hi afeixeix aigua bullenta fente que si hi ha en la cassola un dit d'arrós, n'hi hági dos d'aigua.

Al morter s'hi piquem uns brins de safr-á torrar, un grá d'all, una mica de sal i un raig d'oli, ajuntant-ho al arrós amb tres unces de congre i un parell de dotzenes de musclos que s'hauran fet obrir trayent-ne mitja closca.

Té de courer quinze minuts, i s'ha de deixar reposar una estona.

Art de ben menjar

ARROZ A LA MILANESA

Se fríe lentamente con mantequilla una cebolla menudamente picada. Cuando esté dorada se agregan tomates en bastante cantidad y algunos pedacitos de jamón; déjese que se fría todo bien. Añádase el arroz, désele una vuelta para que se sofría y échese luego el agua necesaria.

Cuando el arroz esté a medio cocer, se le añade queso rallado y se deja terminar la cocción.

El arroz debe tenerse algunos minutos en reposo antes de hervirse.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 117

ARROZ ABANDA

Se prepara un buen caldo de pescado, con pescados propios para el arroz, rape, gallina de mar, mejillones, langostinos, almejas, etc. Junto con sal, pimienta en grano, tomillo y laurel, procurando que el pescado quede cocido y entero.

En una paella puesta al fuego con aceite se rehogará cebolla picada y cuando tome color se le agrega el arroz al que se le dará un rehogo; mojarlo con el caldo del pescado, azafranarlo un poco pronunciando el color; cuando falte poco para que esté cocido se mete al horno con el fin de que quede bien seco, sirviéndose en la misma paella. En una fuente a parte se sirven los pescados bien escurridos.

Puede servirse una mahonesa o alioli para el pescado.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 61



ARROZ CON BACALAO (para cuatro personas)

300 gr. de bacalao (morro); una libra de arroz; una libra de tomates; 5 gr. pimentón; un litro de agua hirviendo; dos dientes de ajo; 100 gr. de cebolla; dos pimientos morrones; dos decilitros de aceite; perejil y azafrán.

Se rehoga la cebolla picada con el aceite, y cuando esté dorada, se le añade un diente de ajo y perejil picado; se agrega el tomate pelado y trinchado y el pimentón.

Se pone el bacalao sobre unos carbones a fin de que se tueste un poco y luego se desmenuza, quitándole las espinas, se lava con abundante agua fría, se escurre y se incorpora a la cacerola. Se sazona con sal y un poquito de pimienta. Se cuece durante unos 15 minutos y se le añade un litro de agua. Al empezar a hervir se le añade el arroz, y el ajo y el azafrán machacado en el mortero, y los pimientos morrones cortados a tiras, y se deja cocer veinte minutos.

Ignacio Doménech

ARROZ CON BACALAO (para cuatro personas)

Se deshacen 250 gr. de bacalao y se desala en abundante agua fría; se exprime bien del agua y se deja en forma que no se amontone.

Se ponen a cocer en un litro de agua tres docenas de mejillones con un poco de laurel y orégano, y cuando estén cocidos se separan del caldo y se les quita la mitad de la concha. El caldo se reserva para el arroz.

Sobre fuego vivo se pone una cazuela con una jícara de aceite, y en el se fríen una cebolla grande bien trinchada y dos pimientos frescos (verdes o rojos) cortados a pedazos. Cuando empiece a dorarse, se añade el bacalao, junto con un ajo y perejil bien picadísimo, y se refrie todo; puede ponerse también un poco de canela y pimienta en polvo. Se le echa, 350 gr. de arroz, se refrie el conjunto y se le añade el caldo de los mejillones a razón de algo más de dos tazas por cada taza de arroz en crudo.

Se hace cocer vivamente, se le añaden los mejillones, y un ajo picado



con un poco de azafrán, que se disuelve en un poco de agua. Rectifíquese de sal y añádase 33 gr. de queso de bola rallado.

Cuando esté algo más de medio cocido, se cubre la parte superior con una ligera capa de huevo batido (dos huevos) se cubre con un poco de queso rallado y un poquito de sal; se gratina al horno.

Se sirve cuando esté cocido y resulte seco y dorado.

Ignacio Doménech, La Teca, 51.

ARROZ CON ESCABECHE

Se fríen ajos y tomate. Se machaca un ajo crudo, pimienta y azafrán y se rehoga esto en el frito. Se echan el arroz y el escabeche y después de darle una vuelta, se agrega el agua caliente (tres tazas de agua por una de arroz).

Al separarlo del fuego se le ponen pimientos verdes asados o pimientos morrones.

Puede hacerse lo mismo con otra clase de pescado en lugar del escabeche.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 117

ARROZ CON PESCADO

Póngase a freír en una cacerola con aceite, cebollas, ajos y tomates; cuando esté medio frito se echa el pescado y se deja cocer durante cinco minutos. Después se añade el arroz y el agua correspondiente, y cuando el arroz esté medio cocido se le echa un majado de ajos y perejil picados, pimienta, azafrán, canela, aceite crudo y zumo de limón.

Antes de apartarlo del fuego se le ponen al arroz algunos guisantes cocidos y tiras de pimiento asado, y antes de servirlo se deja reposar durante cinco minutos.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 114

ARROZ ESPECIAL

Se pone una cazuela de tierra al fuego con aceite, cebolla, tomate,



pimiento, y bacalao cortado a pedazos y sin espinas; se refríe todo. Se añade el arroz, mojándolo con agua, un poco de azafrán y una hoja de laurel.

Cuando esté cocido y seco, se le echa por encima unas cucharadas de alioli

Ignacio Doménech, La Teca, 38

ARROZ CON BACALAO PERDIDO

Es el mismo arroz anterior, pero sin alioli.

Cuando el arroz está cocido se adorna con mejillones salteados con salsa de tomate y sin las cáscaras. El arroz no ha de verse.

Ignacio Doménech, La Teca, 68

ATÚN AL ESTILO DE NIZA

En el centro de una concha de servir entremeses se pone una línea de pedazos de atún en escabeche, y por encima se ponen alcaparras, perejil o perifollo fresco picado.

Sazónese de sal, aceite y vinagre y un poco de pimienta blanca en polvo.

Alrededor se pone una ensaladilla de patatas bien sazonada de aceite y vinagre, y encima de estas rodajas de tomate finísimas, bien sazonadas antes de sal, y un chorrito de aceite.

Ignacio Doménech, La Manduca, 139

ATÚN GUIADO A LA BILBAINA

Se calculan tres filetes de atún por persona. Una vez cortados, limpios y sazonados de sal y zumo de limón, se colocan de plano en una lata de reborde o tarterita untada de aceite.

Encima de cada filete de atún se cubre con una ligera capa de pasta de tomate o salsa; cúbrase con una combinación de miga de pan, o galleta molida, a la que se habrá mezclado un poco de ajo y perejil picadísimo.

Róciese ligeramente con aceite fino y se cuece en el horno durante



unos 12 o 14 minutos.

A falta de horno se coloca la tartera encima del fuego de carbón (no mucho) y encima se pone una lata de carbones encendidos.

Se adorna el atún con pedazos de limón.

Ignacio Doménech, La Manduca, 122

ATÚN A LA CATALANA, Medallones de

Se escoge atún o bonito fresco, calculando unos 500 gr para 4 personas. Se cortan unos fletes pequeños (dos o tres por cada ración) de forma cuadrada u ovalada; se aplastan un poco y se sazonan de sal y zumo de limón. Luego se mojan con aceite fino y se pasan por miga de pan blanco. Colóquense en una tartera y media hora antes de servirse se meten en el horno.

Una vez asado, se cubre la fuente en que se sirva con una salsa de mejillones.

Ignacio Doménech, La Manduca, 136

BACALAO, Albóndigas de

Bacalao hervido o sobrantes de otros platos, bien machacado. Se le añade miga de pan remojada con leche, un huevo crudo, sal, pimienta, canela, perejil picado y una cucharada de harina. Se mezcla todo bien, se modelan las albóndigas y se fríen en aceite. Una vez fritas se ponen en una cazuela y se cubren con una salsa marinera compuesta por un ajo picado, azafrán y avellanas tostadas. Se hace hervir todo junto por espacios de 25 minutos.

Ignacio Doménech, La Teca, 90

BACALAO A LA AMERICANA

Se deshace el bacalao en hilachas en crudo, pero previamente desalado. En una cazuela con abundante aceite, se deja rehogar con un diente de ajo entero; se echa cebolla cortada algo fina, pimiento colorado cortado a tiras y tomates en abundancia sin piel ni semillas.

Se tapa bien y se deja cocer con muy poco fuego, porque este guiso no



lleva agua y es muy sabroso.

La buena cocinera, 146

BACALAO A LA BANDERA

Se cuecen trozos de bacalao que sean gruesos y se desojan en la fuente en que han de servirse.

Se prepara una salsa mahonesa con ajo y abundantes huevos y se echa por encima del bacalao. Luego se adorna con pimientos de conserva cortados en tiras.

La buena cocinera, 145

BACALAO A LA BECHAMEL

El bacalao desalado se cuece con agua, apartándolo del fuego antes de que hierva, para que se desale bien.

Se pone en una cazuela con aceite, se fríen cebollas, ajo, perejil y el bacalao. Después se machaca azafrán, pimienta, canela y unas nueces y se pone con una cucharada de harina y leche, hasta que cueza bien.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 207

BACALAO A LA CATALANA

Se corta el bacalao en trozos regulares, se coloca en una placa y se rocían con un poco de aceite; luego se meten en el horno.

En una sartén se fríe una cebolla picada menudamente y cuando tome color se añade un poco de tomate, pimentón rojo y algo de caldo, agregando además un picado de azafrán ajo y almendras tostadas. Se deslíá con unas gotas de aceite y caldo, y se deja cocer en el horno durante veinte minutos.

Se vierte al bacalao ya asado, y se pone a cocer en el horno durante unos diez minutos.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 173

BACALAO A LA MALLORQUINA

Teniendo el bacalao cortado a trozos y remojado, se hierve durante dos



minutos. Cocido y escurrido, se pasa por harina y huevo batido y se fríe en aceite hasta que los pedazos queden dorados y se colocan en una cazuela.

Con el mismo aceite se fríe una cebolla y perejil, todo ello bien trinchado y cuando esté frito se añade una cucharada de pimentón.

Se junta con el bacalao, añadiendo leche hasta que lo cubra. Se tapa y se deja cocer poco a poco por espacios de media hora.

Ignacio Doménech, La Teca, 98

BACALAO A LA NUMANCIA

Se ponen a cocer igual cantidad de judías verdes y patatas, junto con una hoja de laurel, y cuando estén medio cocidas se les junta el bacalao cortado en pedazos y convenientemente desalado.

Cuando todo está bien cocido, se le quita la tercera parte del agua de su cocción.

En un almirez se machacan azafrán y ajos, que se mezcla con una regular cantidad de aceite y el caldo restante del bacalao. Se vierte en el puchero en que se ha cocido el bacalao, se tapa herméticamente y se deja cocer durante unos diez o quince minutos.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 175

BACALAO A LA PEREZOSA

En una cazuela de barro con aceite, se requema un ajo; se retira este y se ponen los pedazos de bacalao desalados de antemano. Se les da una vuelta en la cazuela sin que se doren mucho, y se cubre de tomate del tiempo picado, perejil, pimienta en polvo, y se tapa.

Poco antes de terminar la cocción se le añade un ajo machacado en el almirez, y algo de aceite crudo. Rectifíquese de sal y sírvase en la misma cazuela.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 173

BACALAO A LA SUECA

Se cuece igual cantidad de patatas y bacalao remojado de antemano.



Se escurren bien cuando están cocidas ambas cosas y se ponen las patatas en una vasija, uniéndoles el bacalao desmenuzado cuidadosamente después de haber separado las espinas y la piel del mismo.

Se empasta todo con ayuda de un tenedor formando una especie de puré burdo; sazónese con una yema y un huevo entero, hierbas finas, zumo de limón y pimienta.

Se forman albondiguillas con este conjunto, se pasan por harina y se fríen en aceite bien caliente a color dorado.

Bien escurridas se sirven en una fuente adornadas con perejil en rama y pedazos de limón. Sírvasse aparte una salsa de tomate o tomate frito bien sazonado.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 175

BACALAO A LA VIZCAÍNA

Se fríe el bacalao desalado. En el mismo aceite se fríe bastante cebolla picada, y cuando está dorada se fríe una tostada de pan, un ajo y una rama de perejil, añadiendo una cucharada de harina. Cuando todo esté bien frito se mezcla con la carne raspada de 8 pimientos choriceros, que se habrán cocido aparte, quitándoles las venas y las semillas. Se deja cocer todo un buen rato a fuego lento y se pasa por un colador, obteniendo salsa espesa.

Se coloca el bacalao en una cazuela y se vierte la salsa por encima, y después de cocer un rato a fuego lento moviéndolo par que no se pegue, puede servirse.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 204

BACALAO A LA VIZCAÍNA (en crudo)

Desalado y hecho trozos, se pone en una cazuela llana una capa de bacalao, luego otra de cebolla cortada a tiritas delgadas, bastante tomate mondado y picado, bastante pimiento verde y así sucesivamente, procurando que no sea la última capa la del bacalao. Se rocía por encima con bastante aceite, se pone un poco de canela



molida y un poco de pimienta y se pone a la lumbre, dejándolo hervir hasta que quede en su punto.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 204

BACALAO A LA VIZCAÍNA

Proporciones para cinco personas: Bacalao remojado cortado a trozos, 600 o 700 gr; cebollas 300 gr; tomates 400 gr; pimientos encarnados 200 gr; aceite 4 decilitros; harina 50 gr; pimientos secos choriceros, tres o cuatro piezas; siete u ocho costrones de pan frito, sal, pimienta blanca en polvo y un poco de pimentón encarnado, perejil picado.

Primera operación: Pasados los trozos de bacalao por un escaldado de agua hirviendo, y escurrido, se le separan la mayoría de las espinas. Pasarlo a continuación por la harina y se fríen a bonito color con abundante aceite hirviendo; luego se escurren bien del aceite.

Con el aceite sobrante, o añadiéndole más, pues no debe hacerse con escasez, se fríen las cebollas trinchadas finas y dos o tres ajos; ya dorados, se le echan los tomates del tiempo trinchados, tomillo y laurel, pimienta y pimentón (poco), los pimientos choriceros (remojados de antemano), dos otros rebanadas de pan frito y se dejan cocer bien hasta que la cebolla esté bien cocida. En este punto se pasa toda la salsa por un colador o por un buen cedazo y se vuelve a cocer de nuevo, echándole, si fuese necesario, un poco de sal.

Segunda operación: En una cazuela de barro, de fondo plano, se colocará el bacalao frito en el fondo; por encima se le echa toda la salsa espesa; se extienden sobre la salsa, los pimientos encarnados (de lata) cortados en tiras finas, o en su lugar, pimientos frescos; se espolvorea el conjunto con pan rallado mezclado con un poco de perejil picado, se rocía con un chorrito de aceite y se mete al horno fuerte durante unos veinte minutos, cuidando bien de que no se queme por encima y de que solamente se dore la superficie.

Si no se dispone de horno, se coloca encima de la cazuela una tapadera. Puede adornarse con costrones de pan fritos.

Ignacio Doménech, La Manduca, 169



BACALAO AL ESTILO DE ARRIERO

Se cuece el bacalao, se escurre y se pone en una fuente, poniéndole encima la siguiente salsa.

Se fríe en aceite con un ajo y se añade pimienta e igual cantidad de vinagre que de aceite. Se echa la salsa encima del bacalao y se sirve caliente.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 207

BACALAO AL HORNO

Se pone en trozos en una cuajadera con perejil, ajos, tomates, ruedas de naranjas, aceite crudo y pimienta. Se cuece al horno o a fuego lento con ascuas sobre la tapadera, para que salga doradito por encima.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 206

BACALAO AL PILPIL

Se pone a cocer el bacalao bien desalado, en agua con laurel, tomillo y una cebolla.

En una sartén con aceite algo abundante se fríen cuatro o cinco ajos enteros; cuando queden bien dorados, se retiran los ajos, que solo han servido para perfumar el aceite y téngase un poco caliente.

Al bacalao recién cocido se le separan las pieles y las espinas, se desmenuza muchísimo. Se coloca en una cazuela de barro de fondo plano y honda, se mueve mucho, como si fuese un puré, mezclándole poco a poco el aceite en que se han frito los ajos, y continúese cociendo hasta que haya absorbido el suficiente aceite y rectifíquese de sal. Puede añadirse unas gotas de vinagre, algo de perejil picado y pimienta.

Se sirve en la misma cazuela.

Ignacio Doménech, La Manduca, 92

BACALAO APAGADO EN VINAGRE

Desalado y frito, se saca del aceite y se fríen ruedas de ajos; se le tuesta una cucharada de harina y se echa allí el bacalao y perejil picado.



Enseguida se le añade un poco de vinagre y se aparta después de haber hervido.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 206

BACALAO CON PATATAS (Para cuatro personas)

Se tiene preparada una libra de bacalao desalada y 3 libras de patatas mondadas y cortadas a grandes trozos, En una cazuela adecuada se ponen una cebolla cortada a pedazos y dos ajos, junto con dos o tres cucharadas de aceite crudo; se rehoga un poco y se ponen las patatas, el bacalao encima a fin de que no se deshaga, un ramo de perejil, una cucharada de café, de pimentón y media hoja de laurel. Se llena de agua hasta cubrir todos los componentes y se pone a cocer a fuego moderado.

L.V.C.

BACALAO CON PATATAS

Se fríen en una cazuela cebolla y tomate; cuando esté frito se agrega un poco de pimentón y se echan las patatas, dos o tres de ellas embarradas de harina. Se moja con agua y se deja hervir. A los cinco minutos de cocción se añade el bacalao cortado a pedazos, junto con una picada de azafrán, ajos y avellanas tostadas, todo bien majado en el mortero, en el que se pondrán además dos cucharadas de aceite y un poco de salsa de bacalao.

Cuando esté cocido se rectifica de sal.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 205

BACALAO CON PATATAS

Desalados y fritos los trozos de bacalao, se colocan en una cacerola con abundante cantidad de patatas.

Con el mismo aceite en que se ha frito el bacalao, se fríe una cebolla picada, un ajo y perejil, un poco de tomate; mójese con agua y déjese cocer. A mitad de cocción se le añade un poco de pimienta blanca en polvo y algo de azafrán.



Cocción lenta y tapada.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 174.

BACALAO CON TOMATE

Se fríe primeramente el bacalao; luego la cebolla cortada en filetes y al empezar al tomar color se agrega tomate del tiempo en abundancia, pimienta y laurel.

Se pone el bacalao con el tomate, un ajo y perejil picado cociéndolo durante media hora.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 175

BACALAO FRITO

Se desala bien y se corta en trozos, que se pasan por harina y se fríen con aceite muy caliente hasta quedar bien dorados, Pueden freírse pasándolo también por huevo batido.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 175

BACALAO FRITO REBOZADO

Se baten huevos mezclados con harina. Se bañan los trozos de bacalao, previamente desalados, en dicha masa y se fríen a lumbre regular, para que se vayan recalando.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 206

BACALAO GUISADO DE UNA BILBAINITA

Después de bien desalado, se reboza de harina y se fríen ocho trozos. Se colocan en una cazuela.

Se pica ajo, bastante cantidad de cebolla y perejil, y cuando esto está un poco frito, se pone pimienta y pimentón, y un poquito de agua. Se echa encima del bacalao y se hace cocer. Finalmente se bate un huevo con vinagre y se añade al bacalao, probando si está bien de sal.

Ignacio Doménech, La Manduca, 213

BACALAO SUPREMO



Desalado y hecho tiritas o hilachas el bacalao échese en agua fría y póngase al fuego hasta que de un hervor. Luego colóquese en la fuente en que haya de servirse.

Macháquese bien en el mortero dos yemas de huevo cocido y un poco de ajo y hágase una salsa agregando aceite crudo y unas gotas de zumo de limón; todo bien trabajado como una mahonesa. Cuando la salsa levante unas ampollitas, se echa por encima del bacalao y se pone alrededor de este huevos duros cortados en rodajas y ramitas de perejil.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 208

BACALLÀ A LA CATALANA

Es fregeix el bacallà enfarinat.

A la cassola s'hi fá in sofregit de ceba trinxada, tomàtec i un pols de farina, afengit-hi l'aigua necessaria i sal. Quan bull s'hi tiren un parell de lliures de pesols, i quan aquest son a mig coure s'hi agrega el bacallà i trossos d'escarxofa que já's tindrán fregits.

Un quart abans de servirse s'hi posarán tres ous durs partits per la meitat.

Art de ben menjar

BACALLÀ A LA LLAUNA

En unes llaunes a propòsit amb una miqueta de vora, s'hi posen uns talls de bacallà fregit.

Amb el mateix oli que s'ha fregit el bacallà, es fregeix una regular cantitat de tomàtec del temps, trinxat i ben assaonat. Aquest tomàtec es reparteix per sobre del bacallà i en el fons una regular cantitat de vi clar ordinari; julivert i all abundant ben trinxat repartit al damunt del tomàtec; es ruixa amb oli i es cou amb gran cura al forn.

A part es poden servir unes patates fregides al moment.

Ignacio Doménech; Apats, 189.

ALTRA BACALLÀ A LA LLAUNA



Ben dessalat i tallat a trossos es posa el bacallà en una plata que vagi al forn amb oli cru, all julivert i tomàtec trinxat, un pols de pebre vermell i un xic de pa ratllat. Es posa al forn a gratinar.

Es pot fer igualment fregint abans el bacallà.

Art de ben menjar

BACALLÀ A LA PARISENCA

Es bullen uns quant s trossos de bacallà per a treuren després les espines i axafarlos al morter. En una casserola amb oli s'hi fá courer una ceba blanca trinxada, amb foc suau, sense deixar que's torri. S'hi afegeix al bacallà es treu del foc la casserola, s'hi tira mantega, es remena fort, i se'n vá tirant més a mida que el bacallà la vá absorbint. Quan la pasta es ben lligada, se l'acaba d'assahornar amb llimona, julivert picat, i nou moscada, í's serveix amb crostes de pá al voltant, fregides amb mantega.

Art de ben menjar.

BACALLÀ A LA PORTUGUESA

Es fa bullir el bacallà a trossos en una cassola. Quan es cuit, se l'hi treuen les espines í's pica al morter. Apart es fa una beixamel amb mantega, farina i llet. Quan es freda s'hi posen dos rovells d'ou, ajuntant-ho amb el bacallà picat, i assanhonant-ho amb sal i pebre. Al últim moment s'hi afegeixen dues clares muntades, remenant-ho bé. Aleshores es posa en una plata al forn fins que's dauri.

Art de ben menjar.

BACALLÀ A LA VISCAINA

Es talla el bacallà a trossos, s'aixuga amb un drap s'enfarina í's fregeix amb oli ben calent. S'escaliven una lliura de tomàtecs, s'els treu la pell i 's piquen ben picats. Es posa una cassola al foc amb oli, i quan es ben calent s'hi tira una ceba ben trinxada. Quan es rossa s'hi tiren els tomàtecs i dos grans d'allencers í's deixa courer.

En una plata que vagi al forn s'hi col-loca el bacallà s'hi tira sobre una



picada d'atmetlles i un pebrot vermell sec també picat, i després la ceba i el s tomàtecs que já son ciuts, posant-hi ademés unes quantes patates bullides.

Es deixa al forn una mitja hora.

Art de ben menjar

BACALLÀ A LA VISCAINA

Es posa el bacallà crú i a trossos en una plata fonda que vaigi al forn. Per sobre s'hi tiren cebes trinza des en bastanta quantitat, julivert, alls, un prebot ver mell tendre, força tomàtec i 'oli necessari.

Es fica al forn, tapantlo un ratet per a que's cogui de dintre, i destapantlo després per a que's dauri.

Art de ben menjar

BACALLÀ AMB LLET

Es remulla morro de bacallà de la cua foradada, i tres hores abans de servir-se es treu de l'aigua i's cobreix de llet. S'escorre, s'enfarina i's fregeus, posant-lo despres en una plata. En la mateixa paella es fa un sofregit d'alls i julivert tinxats, s'hi barreija safrá i pebre; es tira damunt del bacallà, servint-lo ben calent.

Art de ben menjar

BACALLÀ AMB MONGETES SEQUES

Es bullen les mongetes com de costum. El bacallà es fregeix enfarinat. Es fa un sofregit de ceba, tomàtec i julivert picat, pebre negre i pebre vermell, colcant-hi el bacallà i l'aigua que li correspongui. Quan já es casi cuit si la salsa no es prú espessa s'hi tira una mica de farina i un moment avans de servirse s'hi afegeixen les mongetes.

Art de ben menjar.

BACALLÀ AMB MOTLLO

Es bull una lliura de bacallà i tres patates, i's pica ben bé al morter, En una cassola fonda es barreixa una unça de mantega, dos rovells d'ou,



una cullerada i mitja de farina i un got de llet, fent-ne una pasta a la que s'hi ajunta el bacallà remenant-ho bé.

El motllo s'unta de mantega, s'empolsa de galeta picada i si coloca la pasta dita; per sobre s'unta altra volta amb mantega i galeta, s'hi tira un raget de llet i's fica al forn fins que sia ben ros.

Art de ben menjar

BACALLÀ AMB PATATES

Quan es té el bacallà net, s'aixuga amb un paper estrega, s'enfarina i es fregeix. En una cassola amb oli calent s'hi posa una ceba trinxada, dos grans d'all, juvert, dos tomàtecs, una mica de pebre, una mica de farina, l'aigua necessària, després el bacallà i per últim les patates que já's tindran un xic enrossides, deixant-ho bullir que sia cuit.

Art de ben menjar

BACALLÀ AMB PATATES

S'agrafa un tros de morro de bacallà sec, i's posa a torrar a la brasa, fent-lo després a bocinets. En una cassola amb oli's fá un sofregit amb ceba, alls, tomàtec, julivert i els bocins de bacallà. Quan es ben sofregit, s'hi tiren les patates tallades a trossos desiguals, se'ls dona una volta, se les cobreix d'aigua i se les deixa courer a un foc no massa viu, posant-hi canyella i una mica de pebre vermell.

Art de ben menjar

BACALLÀ AMB ROMESCO

Es trinxen cinc o sis grans d'all en quatre o cinc trossos cada un, posant-los a la cassola amb unes quantes cullerades d'oli. Quan son ben daurats s'hi afegeix un bo xiquet de ceba també trinxada. A mitg courer s'hi posa tomàtec , i desseguida, unes patates a talls petits. Abans que sien ciutess'hi tira pebre vermell i canyella, i tot seguit el bacallà degudament remullat. Sol posarshi a talls, si bé alguns el prefereixen esquinsat, s'hi donen algunes temenades, i s'hi aboca un xic d'aigua per a la completa cocció de les patates. Quan já son cuites s'hi afegeixen



mongetes que já's tindrán bullides: ha de quedar amb una mica de suc. Es te preparat alioli i aclarint-lo al morter amb aigua calenta s'aboca a la cassola en el mateix morter es pica safrà i s'hi tira romesco (que es un pebrotet petit) per a donarli color i gust. Despres d' assegurar-se de que está bé de sal, se li fá arencar el bull i es serveix.

Art de ben menjar

BACALLÀ AMB SALSA MAHONESA

Es bull el bacallà amb una ceba i patates. Quan es cuit es fá a trossets, trayent l'espina i la pell. Es coloca en una plata junt amb les patates i la ceba, i ademes cogombres i olives, i s'hi tira una mahonesa per sobre.

Art de ben menjar

BACALLÀ GALLEC

Es fá bullir bacallà i un parell de patates; quan es cuyt se i hi treuen les espines i la pell i's pica al morter, Després en una plata que vaigi al forn, es col-loc a el bacallà amb una mica de llet, una mica de mantega per sobre i una capa de formatge ratllar, posan-lo al forn fins que sia daurat.

Art de ben menjar

BACALLÀ GRATINAT AMB MONGETES

Es té preparat el bacallà fregit i les mongetes blanques cuites senceres. En una cassola de terra es coloca per capes, mongetes escorregudes, talls de bacallà, una mica de ceba fregida. Es cobreix totalment amb una salsa de tomàtec ben assanada i una mica aclarida amb el suc de les mongetes. Es rectifica de sal (se li pot afegir una picada de safrà, all i ametlla torrada) es cobreix amb molla de pá ratllada, es ruixa amb oli i es gratina al forn a bonic color daurat.

Ignacio Doménech, Apats, 191

BACALLÀ OFEGAT

En una olla de terra s'hi posa oli, una ceba partida en quatre trossos,



una cabesa d'all, trossets de cansalada i mitja fulla de llorer. Quan es una mica ros, s'hi posa el bacallà remullat a talls, es tapa bé amb un paper d'estraça i's deixa couer amb poc foc.

Art de ben menjar

BARATS FARCITS

S'obren els barats per l'esquena, se'ls treu l'espina i's farceixen de lo següen. Es pica un ou dur, alls, julivert, i uns quants mulos, següns el nombre de barats que s'hagin de farcir. Aleshores es lligeun els barats amb un cordillet, i's couen a la brassa.

Art de ben menjar

BARATS BULLITS AMB CEBA

Es bullen els barats, i quan son frets se'ls treu l'espina i el cap, deixant sols els filets. Es col·loquen en una plata amb ceba crua tallada ben fineta, oli i vinagre l'sndeixen marinar un parell d'hores abans de servir-los.

Art de ben menjar

BERENJENAS A LA MALLORQUINA

Tiras o rodajas de berenjena sazonadas de sal y fritas en aceite.

Se sirven empolvadas de azúcar o untadas con miel, de la misma manera pueden servirse los boniatos.

Ignacio Doménech, La Teca, 205

BESUGO A LA MADRILEÑA

El besugo o besugos bien limpios. Se les hace en una cara cinco o seis cortes algo profundos, introduciendo en cada corte una rodajita de limón, sobresaliendo de la superficie del pescado. Se colocan en una tartera o besuguera, sazonándolos antes con sal, y se rocían con vino blanco.

Se cubren con una ligera capa de pasta de tomate y encima de esta una combinación de miga de pan rallada mezclada con ajo y perejil



trinchado, un poco de pimienta en polvo. Rocíese el conjunto con un chorrito de aceite crudo, vino blanco y se cuece al horno.

Ignacio Doménech, La Manduca, 43

BERENJENAS A LA ORIENTAL

Tres berenjenas regulares, cortadas en rodajas algo gruesas, se sazonan de sal, se pasan por harina y se fríen en aceite fino hasta que queden bien doradas. En un plato que resista la acción del fuego se ponen las berenjenas fritas, en capas.

Se prepara una buena salsa de tomate un poco cargada de cebolla que sea más bien espesa que clara; se pasa por un colador y se la cuece nuevamente rectificándola de sal. Se tira esta salsa por encima de las berenjenas. En un tazón se baten dos yemas de huevo con el zumo de un limón; se reparte por encima de las berenjenas, se ponen unas bolitas de manteca de vaca y se gratinan al horno.

Ignacio Doménech, La Teca, 203

BESUC A LA BRASSA

Es neteja trayent-li l'esdata; s'aixuga bé, s'hi tira sal, un raig de llimona i un xic d'oli, i's posa a courer a les graelles.

Apart, amb alls fregits, oli i vinagre, en poca quantitat, caldo i suc llimona, es f'a una salsa que's tira per sobre al moment de servir-lo.

Art de ben menjar

BESUC A LA LLAUNA

Se l'hi treu l'escata i se l'hi fan dos o tres talls al biaix, per a que's cogui millor. En una llauna s'hi posen rodones de ceba de mit centímetre de gruiz, fent-ne com un llit hont s'hi col·locará el besuc. Al voltant d'ell s'hi posen, alternades, rodanxes de ceba, patates i tomàtec. Damunt del besuc també se n'hi pot posar alguna, al gust del que l'arregla. Per últim, s'hi tira un bon raig d'oli i suc de llimona, i's fica al forn fins que's dauri.

Art de ben menjar



BESUC A LA MARSELLESA

Es neteja el besuc i s'hi fan uns talls, exprement-hi un bon raig de llimona. En una paella amb oli es fregeixa xen rodanxes fines de ceba, que's tiren sobre el besuc.

Apart es piquen alls, julivert, tápars i cogombres, tot lo qual es tira igualment sobre el besuc amb pebre ve vermell, mantega i un xic de caldo o aigua. Se'l posa al oc i's vá mullant per sobre amb el seu suc. Finalment es posa una estoneta al forn.

Art de ben menjar

BESUC FARCIT

Se l'hi treu l'espina i's farceix amb all, julivert, ou dur i musclos, tot trinxat. Es col·loca en una plata amb oli, llard y una copeta de vi ranci, i's porta al forn.

Art de ben menjar

BESUGO A LA VASCA

También puede emplearse cualquier otra clase de pescado. Se le hacen al besugo unas incisiones (pequeños cortes). Después de bien limpios sazónense de sal y pimienta y zumo de limón y tenerlo un buen rato también rociado de aceite.

Se asa poco a poco a la parrilla, mojándolo a menudo con aceite. Cuando quede bien asado, se pone en la fuente rociándolo ligeramente con vinagre. Por último, en una sartén se fríen unos ajos trinchados y un poco de laurel, y cuando queden bien dorados se vierte por encima el besugo.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 179

BESUGO A LA VASCA

Se hacen unas incisiones al besugo. Se sazona de sal y pimienta, zumo de limón, y se tiene un buen rato rociado con aceite. Se asa poco a poco a la parrilla, mojándolo a menudo con aceite. Cuando está asado se pone en la fuente rociándolo ligeramente con vinagre.



Se fríen en una sartén unos ajos trinchados y un poco de laurel, y cuando queden bien fritos se añade un poco de vinagre; se cuece un poco y se echa por encima del besugo.

Esta misma fórmula puede utilizarse para otra clase de pescados.

Ignacio Doménech, La Manduca, 110

BESUGO AL ESTILO CASERO

Limpio y secado el besugo con un paño, se corta en pedazos grandes, se pasa por harina y se fríe con aceite muy caliente hasta que se obtenga un bonito color.

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

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 180.

BESUGO AL HORNO

Después de limpio el besugo, se coloca en una besuguera con un par de cucharadas de aceite frito y un poco de agua, solo la suficiente para mojar la cola. En un tazón hacer un amasijo con pan rallado fino, perejil muy picado, cebolla picada, un diente de ajo, sal, una pizca de pimienta, un clavo y dos cucharadas de aceite frito.

Cuando esté bien mezclado añadir una copa de vino blanco.

Preparado ya todo, una media hora antes del almuerzo poner el besugo en el horno, que se tendrá preparado fuerte, y a los cinco minutos sacarlo. Se le hacen varias incisiones, poniendo en cada una media rueda de limón; se le unta bien con el amasijo, y al horno otra vez, para tenerlo veinte minutos, de donde puede servirse.

La cocinera perfecta

BESUGO ASADO

Se limpia el besugo bien, quitando las tripas por la parte de arriba; bien escamado y recortada la cola y las aletas. Se le hacen unas incisiones



por el lomo. Se machacan en un mortero unos ajos, perejil; se fríen un poco pan rallado, sin que llegue a dorarse, y se junta con los ajos y el perejil, formando una pasta con la que se rellena el besugo, que así mismo se reboza con dicha pasta. Se pone en una besuguera, que contenga aceite caliente y se asa. Se sirve con patatitas redondas doradas.

L.V.C.

BESUGO ASADO A LA MADRILEÑA

A un besugo entero perfectamente limpio se le hacen cortes, metiendo en ellos un pedacito de limón, y se pone en una tartera sazonándolo de sal, zumo de limón, aceite fino y un poquito de vino blanco, una hoja de laurel, y se asa en el horno cubierto de pan rallado, ajo y perejil picado y mezclado, rociándolo con su propio jugo varias veces. Puede también asarse sin el pan rallado, ajo y perejil picado.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 180.

BESUGO ASADO A LA PARRILLA

Para cuatro personas con un besugo regular de grande es suficiente. Una vez limpio, se le hacen unos cortes de través se sazona con sal y zumo de limón y se pasa por miga de pan blanco rallada. Se asa a la parrilla con gran cuidado hasta que se dore bien, humedeciéndolo varias veces con aceite. Sírvasse puesto en una fuente adornado con patatas cocidas y limón, acompañado de una salsera con salsa mahonesa.

Ignacio Doménech, La Manduca, 146.

BESUGO EXCELSIOR

En una fuente ovalada en la que pueda colocarse bien el besugo, se echan un par de cucharadas de aceite frito, poniéndole encima el besugo, y añadiendo una pequeña cantidad de agua. En un tazón se hace un amasijo de pan rallado, un diente de ajo y perejil, muy recortado todo. Se añaden dos cucharadas de aceite, también frito, sal,



pimienta y un poco de clavo de especia, y se aclara la pasta con un poco de vino blanco.

Se mete el pescado en el horno muy fuerte. Se le deja 5 minutos, y se saca para embadurnarlo bien con la pasta. Se le hacen después dos o tres cortes transversales para clavar en ellos medias ruedas de naranja, y se vuelven a meter en el horno. A los 20 minutos puede servirse.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 186

BOLETS A LA BRASA

Quan es tenen ben nets, es preparen en un plat tiránt-los-hi per sobre oli, julivert, alls picats, sal i pebre. Mentres couen s'hi pot anar tirant l'oli que queda en el plat on s'han preparat.

Art de ben menjar

BOLETS A LA LLAUNA

Quan es tenen ben triats se'ls dona un bull, s'escorren i's col·loquen a la llauna. En una paella, amb una bona cullerada de llard, es sofregeixen alls i julivert en bastanta quantitat, tomàtecs pelats i trinxats, sal, canyella i un pols de pebre. Quan ha cuit una mica es tira sobre els bolets, empolsant-los amb pá ratllat i's fica una estona al forn.

Art de ben menjar

BONIATOS CON TOMATE

Después de pelar los boniatos, se cortan en rodajas, poniéndolos en agua bastante salada durante 3 o 4 horas. A continuación, se echan en agua hirviendo, donde permanecerán unos minutos, escurriéndolos, poniéndolos nuevamente en agua hirviendo y dejándolos cocer hasta que estén tiernos.

Para medio kilo de boniatos se tendrá preparada una salsa hecha con dos cucharadas de aceite, una cebolla mediana y medio kilo de tomates sin piel ni pepitas. En esta salsa se ponen los boniatos después de cocidos y escurridos, dejándolos cocer muy lentamente por espacio de unos minutos.



BONIATOS FRITOS

Se preparan de la misma manera que los anteriores, sacándolos después de cocidos y cortándolos en tiritas como las patatas y friéndolos en aceite muy caliente.

BRANDALLA DE BACALLÀ

Es bull bacallà i papates amb llet. Es pica bé al morter, amb un grà d'alla i s'hi afegeix a poc a poc, com si fos una mahonesa. Té de quedar espés com un puré de patates, i's té de servir en una tartera, ben calent.

Art de ben menjar

BUNYOLS DE BACALLÀ FULLATS

Es prepara morro de bacallà remullat, ben groixut, i s'esfulla.

Es fá una pasta amb farina, sal i aigua, i al momento d'anar a servir-sen s'hinafegeix una clara muntada. Llavors, en una paella, amb bastant oli i ben calent, s'hi van tirant fulls de bacallà ben arrebossats amb aquesta pasta, fregint-los fins que sien rossos.

S'acompanyen amb moniatos o patates fregides.

Art de ben menjar

BUNYOLS DE PATATA

Es fa bullir una lliura i mitja de patates amb bastanta sal, i s'axafen al morter, afegint-hi dues cullerades de farina, dos ous i una bona cullerada de sucre.

A la paella, amb oli ben calent, s'hi tiren cullerades de la pasta, trayent els bunyols quan sien rossos, i servint-los amb sucre per sobre.

Art de ben menjar

BUNYOLS DE POMA

Es pelen pomes, millor que sien acides; es tallen a rodanxes ben fines i s' deixen amb rom un parell d'hores.

Es fáuna pasta amb farina, sal i aigua; quan es ben fina i al moment de fer els bunyols, s'hi afegeixen un parell de clares muntades i el rom



amb les pomes, barreiant-ho bé.

Es posa força oli en una paella, i quan es ben calent, s'hi van tirant cullerades de pasta, fent que cada una contingui un tros o dos de poma. Es treuen del foc i s'empolsen de sucre.

Art de ben menjar

BUNYOLS DE VENT

Es posa un cassó amb quatre xicres d'aigua, una d'oli, sal, una mica de canyella sencera i un troset de pell de llimona. Quan bull es treu la canyella i la llimona, i s'hi tira la farina, remenant sempre. Es treu aviat del foc i s'continua treballant la pasta, tenint en compte que com més treballada sia millor quedaran els bunyols. Aleshores s'hi posa un ou, clara i rovell, i es continua remenant. Quan la pasta ja se l'ha vegut, se n'hi posa un altre, remenant en cara una mica més. En una paella amb força oli, s'hi tiren cullerades de la pasta. Mentre els bunyols es van coent, es giren. Quant son rooso de per tot, es treuen del foc i s'empolsen de sucre.

Art de ben menjar

BUÑUELOS, pasta para

En un recipiente hondo se ponen cien gramos de harina, un poco de sal, una yema de huevo, unas gotas de aceite y un vasito de agua. Se trabaja bien hasta que quede una pasta espesa, lisa y fina. Se le mezclan dos o tres claras batidas al punto de merengue.

Ignacio Doménech, La Teca, 208

BUÑUELOS A LA BENEDICTINA (calientes)

Bacalao a la provenzal con parte de puré de patatas. Se marcan en forma de placas un poco avaladas. Se dejan enfriar por completo y luego se envuelven con pasta de freír ligera, friéndose a color dorado.

BUÑUELOS A LA SABOYA

En una cacerola se ponen dos jícaras de harina, un poquito de sal, la



ralladura de la piel de un limón, un palito de canela, y jícara y media de agua, que se irá añadiendo poco a poco, revolviendo bien el contenido hasta que no quede ningún grumo. Se pone a cocer revolviendo continuamente hasta que no quede nada adherido a la cacerola, formando el todo una bola; se deja enfriar un poco. Se añade a este bollo un huevo sin batir, y una cucharada de aceite bien caliente, revolviéndolo todo hasta que quede bien ligado. Se van formando bolas del tamaño de una nuez, y se irán echando en una sartén pequeña con mucho aceite, volteándolos hasta que tripliquen de volumen y estén dorados por igual.

Se escurren y una vez fríos se espolvorean de azúcar.

BUÑUELOS AL LIMÓN

Ingredientes: un huevo, un limón pequeño, 100 gr. de aceite, harina, 125 gr. azúcar, leche.

En un plato sopero se pone el huevo, la mitad del azúcar y el limón raspado. Se bate todo junto muy bien, y luego se añade la harina poco a poco, sin dejar de batir, y finalmente se agrega la leche. Se mezcla todo procurando que quede una masa homogénea, pero no muy espesa. Se toman cucharaditas de dicha pasta y se fríe en la sartén con el aceite caliente. Cuando estén dorados se escurren y se pasan por el resto del azúcar.

Se sirven fríos.

BUÑUELOS DE CALABACINES

Pueden hacerse también con berenjenas, alcachofas, tomatitos cortados en rodajas, coliflor o espinacas cocinadas y salteadas, etc.

Se escoge un calabacín tierno, se monda y se corta en rodajitas muy delgadas; espolvoréese de sal.

Pasados unos minutitos y estando la pasta de buñuelos lista, se despondrá una amplia sartén sobre fuego con aceite requemado, y con la punta de los dedos se coge pedazo por pedazo el calabacín y se envuelve bien con la pasta de freír que sea espesa, echándolos uno a



uno en el aceite que no esté demasiado caliente, a fin de dar tiempo de que se fría la legumbre del interior de la pasta. Por último, se les da más fuego, hasta que resulten bien dorados y costrillantes.

Colóquense en una fuente adornados con perejil frito y pedacitos de limón

La pasta de los buñuelos. En una vasija se ponen 100 gr. de harina, sal, una cucharada de aceite, una buena cucharada de agua; remuévase bien y se añaden dos claras montadas, procurando que la pasta quede bien lisa.

Ignacio Doménech, La Manduca, 233

BUÑUELOS DE MERLUZA A LA HOLANDESA

Se prepara la siguiente pasta de buñuelos.

En un recipiente se ponen 100 gr de harina, una yema de huevo, una cucharada de aceite, sal y un poco de agua. Se trabaja bien hasta que forme una pasta espesa y bien lisa, y se mezclan dos claras de huevo montadas a punto merengue.

Se preparan tiritas de merluza cortadas como cigarrillos sin espina ni piel, sazonadas con sal y zumo de vinagre calculando seis o siete pedazos por ración.

Media hora antes de servirse, se pone una sartén al fuego con abundante aceite y cuando hierva se fríen los buñuelos, pasando cada trozo de merluza por la pasta de freír.

Retirarlos cuando queden bien dorados y crocantes.

Se sirven adornados con trozos de limón y con salsa holandesa aparte.

Ignacio Doménech, La Manduca, 142

BUÑUELOS DE PLÁTANO

Se pone en un recipiente dos huevos, una cucharada de aceite de oliva, dos cucharadas soperas de ron, un poco de vainilla en polvo, un poco de nuez moscada, canela en rama y un poco de sal fina.

Revuélvase con una cuchara de palo, y añádase lentamente la cantidad de agua necesaria para obtener una pasta líquida pero no clara.



Se pelan cuatro plátanos y de cada uno de ellos se hacen cuatro pedazos. Se ponen en la pasta y se fríen lentamente hasta que queden dorados.

Pónganse encima de un paño para que queden bien escurridos de aceite: luego se colocan en un frutero en donde se cubren con abundante azúcar.

BOTIFARRA AMB MONGETES

Es punxa bé amb una agulla una butifarra crua ben bona, es posa a la parlla amb llard i's continua punxan de tant en tant mentes vá fregint. Quan es cuita, es treu i en el mateix llard es fregeixen les mongetes seques que já's tindrán bullides, deixant que quedin ben rosses i ben impregnades del llard de couer la butifarra. Aque ta es serveix en mitg del plat voltada de les mongete.

Art de ben menjar

BUTIFARRA A LA CATALANA CON JUDIAS

Se fríen las butifarras, las cuales se separan una vez fritas. En el aceite restante se fríen las judías, cocidas y bien escurridas.

Una vez las judías estén doradas se vuelcan en una fuente y se colocan encima las butifarras, sirviéndose.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 225

CABELLO DE ÁNGEL

Se corta una calabaza en cuatro o seis pedazos, se quita la corteza y se cuecen en agua abundante, y cuando se nota que se deshilacha, está cocida. Retírese del fuego, escúrrase el agua y sepárese todas las semillas, dejando la fruta perfectamente limpia. Se limpia la fruta con agua fría a chorro, puesta en un cedazo o colador a propósito, y escúrrase bien.

Se pone la fruta en una cacerola limpia con una corteza de limón y un poco de canela en rama, y se cubre abundantemente con azúcar cocido a punto de bola; por medio de un tenedor de trillar toda la fruta para



que se suelten bien los hilos.

Póngase a cocer a gran fuego moviendo la fruta a fin de que se agarre en el fondo. Cuando el jarabe llegue a 32º se retira y se envasa.

Ignacio Doménech, La Manduca, 223

CALAMARES A LA MARINERA

Se fríen en bastante aceite ruedas de ajos y se echan calamares en pedazos, con tinta o sin ella, bien rehogados. Se les añade un poco de pimentón, orégano y vinagre en proporción, y se cuecen hasta que estén tiernos y queden en una salsa reducida. Si se les quiere con más salsa, se fríe una cucharada de harina, y se añade un poco de agua.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 196

CALAMARES A LA ROMANA

Se lavan y cortan en filetes largos y estrechos. Se ponen en adobo con zumo de limón, pimienta, sal y aceite, permaneciendo así durante dos horas. Después se secan, enjuagan, y se pasan por harina y huevo batido, y se fríen. Se sirven bastante calientes

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 197

CALAMARES CON GUISANTES

Se fríen cebolletas, ruedas de ajos, perejil y tomate. Cuando estén casi fritos se echan los calamares cortados en pedazos y se rehogan bien, se les echa pimienta, azafrán y canela.

Cuando están bien rehogados se les añade el agua suficiente para que cuezan los calamares. Una vez tiernos, se les pone la sal (antes de que se endurezcan) y los guisantes. Ha de quedar empapadito de caldo.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 197

CALAMARES CON TOMATE

Después de limpios los calamares se saltean en una sartén con aceite, sal y pimienta; una vez salteados se echan en una cacerola y se cubren con una salsa de tomate, se les da unos hervores y se retiran



espolvoreándoles de perejil picado fino. Guarnición de costrones de pan recién frito.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 177

CALAMARES EN SU TINTA

Se pone a la lumbre una cazuela con aceite, y se fríe cebolla muy picadita. Cuando esté bien frita se dora un poco de harina y enseguida se echan los calamares, y se dejan dorar. Se machan en el mortero un ajo crudo y se le añade de la tinta de los calamares; este majado se deslíe con un poco de agua y se agrega a los calamares pasándolo por un colador, y se deja cocer.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 197

CALAMARES EN SU TINTA

Calamares pequeños, que al limpiarlos se les saca la bolsa de la tinta, que se deshace en un poco de agua o vinagre. Una vez bien limpios se cortan en tiras delgadísimas.

En una sartén puesta al fuego con aceite, se fríe bastante cebolla picada muy fina; cuando está un poco dorada se le añaden dos ajos picados finamente y se deja que se colore un poco más la cebolla, añadiéndole acto seguido una buena cantidad de tomates desprovistos de pieles y semillas y muy trinchados. Déjese sofreír bien y añádanse dos o tres cacillos de salsa de tomate hecha de antemano, dejando que se cueza bien esta composición y trasladándola luego a otra cacerola.

Los calamares se fríen en la misma sartén bien limpia, con aceite a fuego vivo, procurando queden rubios. Se mezclan a la salsa juntando la tinta de los calamares. No debe dejarse cocer mucho, para que no se vuelvan duros. Rectifíquese de sal, pudiéndose añadir un poco de pimienta en polvo. Deben quedar completamente negros.

Se sirven en fuente redonda guarneciendo los bordes con finas medias rodajas de limón; en el centro un poco de perejil picado finamente.

Ignacio Doménech, La Manduca, 79



CALAMARES ESTOFADOS

Para medio kilo de calamares.

Se preparan los calamares bien limpios y bien blancos, quitándoles todas las telas y las bolsas de la tinta; se cortan en anillas bien finas menos los tentáculos que se cortan en trozos.

Se ponen en una sartén o cazuela con una jícara de aceite una cebolla bastante grande cortada, uno o dos ajos y perejil picado, cuatro o cinco cucharadas de puré de tomate o en su lugar tomates del tiempo sin piel ni semillas bien trinchados, sal, un poco de pimienta blanca en polvo, un poco de canela, una capa de vino claro y una copa de aguardiente. Todo ello se prepara en frío y se mezcla bien.

Se tapa y se cuece a fuego suave, hasta que los calamares queden casi secos, y con solo un poco de caldo; se rectifican de sal, y se sirven.

Ignacio Doménech, La Teca, 88

CALAMARES RELLENOS

Se separan y pican las patas de los calamares después de bien cocidas, y se hace un relleno con ellas, jamón picado, pimienta, jugo de limón, miga de pan y huevo batido.

Se rellena el calamar con esta mezcla, se ata la parte superior y se colocan en una cuajadera con bastante almendra molida, aceite, sal, pimienta, azafrán y zumo de limón.

Se cuecen al horno y después se sirven.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 198

CALAMARES RELLENOS A LA MALLORQUINA

Se preparan unos calamares que sean pequeños y aproximadamente del mismo tamaño; se limpian bien las bolsas con agua caliente, y se dejan enfriar. Se ponen en una cazuela los tentáculos de los mismos picados menudamente, con una cebolla picada, una porción igual de pasas de Málaga partidas y sin las semillas, 20 gr. de piñones, un poco de pan rallado y uno o dos huevos según sean necesarios para que se forme una pasta consistente, que se condimentará con un poco de



pimienta y canela en polvo.

Con la mencionada pasta se rellenan las bolsas de los calamares, cosiendo la abertura con un poco de hilo para que no se vacíen durante la cocción. En una cazuela de tierra se calienta una regular cantidad de aceite en la que se pondrán los calamares, cociéndolos a fuego lento y removiéndolos de vez en cuando; una vez estén medio fritos, se les agrega un vaso de vino blanco. Se dejan cocer nuevamente hasta que se hayan consumido todo el vino, y se sirven en la misma cazuela con muy poco caldo. Es preferible cocerlos entre dos fuegos, con el recipiente tapado o en el horno.

Ignacio Doménech, La Teca, 87

CALAMARS ARREBOSSATS

Es tallen a quadrets, es piquen un xic amb la mà de morter, es salen s'arrebossen amb ou i pá ratllat, i es fregeixen am boli ben calent.

Art de ben menjar.

CALAMARS FARCITS

Quant es tenen els calamares ben nets, es piquen ben picades les potes y les ales. Per una lliura i mitja de calamares es tenen tres unces de carn de tocino, alls, julivert, mitja ceba y un tomàtec. Tot aixó ben barreijar a amb sal, cayella u una pica de pebre, es posa a la paell amb oli, sofregint-ho amb poc foc fins que s'hagi begut l'aigua que havia deprés, i's farceixen els calamares.

A la cassola es torna a fer un sofregir de ceba, alls, julivert, tomàtec i una picada d'atmetlles, amb l'aigua necessaria pera cobrir els calamares. Aquesta s'hi tiren quan arrenca el bull, amb uns quants rovellóns petits, deixant-ho bullir un parell d'hores amb poc foc.

Art de ben menjar

CALAMARS SALTATS

Es posen en adob a talls, am boli, suc de llimona, sal i pebre. Poca estona abans de servir-los es fregeixen am boli ben calent, i alls i



julivert trinxats.

Art de ben menjar.

CALDO A LA CATALANA (cocido catalán)

Se pone la olla con agua al fuego y se le incorporan bien lavados con agua fresca, un cuarto de kilo de carne, un hueso de cerdo, un poco de tocino, un pedazo de gallina, 100 gr. de garbanzos y sal; déjese cocer durante dos o tres horas.

Se prepara la pelota de la siguiente forma: se pica carne magra con un poco de ajo, perejil y canela, y se trincha muy bien; se coloca en un plato incorporándole un huevo crudo, miga de pan rallada y un poco de pimienta, y se espolvorea con harina, dándole forma redonda y alargada.

Se echa la pelota al caldo junto con una butifarra, una discreta cantidad de col verde y unas patatas enteras mondadas. Una pequeña cantidad de azafrán.

Pasada una media hora de cocción queda hecho el cocido. Con el caldo se hace la sopa, y se sirven las carnes, verduras y legumbres bien escurridas de caldo.

L.V.C.

CALDO DE PEIX

Amb aigua, ví blanc, una mica de vinagre, llart, sal, un brot de romaní, farigola, llorer i especies es couen peixos grossos. El caldo serveix pera sopes i el peix pot servir-se amb una salsa. En aquest caldo hi va molt bé una picada de dos ous durs, safrá i un grá d'all.

Art de ben menjar

CALDO PARA ENFERMOS

Se pone una olla o marmita con agua al fuego, y en ella un buen cuarto de gallina o un pichón, medio kilo de carne magra de vaca, un blanco de puerro o un trozo de cebolla, algunos trozos de perejil y la sal necesaria.



Se espuma bien y se deja cocer muy despacio durante unas tres horas.
Es un caldo muy adecuado para niños y personas delicadas
Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 31

CALDO VEGETAL PERA MALALTS

Es posa al foc una olla amb tres litres d'aigua quan bull s'hi tira una unça i mitja de cigrons, una i mitja de faves seques, igual quantitat de monjetes, pésols, una patata grossa, tres pastenegaues, dos naps, una xiribia, dues cullerades d'arrós; herbes tendres de julienne i sal. Es deixa bullir fins a que quedi reduït a la meitat, es pasa per un colador i ja pot servir-se.

Art de ben menjar

CAPSETES DE BACALLÀ BUFAT

Es posa a bullir uja lliura de bacallà remullat. S'es corre, se li treu la pell i les espines, es posa al morter amb tres patates bullides, i tot barreijat es pica i dexa ta, convertin-ho en pasta a la que si aferiga mitja copa de nata, una unça i mitja de mantega i quatre rovells d'ou. S'hi tira sal, una mica de pebre i nounmoscada, i s'hi barregen les quatre clares dels ous que que s'haurán monta a part. Amb aquesta pasta s'omplen unes capsetes de paper es posen al forn bastant fort, i's serveixen.

Art de ben menjar

CARDS A LA "GRATIN"

Es pelen, es fan a talls, es posen a bullir amb aigua salada, s'escorren, es col·loquen en la plata, s'hi tira una bejamel de llet, farina i mantega, i's posen al foc a daurar.

CARDS AMB MANTEGA

Es bullen els cards amb la sal corresponent, s'escorren, es poseen una casola amba mantega, i formatge ratllat per damunt, i's fiquen al forn per a que's daurin.

Art de ben menjar



CARDS GUISATS

Es fan bullir els cards i pera que quedin ben blancs es posa damunt de l'olla un plat amb aigua.

En una cassola amb llard es sofregeixen cebes, alls i julivert ben picats; quan já es ros, s'hi tira una miqueta de pebre, sal, i una cullerada de farina; se l'hi deixa pendrer color, després s'hi afegeix una mica d'aigua i quan ha cuit una estoneta s'hi tiren els cards bullits. Al morter s'hi pocarán unes quantes atmetlles i un tros de pá fregit, tirant-se aquesta picada als cards. Es deixa bullir una estona mes, i quan el suc comensa a espesirse, pot servirse.

Art de ben menjar

CARN AMB ESBERGINIES

Es tallen les esberginies a talls llargs i bastant debles, posant-les amb aigua i sal una bona estona; a les hors s'escorren i fregeixen enfarinades. Amb el mateix llard s'fregeixen els biftecs. A la cassola, s'hi fá un sofregit de seba i tomàtec, ajuntant-hi quan está a punt la carn. Es piquen al morter un grá d'all i unes quantes atmetlles dexatant-ho amb aigua i tirant-ho sobre la carn. S'hi afegeix, sal, pebre, i canyella, i es deixa bullir un parell d'hores. Mtija hora abans de servirse s'hi tiren les esberginies, que ja's tenen fregides, i es deixen amb poc foc, pera que no es desfacin.

Art de ben menjar

CARN ARREBOSSADA AMB SALSA

Es compren talls de carn ben prims, l s'arrebossen primer amb galeta, despres amb ou, i un altra vegada amb galeta, pera que la capa d'arrebossat quedi ben doble. Apart es fá la següent salsa; Es posa en una cassola unes quantes cebes tallades, bastans tomàtecs, llard i sal, es fá courer tot plegat, i quant es cuit es cola la salsa i's tira damunt de la carn almmoment de servir-se.

Art de ben menjar



CARNE CON GUISANTES

Se prepara una cazuela con un poco de aceite en el que se fríen unos ajos y una cebolla, ambas cosas bien picadas. Cuando esté la cebolla bien dorada, se añade una cucharada de pimentón, la carne que, sin nervios ni grasas, ha sido frita previamente, y se le echa el agua necesaria para que quede un caldo más bien claro que espese; se deja cocer lentamente. Cuando hierva, se le añaden los guisantes desgranados, y cuando falte poco para que estén cocidos, se le juntan unas alcachofas fritas.

Antes de servirse, se le añaden unos huevos duros partidos por la mitad.

L.V.C.

CHOCOLATE

Chocolate a la francesa. Triturados 50 gr. de chocolate se pone en una chocolatera o en una pequeña cacerola con un decilitro de agua hirviendo. Se deshace dándole un pequeño hervor, añadiéndole enseguida medio litro de leche y media cucharadita de azúcar. Se bate mucho hasta que levante espuma.

Póngase en tazas de embocadura ancha, cubierto de su espuma.

Ignacio Doménech, La Manduca, 267

CHOCOLATE

Para cada taza se emplea una tableta que se disuelve en agua o leche. El fundido del chocolate se hace cortando la tableta en pedacitos y se pone en una cacerola o chocolatera, puesta al fuego con un poco de agua o leche. Cuando comienza la ebullición, se coloca a un lado del fuego y se le añade la leche o el agua hirviendo, y se monta rápidamente con un batidor de alambre si se hace en cacerola, y con el molinillo si se hace en la chocolatera.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 21



CHOCOLATE COCIDO A LA HOLANDESA

Se cuece medio litro de leche con un poco de vainilla. En una cazuela ponen cuatro buenas cucharadas de Maizena o harina, 60 gramos de cacao en polvo y 10 gr de manteca de vaca, 100 gr de azúcar y un poquito de leche. Trabájese bien hasta que no forme grumos. En este punto de le mezcla la leche cocida y se pone sobre la plancha del fuego para que vaya cociendo lentamente, sin dejar de moverse y pasados unos 6 o 7 minutos, se vierte en un recipiente hondo de cristal recubierto con una capa de bizcochos (o sobrantes de bizcocho remojados con leche). Déjese enfriar. Antes de presentar este postre a la mesa, se espolvorea con azúcar y se quema con una pala de hierro candente.

Ignacio Doménech, La Manduca, 235

COLA DE MERLUZA A LA MONSEÑOR

A una cola de merluza de un kilo se le hace un corte por encima de arriba a bajo y se le separa un poquito de carne para picarla aparte a cuchillo, uniéndole un poco de miga de pan remojada de leche y Jerez, dos huevos duros picados, un huevo crudo, perejil picado, unos pimientos morrones y pimienta blanca en polvo.

Se llena el corte de la merluza con este picadillo, separando previamente la espina central; se coloca en una fuente de gratinar, y se rocía con zumo de limón y aceite fino, y se asa a horno fuerte durante quince minutos. En una cacerola con manteca de vaca y aceite fino, se rehoga una pequeña cucharada de harina y se remoja con el jugo que ha soltado la merluza al asarse, añadiendo un poco de salsa o puré de tomate, y un poco de queso rallado.

Con la salsa se cubre la merluza, echando por encima miga de pan rallada, queso rallado y zumo de limón y se gratina.

Ignacio Doménech. La nueva cocina elegante española, 147

COLIFLOR A LA LOMBARDA

Es bull la coliflor amb aigua i sal, s'escorre i's coloca en un plat de forn.



Es pica un ou dur amb julivert i cerfull, i's tira per sobre. En una paella s'hi posa mantega i un raig de vinagre, i quan es ben calent s'aboca sobre la coliflor; es fica una estoneta al forn, i já es pot servir.

Art de ben menjar

COLIFLOR A LA GRATIN

Es posa a bullir la coliflor a trossos en aigua amb sal, en una olla destapada i amb un bon foc. Quan es cuita es tira en aigua freda per a que's mantigui verda.

En un casso es fá una bejamel amb mantega, farina, llet, nou moscada, canyella, sal, i s'is vol un parell de rovells d'ou, deixan-la courer poc a poc i remanent sempre. La coliflor es col·loca en una eina que resisteixi el foc, s'hi tira per sobre una capa de formatge, després la bejamel, després altra capa de formatge i alguns trossets de cansalada i mantega, i es fica al forn.

Art de ben menjar.

COLIFLOR A LA PARMESANA

Quan es té, partida i neta, se la fá bullir amb una mica de llard i sal. Després de bullida's posa en la plata, procurant juntar els trossos per a que sembli sencera. Per damunt s'hi tira salsa blanca, cobrint-la després amb una capa de pá i formatge ratllat, i un xic de mantega.

Un quart abans de servir-se es fica al forn, pera que formi una crosta i es dauri.

Art de ben menjar

COLIFLOR A LA VINAGRETA

Es bull una coliflor petita, s'escorre, i quant es freda es talla en trossets, posant-la en la plata. Per a servir-la, s'asshont en la mateixa plata amb vinagre, oli, pebre i sal; o tirant-hi per sobre salsa mahonesa.

Art de ben menjar

COLIFLOR AL AJO ARRIERO



Al estar cocida la coliflor, se escurre, colocándose en una fuente, y al servirse, se rocía con un refrito de aceite, al ajo frito con un poco de pimentón y un hilillo de vinagre. Se tapa la legumbrera, y déjese cocer durante unos cinco minutos.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 237

COLIFLOR, CONCHAS GRATINADAS A LA GIRONDINA

Se cuece con agua y sal, coliflor y patata. Se escurren de caldo y se machacan ambas legumbres groseramente. Se sazonan con un poco de leche hirviendo, manteca de vaca y queso rallado; trabájese vivamente con una cuchara de madrea y rectifíquese de sal.

Se llenan conchas grandes con esta legumbre, espolvoreándose con abundante queso rallado, rocíense de manteca fundida y gratínense en el horno a bonito color.

Sírvanse tan pronto queden doradas.

Ignacio Doménech, La Manduca, 95

COLIFLOR EMPANADA

Al quedar cocida la coliflor, se escurre y se corta en pequeños pedazos, que se pasan por harina y huevo batido, empanándose con miga de pan rallado. Se fríen a bonito color dorado, sirviéndose en una fuente con servilleta, adornada con perejil frito.

A parte se sirve una salsa de tomate u otra.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 237

COLIFLOR FRITA

Se cuece la coliflor en agua con sal y se escurre bien. Se cortan los tallos, se espolvorean con sal y se bañan en una pasta hecha con harina, agua y sal. Echar en la sartén aceite que se calentará bien. Freir la coliflor y servirla enseguida rociada con zumo de limón.

L.V.C.



COLIFLOR ROSA-MARÍA

Se cuece la coliflor con agua y sal; se escurre y se coloca en una fuente o ensaladera.

Se prepara una mahonesa ligeramente perfumada de ajo, a la que se mezcla una cucharada de pasta de tomate, apio y perejil trinchado, pimienta y un poco de vinagre. Se bate bien.

Se cubre la coliflor con la salsa y se adorna con unas tiras de pimientos asados o de conserva, y una guarnición de huevos duros cortados en pedazos.

Ignacio Doménech, La Teca, 199

COLIFLOR SALTEADA

Se pone al fuego una cazuela con aceite y unos ajos picados, y cuando estos están dorados se les mezcla la coliflor cocida y en trozos, un poco de vinagre, sal, pimentón y perejil picado. Se saltea bien y se sirve.

Ignacio Doménech, La Teca, 199

COLIFLOR EN VINAGRETA

Cocida y escurrida la coliflor, saltéese en una sartén para que se evapore el agua que contenga y aliñese en una salsa que tenga huevos duros picados, aceite, vinagre y un poco de cebolla picada.

Se guarnece el plato con rodajas de huevos duros y pimientos morrones y se sirve.

L.V.C.

CONCHAS AL HORNO

Se pone manteca en la sartén y se fríen calamares y langostinos hervidos, mejillones y tófonas en pedacitos. Cuando se han dado algunas vueltas se les hecha harina y después leche. Se deja espesar y se pone en las conchas, espolvoreándolo con queso rallado, y se termina de cocer al horno.



CONEJO A LA MAHONESA

Se hace una salsa a la mahonesa a la que se añaden alcaparras, unos cogollos de lechuga y ruedas de huevos duros.

Se parte el conejo en trozos y después de frito se le echa salsa encima de modo que lo cubra toda la mahonesa.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 179

CONEJO GUISADO CON SETAS Y CHOCOLATE

Se corta el conejo en pedazos algo grandes, se asan en la parrilla y se meten en una olla o cazuela de barro.

En una sartén, con anteca o aceite, se fríe el hígado del conejo, más unos ajos y dos cebollas, con uno o dos pimientos cortados en pedacitos; cuando estas cuatro cosas queden bien fritas, se retiran. En el aceite que queda, y añadiéndole un poco más si lo requiere, se fríen 100 gr. de pedacitos de tocino o jamón, se le unen una buena cantidad de setas bien limpias y secas, enteras o cortadas en pedazos. Cuando queden bien fritas, se unen ambas cosas junto con la manteca en la sartén, con el conejo, echándolo por encima de este.

Se machaca en el mortero un buen ajo crudo, luego se le une el hígado, ajo, cebolla y pimientos que hemos frito, machacándolo todo bien hasta que quede una pasta fina; se añade una onza de chocolate rallado, una cucharada de pasta de tomate, sal, canela, y pimienta blanca en polvo.

Cuando quede transformado todo en una finísima pasta, se moja con una copa de vino blanco y una discreta cantidad de agua hirviendo; disuélvase bien esta salsa y únase al conejo con una hoja de laurel y perejil picado, de manera que la salsa cubra justamente el conejo.

Se tapa la olla con un papel de estraza y su tapa correspondiente, y déjese cocer lentamente hasta que quede el conejo bien cocido. Rectifíquese de sal.

Ignacio Doménech, La Manduca, 29



CONGRE A LA BRASA

La millor manera de fer el congre es a la brasa, em bolicant-lo amb un full de paper punxat per a que's cogui millor, i's pugui treurer amb més facilitat al moment de servirlo. Apart es fá una salsa blanca amb dues cullerades de farina, mantegam herbes julienne, i suc de llimona aquesta salsa es serveix calenta.

El congre es seveix al mateix temps.

Art de ben menjar

CONGRE A LA MARINERA

Es fá a talls, i s'hi tira un raig de llimona in sal.

En una cassola amb oli s'hi fa sofregir ceba trinxada, alls i julivert; quant ha enrossir, s'hi posen dues cullerades de salsa de tomàtec i un xic d'aigua. Despres de bullir una estoneta, s'hi tira el peiz i una mica de pebre.

Es fá un alioli negat d'un grá d'all, un rovell d'ou i una miqueta d'oli, i's tira sobre el peix un moment abans de burlo a taula.

També es pot fer de la mateixa manera el nero i el rap.

Art de ben menjar

CONGRE AMB PATATES

Es preferible un congre ben gros.

Se'l té atalls groixuts i se'l sofregeix amb oli a la cassola. Quan ha ppres un xic de color, s'aparta, i en la mateixa cassola s'hi sofregeixen patates xiques, trayentles aixis que's tornin rosses. També s'hi fá un sofregit d'all, julivert, tomàtec i un polset de farina, as ahonant-ho amb sal, pebre i uns brins de safrá. S'hi ajunten el congre i les patates, es cobreix d'aigua, i's fá bullir tres quarts amb foc viu.

Art de ben menjar

COSTELLES DE BADELLA A LA "MAITRE D'HOTEL"

Es preparen les costelles amb sal, pebre i un raig de llimona, fregin-les amb llard ben calent.



Es pasta mantega amb llimona, cerfull i estragó trinxat, i al moment de servir-se se'n posa una mica a sobre de cada una, fent que sien ben calentes.

S'acompanyen amb patates, que s'haurán bullit amb pell i fregides després rodones. Per sobre un jic de julivert trinxat.

Art de ben menjar

COSTELLES DE BADELLA A LA MILANESA

Pera sis persones es preparen sis costelles amb oli, llimona, pebre i sal. S'agafa molla de pá esmicolada, barrejada amb mitja unça de formatge de Parma ratllar, s'arrebossen les costelles amb ou i amb el pá informatge, i's freigeixen.

Art de ben menjar

CREMA

Se cuece medio litro de leche con un poco de corteza de limón, naranja y también un poco de vainilla; o un perfume solo.

En una cacerola honda y bien limpia se ponen seis yemas de huevo con 150 gramos de azúcar en polvo, 50 gramos de harina y 20 gramos de fécula de arroz. Remuévase todo con un poquito de leche fría hasta que no haga grumo alguno.

Poco a poco se le mezcla la leche cocida, pasándola por un colador, y a continuación se pone la crema sobre fuego regular; no dejar de mover un solo momento a fin de que no se agarre.

Tan pronto quede bien espesita y de una fineza sin grumos, se vuelca en una fuente de porcelana, dejándola enfriar. Se espolvorea con azúcar en polvo, aplicando enseguida una pala candente para que se acaramele la superficie.

Ignacio Doménech, La Manduca, 18

CROQUETES D'ARROS

Es posa a bullir en un cassó llet, sucre, una pell de llimona, canyella sencera i un pols de sal, Quan ha bullir un xic es treu la llimona i la



canyella i s'hi tira l'arrós, fent que quan sia cuit quedi ben espés. Quan es fret se'n fan les croquetes, que s'arrevossen amb pa i ou i's fregeixen amb llard.

Art de ben menjar

CROQUETES DE CIGRONS

Es piquen ben picats al morter una lliura i mitja de cigrons, bullits si es posible de la vigilia. Es posen en un cassó amb dues cullerades ben grosses de sucre, canyella i un parell d'ous. Es pasten bé i's freigeixen, agafant per a cada croqueta una cullerada de la pasta i donantli la forma de les croquetes. No s'arrevossen.

Art de ben menjar

CROQUETES DE CREMA

En un cassó es fá una pasta amb llet, farina, sucre i una mica de mantega, deixant que cogui fins que sia ben espessa. Quan es fora del foc s'hi tiren un parell de rovells d'ou, es remena bé i's deiza refredar, fentse despres les croquetes, arrebosantles amb pá i ou i tornant-les a arrebossar amb pá. Es fregeixen amb llard.

Art de ben menjar

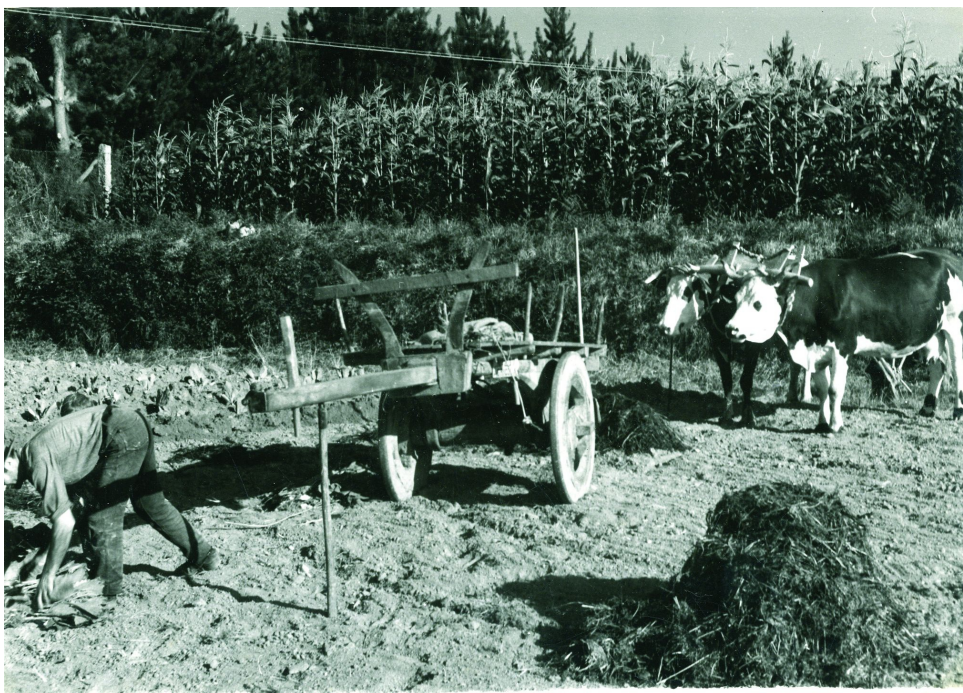
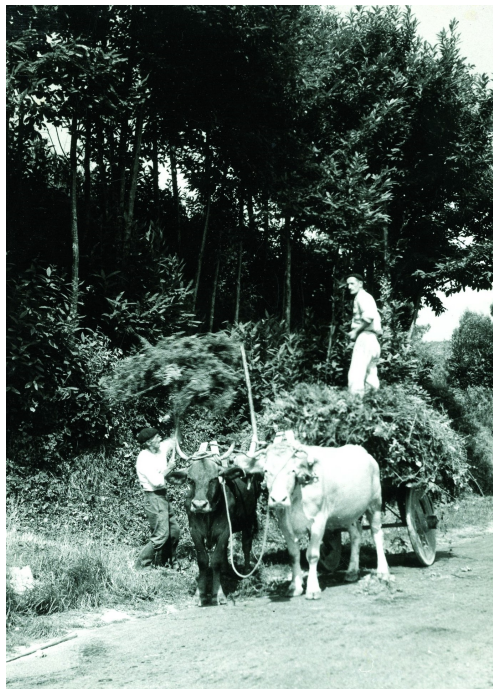
CROQUETES DE GALLINA

En la paella es fá amb llard un sofregit de ceba ben menuda. Quan es rossa s'hi posa pernil i gallina ben trinxat; s'hi donen unes voltes i s'hi agreguen tres cullerades grosses de farina, sal i mit litre de llet; es deixa de bullir, remenant-ho sempre, fins que quedi a punt corretja. Es treu del foc, afegint-hi una unça de mantega, es deixa redredar un parell d'hores, i es fan les croquetes, es rebossen amb pá rallat u ou, i's fregeixen amb llard.

Art de ben menjar

CROQUETES DE RAP

Es dona un bull al rap, i's trixa bé. En la paella es fá fregir amb mantega



un tros de ceba tallada ben menuda, s'hi ajunta el rap, un parell de cullerades de farina, la llet necessaria i un pols de sal. Es remena bé mentres vá cohent, es deixa refredar la pasta un parell d'hores, i's fan les croquetes igual que les de gallina.

Art de ben menjar

DENTOL AMB PESOLS

Es freigeixen, enfarinades, rodanxes de dentol.

En una casola amb oli, es fá un sofregit de ceba, all i julivert. Quan es ros, es treu i's pica bé al morter am uns brins de safrá; es desfá amb aigua i's cola, tornant-ho a la cassola, hont s'hi afegirán tres cullerades de salsa de tomàtec, un polset de farina i sal. Així que bulli s'hi tiren un parell de lliures de pésols i un quart abans de servirse, s'hi posa el dentol que já esté fregit.

Art de ben menjar

DENTON O DORADA A LA PANADERA

Una vez limpio se coloca en una besuguera, con aceite, se sazona de sal y zumo de limón y se mete a asar al horno; cuando esté medio asado, se le echa por encima una ligera capa de pan rallado mezclado con perejil picado fino y un poco de ajo, se rocía con un poco de aceite fino y se vuelve al horno para terminar de asarlo, juntándole un vino blanco. Como guarnición, se pone una sartén con un poco de aceite al fuego suave, y en ella una regular cantidad de patatas cortadas redondas y finas y otra cantidad de cebollas cortadas en filetes; todo junto se saltea a fin de que se vaya dorando muy despacio. Cuando están cocidas, se sazonan de sal y perejil picado muy fino.

Se coloca el pescado en una fuente y se adorna con montoncitos de patatas, salseándose con el mismo jugo del pescado.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 185

EMPANADA DE SARDINAS

Muy menudas, se pican cebollas en bastante cantidad y se echan en la



sartén con abundancia de aceite; se retiran y se les echa un poco de azafrán y canela molida, revolviendo todo bien y dejándolo enfriar.

Las sardinas estarán bien limpias, sin cabeza y despojadas de la espina, se van rellenando con el picadillo o “zaragallada” y se colocan encima de la masa que se habrá hecho de antemano. La masa debe ser de buena harina de trigo, de la que se usa generalmente para el pan. Se divide en dos partes de modo que una tenga un poco más que la otra. La parte mayor se estira en forma de círculo con cierto espesor para que no vierta el aceite. Se van colocando encima las sardinas rellenando todo con la “zaragallada” y salpicándolo de trocitos de pimientos morrones. A parte se estira la otra masa y con mucho cuidado para que no rompa se pone de tapa.

Se hace un agujero en el centro para que se escapen los vapores y se coloca encima, un trozo de masa en forma de rosc. Alrededor, por la orillase va envolviendo la masa de modo que no pueda derramarse nada del interior. Se lleva al horno y cuando se retira se unta con un poco de aceite que se habrá escurrido anteriormente del picadillo. La empanada se habrá hecho encima de un papel bien untado de aceite y luego espolvoreado con abundancia de harina, que se arrancará al venir del horno. Hay quien tiene moldes de hojalata y entonces ya no es necesario el papel.

Rosina, Apartado de la memoria, Betanzos- XII-1944

EMPANADILLAS

Se bate un huevo y se le añade una jícara de agua y media de harina. Se hace una masa dura; se extiende sobre una tabla con un canuto. Se le añade manteca y ajonjolí y se cortan las empanadas que se rellenan de pescado o carne.

Pueden freírse o cocerse al horno.

EMPAREDATS DE BACALLÀ

Es dona un bull a un tros ben groxut de morro de bacallà remullant, i s' esfulla. Es preparen quadrats de pá primets, s' unten d' un costat amb

Empanada de sardinas.

Muy menudas, se pican cebollas en bastante cantidad y se doran en la sartén con abundancia de aceite; se retiran y se les aumenta un poco ajo picado y canela molida, revolviendo todo bien y dejándolo enfriar.

Las sardinas que se tendrán bien limpias, sin cabeza, y despojadas de la espina, se van rellenando con el pica-dillo o "zaragallada" y se colocan encima de la masa que se habrá hecho de antemano. La masa debe ser de buena harina de trigo de la que se usa generalmente para el pan. Se divide en dos partes de modo que una tenga un poco mas que la otra. La parte mayor se estira en forma de círculo y de cierto espesor para que no vierta el aceite. Se van

colocando encima las sardinas rellenando todo con la "zaragallada" y salpicándolo de trocitos de pimientos morrones. Aparte se estira la otra masa y con mucho cuidado para que no rompa se pone de tapa. Se hace un agujero en el centro (para que se escapen los vapores) y se coloca encima un trozo de masa en forma de rosca. Alrededor, por la orilla se va envolviendo la masa de modo que no pueda donamarse nada del interior. Se lleva al horno y cuando se retira se unta con un poco de aceite que se habrá escurecido anteriormente del picadillo. La empanada se habrá hecho encima de un papel bien untado de aceite y luego espolvoreado con abundancia de harina, que se avanzará al retir del horno. Hay quien tiene moldes de hojalata y entonces ya no es necesario el papel.



"Rosca: apartado & de la memoria"

Belasquez-XII-1944

mahonesa, s'hi posa un full de bacallà a sobre, cobrint-lo amb un altre tros de pá també amb mahonesa, i's fregeixen arrebossats amb ou batut.

Art de ben menjar

ENSALADA DE ATÚN EN ESCABECHE

Se prepara en un plato o fuente adecuada, el atún en escabeche desmenuzado, unos huevos duros cortados en cuatro partes y unas aceitunas.

Se tritura bien unos ajos y una cebolla, junto con unas ramitas de perejil. Cuando esté bien menudo, se añade un poco de pimentón, y se rehoga todo con aceite y vinagre.

La mezcla se pone por encima del atún y los huevos; y se sirve.

L.V.C.

ENSALADA DE CEREZAS A LA VALENCIANA

Cantidades para 4 personas: una lobra de cerezas, una naranja, nata y azúcar. Se deshuesan las cerezas y se ponen en un plato soper, dejándolas en maceración con azúcar y el jugo de un trozo de naranjas. Se amasa bien la nata con un tenedor hasta conseguir que quede bien espesa; se le mezclan las cerezas y el conjunto se pone en una bandeja pequeña formando un montoncito. Se corta el resto de la naranja en rodajas delgaditas y se adorna con ellas la bandeja.

Ignacio Doménech, La Teca, 243

ENSALADA DE ESCAROLA A LA ALMORAINA

Limpia la escarola y cortada en la forma acostumbrada, se sazona con la siguiente combinación hecha en un almirez; se machaca un ajo, un tomate picado, una pequeña cucharada de pimentón, y unos cuantos cominos; luego se disuelve con aceite y vinagre y la sal correspondiente; se vierte encima de la escarola, remuévase bien, y queda en disposición de ser servida.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 242



ENSALADA DE ESCAROLA A LA CATALANA

Se prepara una salsa mahonesa que se aclara con vinagre, mezclándole una cucharada de alioli. En una ensaladera se pone escarola bien blanca y limpia, a la que se le mezclan pedazos de apio y cebollas tiernas, unos filetes de anchoas y jamón en pedazos. Se le mezcla la mahonesa, y se adorna poniendo por encima unos pedazos de huevo duro

Ignacio Doménech, La Teca, 47

ENSALADA DE HOJAS DE CRISANTEMO

Las hojas de crisantemo, sueltas, se lavan bien en agua fresca. Ya lavadas, se ponen en una servilleta bien limpia, se le cogen las cuatro puntas y se expulsa toda el agua dándole unas sacudidas al aire.

Una vez bien escurridas las hojas, se ponen en una ensaladera y se procede a su sazonamiento, como si se tratase de una ensalada de escarola; sal, un poco de pimienta blanca en polvo, aceite (algo escaso) y vinagre de vino.

Ignacio Doménech, La Manduca, 258

ENSALADA MARÍA ESTUARDO

Cogollos de lechugas bien blancas, y blanco de apio tierno, cortadas ambas legumbres en tiras finas. Sazónese con aceite, vinagre y sal. Y una vez puestas en la ensaladera se adornan con rodajas de trufas y huevos duros.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 241

ENSALADA MONTAÑESA

En una plata grande se coloca una capa de escarola o lechuga en trozos, encima filetes de ancha y bacalao remojado, rodanchas de tomate, cebollas y pimientos; todo sazonado con sal aceite y vinagre.

Encima se coloca otra capa de escarola o lechuga, pimientos, tomates, aceitunas, bacalao, rodanchas de longaniza y unos trocitos cortados muy delgados de jamón, algunas cebolletas. Y todo el conjunto se



sazona con sal, aceite y vinagre.

Ignacio Doménech, La Teca

ENSALADA NINON

Se compone solamente de hojas de lechuga bien blancas, que se coloca en el fondo de la ensaladera, y encima rodajas de naranja, y muchísimo jugo de limón.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 242

ENTREMESES

Se prepara en una plata 100 gr. de butifarra catalana cortada en ruedas, una lata de sardinas, aceitunas sevillanas, y patatas con salsa verde.

Las patatas con salsa verde se preparan de la siguiente manera:

Se hierven con la piel, se pelan y se les pone la sal correspondiente. Se forma la salsa machacando en el mortero perejil, un poco de cebolla cruda, una yema de huevo dura, y se sazona de sal; se agrega aceite y vinagre en el momento de servirla. Se cubrirá las patatas cortadas a cuadritos con dicha salsa.

ENTREMESES

Un pedazo de pan cuadrado u ovalado, no muy grueso, se tuesta un poco; luego se unta por una cara con salsa mahonesa y se adorna con una sardina de lata en aceite, unas rebanadas de huevo duro, y unas tiras de pimiento asado.

Ignacio Doménech, La Teca, 46

ESBERGINES A LA GRAELLA

Es parteixen per la mitat al llarg, s'hi posa pebre, sal i oli, es deixen marinar una hora, i's posen a la graella. Es preferible l'esberginia fosca.

Art de ben menjar

ESBERGINES AMB BEJAMEL

Es pelen les esbergines, es parteixen per la mitat, es buiden i es salen.



Apart es fá un sofregit amb una miqueta de ceba trinxada ben menuda, trossets de pernil, dues cullerades de farina, una de vi ranci, sal, i la llet necessaria pera que quedi una bejamel espessa, de la que s'en omplen les esbergines que's col-loquen en una plata amb oli, s'empolsen de pa ratllat, i's fiquen al forn a gratinar.

Art de ben menjar

ESBERGINES AMB SALSA

Es tallen les esberginies a talls de llarg a llarg, es deixen una bona estona amb aigua i sal, i's fregeixen.

En el llard que queda de fregirles s'hi sofregeix all, julivert i salsa de tomàtec. Es col-loquen les esberginies en una plata, tirant-hi el sofregit junt amb una bona picada d'jamatelles torrades, i's fica una estona al forn.

Art de ben menjar

ESBERGINIES AMB SALSA DE TOMÁTEC

Es pelen les esberginies, es tallen de llarg a llarg, en tires de dos gruixos de duro, i's deicen una bona estona amb sal i aigua. Després s'enfarinen i's fregeixen fins que quedin ben rosses. Es fá una salsa de tomàtec bastant espessa. S'en posa una capa sobre cada tall, i's col-loquen en una plata fent rodonda.

Art de ben menjar

ESCALIVADA

S'escaliven pebrots vermells, tomàtecs i esberginies. Es pelen i parteixen per la meitat els tomàtecs. Els pebrots i esberginies e's pelen i s'fan tiretes. Es cou a la brassa un bon morro de bacallà remullat, s'esqueixa, es col-loca al mitj de la plata, i al voltant s'hi col-loque a grupos els tomàtecs, els pebrots i les esberginies, a manit-ho tot amb oli i sal.

Art de ben menjar



ESCARXOFES A LA BRASA

S'agafen escarxofes tendres, se'ls treuen les fulles y velles, es buiden una mica, es posen una estoneta sobre les graelles cap per avall, es treuen, s'omplen d'all i julivert picat, una cullerada d'oli, sal, pebre, es tornen al foc cap per amunt, i quant son cuites es serveixen ben calentes.

Art de ben menjar (mol proveb)

ESCARXOFES FREGIDES

Es tallen a bocins iguals les mes tendres que's trobin, es renten, s'aixuguen, i's tenen llarga estona en una pasta feta amb farina, un parell d'ous, un xic d'oli i vinagre, sal i pebre. Després es fregeixen, i pera servirles s'acompanyen de brots de julivert fregits.

Art de ben menjar

ESCARXOFES A LA LIONESA

Es netegen les escarxofes. Al morter s'hi pica un grà d'all una molla de pá xopada de vinagre, un tros de cansalada, bastant julivert i oli. Amb aquest preprat s'omple les escarxofes, que já's tindrà bullies i ben escorregudes es posen en una cassola, s'hi tira un xic d'oli per sobre, i's tapen ben tapades, deixant-les courer fins que s'hagin begut ñ'aigua que elles mteixes fan i quedin amb oli sol.

Pera fer aquesta mena d'escarxofes, tenen de ser molt tendres.

Art de ben menjar

ESCARXOFES A LA NAPOLITANA

Un cop tretes les fulles velles, es fan bullir a quinze minuts, i's deicen escórrer cap per avall cosa d'una hora. Apart es trinxen bastants grans d'all i julivert, i se'n omplen les escarxofes. Un cop plenes de la picada es osen en una plata que pugui anar al forn, seles volta de salsa de tomàtec, s'hinposa un xic de sal i pebre, i al damunt pá ratllat i un raig d'oli. Es fiquen al forn fins que quedin ben rosses.

Art de ben menjar



ESCARXOFES AMB BEJAMEL

Es neteigen les escarxofes trayen-ne totes les fulles dures, s'escapsen amb un ganivet i's buiden una miqueta. Es fan bullir amb aigua, una cullerada de farina, salmi el uc d'una llimona. Quan son cuites, se les tira en aigua freda.

Apart es bullen pésols, fent que quedin ben verts.

Es fá una bejamel posant en un cassó mitj libre de llet una cullerada de mantega, tres de farina, sal, pebre i nou moscada, procurant que quedi bastant espessa. Llavors s'hi barregen els pésols els pésols i un rovell d'ou, i s'omplen les escarxofes. Es posen en una plata que resisteixi el foc, s'empolsen amb formatge ratllat, i's fiquen al forn a gratinar.

Art de ben menjar

ESCARXOFES AMB SALSA TÁRTARA

Es treuen les fulles velles de les escarxofes y s'escapsen, buidant-les un xic; es bullen amb sal i una cullerada de farina pera que no's tornin negres; s'escorren bé i s'aixuguen amb un drap.

Al morter s'hi fá una mahonesa amb un rovell d'ou i un bon raig de llimona, tirant-hi l'oli necessari. Es fan bullir amb sal, patates, psatenagues, un cogombre i pésols, trinxant ben menut el cogombre, les pastenagues i les patates, barrejant-ho tot amb la mahonesa, i omplint-ne les escarxofes.

Art de ben menjar

ESCARXOFES FARCIDES

Pera dotze escarxofes es posará una lliura de pésols desgranats, qe's farán bullir en aigua salada, tirant-los després en aigua freda pera que quedin verts. Es posa una cassola al foc amb mantega, s'hi tiren els pésols i's deixen courer poc a poc, amb una mica de farina i trossets petits de tófona. Les escarxofes, deprés de netes i tretes les fulles velles, es fan bullir una estona en aigua salada, es deixen escorrer, i's farceixen amb pésols, posent hi sobre trossets de mantega i formatge ratllat.



Es col·loquen en una plata que vaigi al forn, i es fan gratinar.

Art de ben menjar

ESCARXOFES PICANTS

Quan já son netes se'ls treuen les fulles velles, s'espunten una mica i's posen en una cassola amb llard en el que s'hi haurá fregit abans una mica de carn de porc o pernil ben menut, julivert, alls picats i bastant pebre. S'hi tira aigua o caldo i's posen a courer amb foc a sobre i a sota, fins que s'hagin begut tot el suc.

ESCARXOFES SALTADES

S'agafen escarxofes ben tendres, es tallen en quatre trossos, s'els treun quasi totes les fulles, es renten bé i s'aixuguen. Es posen en una cassola amb mantega i's fan coure amb poc foc, vint minuts abans de servir-se.

Es col·loquen al voltant d'una plata redona, almitj de la cual s'haurá abocat la mantega de courer les escarxofes amb pá ratllat, julivert picat, suc de llimona i sal.

Art de ben menjar

ESPÁRRAGOS EN ACEITE Y VINAGRE

Se corta lo blanco o rabo a todos por igual, se atan manojos, se escaldan en agua hirviendo, luego se ponen en agua fría y después se cuecen. Se escurren bien y se ponen en un plato un manojo. Se sirven acompañándolo el tren de aderezar la ensalada.

L.V.C.

ESPÁRRAGOS EN SALSA

Se cuecen en agua y sal, y luego se ponen en una cacerola con manteca, un poco de perejil picado, pimienta y unas cucharadas de caldo. Así que ha hervido un rato, se espesa la salsa con dos yemas de huevo batidas, y se sirven.

L.V.C.



ESPÁRRAGOS GUISADOS

Se doran en manteca unos dientes de ajos picados y se echan los espárragos previamente cocidos en agua con sal. Cuando estén medio fritos, se añade pan dorado y molido con los ajos que se sacaron de la manteca y un poco de pimienta y clavo, agua del cocimiento de los espárragos, cebollas cocidas vinagre y orégano. Se deja hervir todo y cuando quede poco caldo se rocía con aceite y se sirve.

L.V.C.

ESPÁRRAGOS Y GUISANTES A LA POMPADOUR

Espárragos verdes, bien limpios, que se cortan a unos 4 cm. de largo, se cuecen en agua y sal.

Junto con los guisantes cocidos, se ponen en una cacerola plana con manteca de vaca. Saltéase bien, y se les añade la siguiente salsa. En una cacerola se pone una cucharada de manteca de vaca y una cucharadita de Maizena, sal y pimienta. Muévase bien y mójese con un poco de leche o buen caldo (poquito). Cuando vaya a empezar a hervir, se retira la salsa, añadiendo dos yemas de huevo y el zumo de medio limón, y se bate bien la salsa puesta en el baño maría. Cuando quede bien batida, se mezcla con los espárragos y guisantes.

Ignacio Doménech, La Manduca, 157

ESPARRECS A LA POLONESA

Es pelen i tallen els espàrrecs a la mateixa mida, i's posen a bullir en una cassola amb aigua i sal. Es fá unan salsa blanca amb un Quart de litre de llet, una unça i mitja de mantega, vinticinc grams de farina, sal, pebre i nou moscada, i's deixa uns vint minuts a foc lent.

Es fá endurir un ou, i el rovell, passat per un sedaç es posa a la salsa blanca.

Quan els espàrrecs son cuits, es posen en una plata que vagi al forn, s'hi tira la salsa per sobre, una capa de formatge de Parma, bocinets de mantega, i's fica al forn a gratinar.

Art de ben menjar



ESPARRECS AMB PESOLS

Es tallen les puntes dels espàrrecs, es bullen, s'escorren, i's tiren a una cassola amb mantega, sal, pere i un puls de sucre, tirant-hi desseguida pésols desgranats. Aleshores s'hi afegeix mitja culleradeta de farina i un raget de caldo, sacsejant-ho sovint, i's deixa al foc fins que'ls pésols sien tour. Després es treu la cassola del foc, s'hi tiren tres rovells d'ou batruts, i's serveix, posant al voltant de la plata ous durs partits.

ESPARRECS BULLITS

E spellen i tallen a la mateixa mida, i's posen a bullir amb aigua i sal.

Es serveixen amb salsa mahonesa o salsa holandesa.

Art de ben menjar

ESPINACAS COCIDA

Llimpiar las espinacas escogiendo solamente las hojas, lavándolas bien y cociéndolas con agua abundante sazónada de sal. Al servir las se escurren bien. Póngase en una fuente y, al mismo tiempo, servir las vinagreras o manteca de vaca fundida batida con un poco de limón.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 240

ESPINACS, CREMA D'

Es bullen ben bullits, sense tronxos, s'escorren i's pas sen per un colador, agitant-los amb la mà de morter find quedín ben desfets com a puré. A dintre d'una cassola s'hi tira una cullerada de mantega i una altra cullerada de fécula de patata desfeta amb llet, remenant-ho.

Tot seguit s'hi tiren els espinacs, que's van cohent, sen deixar de remenar. Si's troba massa espñes, s'hi afegeix un xic de llet. Además un petit pols de pebre blanc. Si's vol servir com a plat de verdura, se'n fá un munt dintre la plata. Es tenen a banda llsquetes de pá fregit, llargues i primes, i's claven en la pasta, que quedi com eriçada d'espines.

Art de ben menjar



ESPINACS AMB MANTEGA

Quan es tenen bullits, es tiren en aigua freda pera que quedin verts, i's posen a escorrer, expremment-los bé pera treuren tota l'aigua.

En una cassola amb un tros de mantega s'hi tiren els espinacs picats, i's fan courer durant un quart d'hora. S'hi afeigeix una mica de sal, uns pols de sucre, una mica de nou moscada, mitja cullerada de farina i una mica de llet; es barreja bé i's fá courer una estoneta mes.

Art de ben menjar

ESPINACS AMB PANSES I PINYONS

Es fan bullir els espinacs amb aigua salada, en un foc ben viu. Un cop cuits, s'escorren tot seguit, i en la mateixa escorredora, amb un ganivet, es van trinxant fins que quedin ben menuts, i s'hi deixen bona estona pera que'n surti tota l'aigua.

A la paella, amb oli, es fregeixen pinyons i panses, i ol-loquen fent dibuixos al fons d'un motllo de flam. En la mateixa paella es fregeixen els espinacs, i quan son ben rossos es col-loquen al motllo, deixant-los-hi llarc temps pera que quedin ben enmotllats. Al moment de servir s'aboquen en una plata rodona i's guarneixen el voltant amb torradetes de pá fregit.

Art de ben menjar

ESPINACAS SALTEADAS

Una vez cocidas las espinacas, se escurren bien y se pican a cuchillo un poco, salteándolas en una sartén puesta sobre el fuego con aceite y ajo picado frito; sazónense de sal y nuez moscada.

Pueden guarnecerse con costrones de pan frito.

Ignacio Doménech, la nueva cocina elegante española, 240

FABES AMB JULIVERT

Es pelen les fabes si no son molt tendres, podense coure amb la pell quan ecnara ho son força, S'ofeguen amb llard, farina, julivert i ceba picada. Abans d'acabare de coure, s'hi tira una mica d'aigua, i quan



janson cuites, un parell de rovells d'ou i llet per a espessir la salda.

Art de ben menjar

FABES OFEGADES

En una olla de terra, amb una cullerada de llard, es sofregeix una unça i mitja de cansalafa a trossets i una ceba tallada fineta. Quan aixó já es duarat, s'hi posa un brot de menta, i un tros per persona de butiarra negra i blanca. S'hi donen un parell de toms i s'hi tiren les fabes, amb la sal corresponent i un polset de sucre.

Damunt de l'olla s'hi posará un plar amb aigua, i de quant en quant es sacsejará el contingut, procurant que no s'afagi.

Art de ben menjar

FILETES DE LENGUADO FRITOS

Se preparan los filetes; se sazonan de sal y zumo de limón. Se pasan por la pasta de freír, y se fríen a bonito color dorado.

En lugar de pasarlos por la pasta de freír pueden pasarse por huevo batido y pan rallado, empanándolos y redondeándolos.

Se sirven en una fuente con servilleta, adornados con trozos de limón y montoncitos de perejil en rama frito.

Aparte, salsa de tomate en salsera.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 140

FILETES DE PESCADILLAS FRITOS A LA BILBAINA

Se escogen tres pescadillas regulares, y una vez estén bien limpias se deshuesan y se cortan en filetes regulares, que se aplanan bien, de forma que queden muy delgados. Se sazonan de sal, se pasan por harina, luego por huevo batido, y se fríen en aceite hirviendo, que queden a bonito color dorado y bien crocantes.

Sírvense con un pedazo de limón por persona.

Ignacio Doménech, La Manduca, 151



FILLETS "A LA ROYAL"

Es fregeixen unes llesques de pá en mantega. Els filets, després de salats, es fregirán també, es col·locarán les llesques, i al damunt s'hi posarà un xic de mantega, un troset de "foi-gras" i un altre de tófono. A la paella es barrejarà amb la mantega que ha quedat, una copeta de vi ranoí i sal; es deixarà q'aquesta salsa dongui un bull, i's tirarà sobre el s filets, servint-se ben calent.

FILLETS AMB XAMPINYONS

S'assahonen els filets amb sal, pebre i un raget de llimona. En una paella amb un xic de mantega es fregeixen fins que sien rossos; es treuen i col·loquen en un lloc que no's refredin. En la paella amb mantega s'hi posen els xampinyons, se'ls donen unes voltes, i al moment de treurels del foc s'hi afegeix un xic de mantega i un bon raig de llimona, tirant-ho sobre els filets al moment de servir.

Art de ben menjar

FILETS DE LLENGUADO "MARGUERY"

Es fan bullir els llenguados i's deixen refredar quan son frets es treu l'espina, que quedin els filets sencers, els quals es posen en una llauna, i s'hi tira mitja copeta de vi de taula, una mica de pebre blanc, musclos ben grossos i gambes o llangostins.

En un casó ben apartat del foc s'hi pose deu rovells d'ou, ben remenats, amb quatre unces de mantega. Un cop desfet s'hi posa una mica de julivert ben menut i sal, i's tira sobre el llenguadp. Després es posa al forn dos minuts al bany maria, i's serveix.

Aquesta recepta es pera tres lliures de llenguado, i per a dotze persones.

Art de ben menjar

FILLETS DE LLUS ARREBOSSATS A L'ALEMANA

Es tallen els filets de llus a tires groixudes y llargues, marrebossatn-los amb aq esta pasgtta; s'agafa una copa petita de cervesa i s'hi pasta



farina i un ou sencer, treballant-ho una bona estona i fent que quedi con una crema clara. S'arrebossen els filets amb aquesta pasta, fregint-los am boli ben calent.

S'acompanyen posant moniatos fregists en un cantó de la plata i en l'altre pésols bullits.

Art de ben menjar.

FLAN ACARAMELADO AL KUMMEL

Se vierten dos o tres cucharadas de caramelo caliente y de color rubio en el fondo de un molde de flan grande, que se repartirá por las paredes del mismo, y se deja enfriar. En el caramelo que queda en la sartén o cacerola donde se haya cocido el azúcar se echa medio vasito de agua, con el fin de que se disuelva todo el caramelo. Esta agua se mezcla a un cuarto de litro de leche recién cocida, uniéndole una copita de licor kummel. En otra cacerola se ponen tres huevos enteros con tres yemas, y 150 gramos de azúcar. Se bate bien esta combinación y se mezcla a la leche aromatizada que hemos preparado antes. Se vierte en el molde y se pone a cocer en el baño María durante una hora sin que llegue a cocer el agua. Cuando está frío se vuelca en una fuente redonda; se echa por encima el jugo de caramelo, y se adorna con unos bizcochitos.

Ignacio Doménech, La Manduca, 138

FLAN DE AVELLANAS

Se machacan seis docenas de avellanas, y se pasan por el tamiz, echando por encima, poco a poco, medio litro de leche a fin de que pase mejor y tome la leche el gusto.

Cuando la leche está fría se le añaden seis yemas de huevo y una clara, un poco de canela, y se echa la mezcla en un molde de flan acaramelado; se cuece al baño María.

La buena cocinera, 311



FLAN DE LAS MONJITAS

Se cuece medio litro de leche con una ramita de canela. En un molde liso se forma un caramelo de color rubio con dos cucharadas de azúcar grandes y un poco de agua, y se corre por todo el interior del molde; déjese enfriar un poco. En una cazuela aparte, se mezclan cuatro huevos enteros con tres cucharadas de azúcar (de las de sopa), se batien bien y se les añade la leche hervida, batiéndolo bien y retirando la canela. En el molde se colocan por capas nueve bizcochos de soletilla, y sobre ellos se vierte la mezcla de leche y huevos batidos pasada por un colador. El molde se cuece en baño María como es costumbre en los flanes, y una vez cocido, se deja enfriar.

Ignacio Doménech, La manduca, 149

FONDOS D'ESCARXOFES A LA SICILIANA

Es treuen les fulles de les escarxofes, deixant sols els fondos, que's fan bullir amb aigua, sal i un bon raig de suc de llimona pera que quedin ben verts.

En una cassola es fá amba mantega un sofregit de ceba tallada ben petita; quant es rossa s'hi col-loquen els fondos d'escarxofes cap peravall pera que's coguin millor. Ales hores s'hi tira una cullerada de farina, un xic més de mantega i mitja llauna de salsa de tomàtec, deixant-ho mitja hora al foc. Es treuen els fondos d'escarxofes posant-les en la plata hont s'han de servir; es trinxa pernil i tófono, es barreja bé a la salsa, s'omplen els fondos de les escarxofes, i si queda salsa s'hi tira per sobre.

Art de ben menjar

FRICANDO

Es talla la carn com pera bistecs (no massa prims) i's prepara amb oli, canuella, sal, i un raig de llimona, una hora avans de servir-se. Es fregeixen els bistecs arrebosat amb farina. A la cassola s'hi fá un sofregit de ceba tallada ben menuda; quan es rossa s'hi tira tomàtec i moxarnons (que s'haurán tingut en remull) tot bren trinxat, i despres



de courer una estoneta s'hi afegeix la carna i la aiga necessaria, deixant que bulli un parell d'hores.

Per a servir, es fan fregir uns trosos de pá de la mateixa mida dels biftecs, es col·loquen en la plata amb un bocí de carn a sobre de cada un, i per damunt de tot la salsa.

Art de ben menjar

FRITADA DE HUEVOS (Chakchouca turca)

Se toma una cebolla cortada a pequeños pedacitos y pimientos verdes dulces igualmente picados. Se les fríe en buen aceite, se les añade tomate y cuando está dorado se echan sobre este frito huevos crudos enteros. Se dejan cuajar bien y se sirven.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 219

GARBANZOS A LA CATALANA

Se pone al fuego una cazuela con aceite en el que se fríe una cebolla, ajo, perejil y un poco de tomate. Luego se añade un poco de harina, se menea bien, y se remoja con caldo de los garbanzos cocidos, formándose una buena salsa. A continuación, se le añaden los garbanzos, un poco de pimienta, y una picada catalana. Puede servirse con rodanchas de huevos duros puestas encima.

PICADA CATALANA

En un mortero de mármol se pican un poco de azafrán seco, luego dos ajos pequeños, cuarenta gramos de almendras y avellanas tostadas y mondadas; un poco de canela en polvo y perejil. Se remoja con unas gotas de agua. Cuando se halle todo convertido en una pasta finísima, se disuelve en un poco de agua caliente.

Ignacio Doménech, La Teca

GARBANZOS CATALANES

Son unos garbanzos hervidos que se sirven con salsa mahonesa aderezada con una pequeña parte de vinagre y perejil picado,



acompañado a este plato unas sardinas asadas a la parrilla.

Ignacio Doménech, La Teca, 59

GARBANZOS GUISADOS A LA MADRILEÑA

Se cuecen los garbanzos con agua, sal, una cebolla, laurel.

En una cacerola puesta al fuego con aceite, se fríe una cebolleta picada, y tan pronto como empiece a dorarse, se le añade un tomate del tiempo, mondado y picado; rehóguese bien.

Se le incorpora una cucharadita de harina; algo de pimentón, y se le añaden los garbanzos con casi todo su caldo.

Déjese cocer muy despacio en un ángulo del fuego.

Se machacan en un almirez un poco de azafrán, un ajo, y unos granos de cominos; al quedar esto en pasta, se disuelve con un poco de agua hirviendo, y se une a los garbanzos.

Rectificar de sal; echar un poco de perejil picado, y cuando esté cocida y espesa la salsa, puede servirse.

Ignacio Doménech, La Manduca, 147

GRANADA DE BERENJENAS

Se pelan las berenjenas y se cortan a pedazos; se fríen en aceite sazonadas con sal, pimienta y perejil trinchado. Cuando estén fritas se retiran del fuego dejándolas enfriar. Se les mezclan dos o tres huevos batidos y se echa todo el conjunto en un molde previamente untado con manteca y pan rallado.

Se cuece al baño maría y se sirve volcándolo en una fuente, con una salsa de tomate.

Puede mezclarse una regular cantidad de pimientos verdes asados o encarnados de conserva. También pueden añadirse sobrantes de carnes bien picados.

Ignacio Doménech, La Teca, 205

GUISANTES A LA PAISANA

Se pone una cazuela al fuego con aceite o manteca.



Se le echa un poco de jamón cortado a pedazos, los guisantes desgranados, dos o tres patatas cortadas en pedazos, una lechuga cortada, sal, pimienta, laurel, perejil picado, un pellizco de azúcar. Se tapa la cazuela y se deja cocer despacio hasta que todo quede bien cocido.

Ignacio Doménech, La Teca, 196

GUISANTES CON JAMÓN

En una cacerola con manteca se rehoga una cebolla trinchadísima y una abundante cantidad de jamón cortada a cuadraditos pequeños, más un ramito atado de hierbas aromáticas en el que no falte un poquito de menta (hierbabuena).

Al quedar dorada la cebolla se le añade dos buenas cucharadas de puré de tomate y déjese rehogar bien.

Se añaden los guisantes desgranados y medio vasito de vino de Jerez, dejándose rehogar estos a pleno fuego y estando tapada la cacerola. Pasados un cuarto de hora o veinte minutos se mojan hasta cubrirlo solamente con caldo, un poco de salsa de tomate y un polvo de azúcar. Tátese bien la cacerola, poniendo debajo de la tapadera una hoja de papel de barba. Déjese cocer todo poco a poco en un lado del fuego hasta que queden completamente cocidos, rectificándose de sal, si es conveniente.

Ignacio Doménech, La Manduca, 84

GUISANTES CON JAMÓN

Se pone una sartén al fuego con manteca de vaca o aceitunas, un poco de jamón cortado a pedazos; se le añaden seguidamente los guisantes cocidos, sal, una pizca de azúcar y perejil picado.

Se saltean a fuego vivo y se sirven inmediatamente.

Ignacio Doménech, La Teca, 196

GUISANTES SALTEADOS CON MANTECA DE VACA

Los guisantes cocidos con agua y sal se saltean en manteca con un



poco de perejil y menta fresca trinchada, y un poco de azúcar. Se saltean bien.

Ignacio Doménech, La Teca, 196

HUEVOS A LA CATALANA

Se fríen los huevos y se sirven sobre ruedas de salchichón rodeados de salsa de tomate.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 211

HUEVOS A LA ESPAÑOLA

Se asan tantos medios tomates como huevos haya que presentar, se sazonan. Se cuecen los huevos, se cortan en rodajas que se van colocando sobre los medios tomates, hy se disponen en círculo en un plato redondo. En el centro se pone un adorno de cebollas cortadas en rodajas finas, rebozadas en harina y fritas en aceite.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 212.

HUEVOS A LA ESPAÑOLA

Se cortan discos de pan. Se preparan unos huevos escalfados como sigue; en una cacerola se pone agua, una cucharada de vinagre, un poco de sal, y al estar en ebullición se rompen los huevos, procurando no deshacer las yemas; se dejan unos minutos en ebullición, se tapan y se retiran del fuego dejándolos dos o tres minutos en la misma agua, retirarlos y ponerlos en agua fría a fin de que no se cuajen las yemas. Se escurren, secan, y se colocan en los discos, y al momento de servirse se salsean con salsa de tomate muy caliente y se salpican con trufas picadas.

HUEVOS A LA INGLESA

Se cuecen huevos duros. Pártanse por la mitad y sepáreseles las yemas. Se rellenan los huevos con salsa mahonesa, y se les pone encima un par de mejillones cocidos y sin cáscara.

Se rallan las yemas que se han separado y se echan sobre aquellos. Se



les agrega unas tiritas de pimiento encarnado y se sirven.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 216

HUEVOS A LA MADRILEÑA

Se fríen los huevos y se colocan en el plato, rodeándolos de lonjas de jamón asado a la parrilla.

También se hacen friendo en manteca las lonjas de jamón cascando los huevos encima y metiéndolos en el horno.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 211

HUEVOS AL AJILLO

Después de fritos y sacados de la sartén se fríen unos ajos y se echa en el aceite un poco de pimentón molido cuidando de tener preparada una cuchara de agua y vinagre para que no se queme. Se sazona con sal y se echa por encima de los huevos.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 215

HUEVOS AL PLATO

Se unta de manteca un plato que sostenga la acción del fuego. Se rompen encima los huevos sin que se deshagan las yemas, y se ponen algunos pedacitos de manteca por encima. Sazónense con sal y un poco de pimienta blanca en polvo. Se cuecen en el horno y cuando la clara está cuajada, se sirven.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 98

HUEVOS AL PLATO A LA GITANILLA

Proporciones para tres personas.

En una cantidad regular de aceite se fríen dos ajos, diez o doce almendras mondadas, un pedacito de pan, retirándose todo cuando quede bien dorado. En un almirez se empieza por machacar unas hebras de azafrán, media cucharadita de las de café de cominos, un poco de canela en polvo. Enseguida los ajos, almendras y el pan, remojándose con gotas del mismo aceite. Cuando empieza a



transformarse en una pasta fina, añadirle el resto del aceite con que hemos frito las almendras, y deslíñese hasta quedar una salsa espesita, con agua hirviendo, la sal, etc. Se vierte esta salsa en un plato que pueda meterse en el horno (o cocerlos encima), se rompen seis o siete huevos y se cuajan en el horno.

Puede decorarse con costrones de pan frito puestos en los bordes de la fuente.

Ignacio Doménech, La Manduca, 115

HUEVOS AL PLATO A LA MARSELLERA

Se machacan cinco o seis ajos cocidos de antemano y se les une igual cantidad de filetes de anchoa, perejil picado, algo de aceite y vinagre. Con este puré se forra el plato. Encima se ponen los huevos crudos, sal, y se cuecen en el horno.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 112

HUEVOS AL PLATO CON TOMATE

Se mondan tres o cuatro tomates bien maduros y se pican a cuchillo; se pone una sartén al fuego con manteca y se fríe un poco de cebolla trinchadísima, y cuando falte poco para que se dore, se añade el tomate sazonándolo de sal, perejil picado y un poco de pimienta blanca en polvo. Cuando el tomate quede bien refrito, se coloca en el fondo de una fuente que resista el fuego; encima se rompen seis u ocho huevos, y se espolvorean con queso rallado y unas bolitas de manteca junto con la sal correspondiente, y se cuecen en el horno.

Ignacio Doménech, La Manduca, 136

HUEVOS AL PLATO CON QUESO

El plato de cocer los huevos se unta de manteca y se espolvorea con un poco de queso rallado; encima se ponen los huevos, espolvoréense de sal y queso rallado por encima, un poco de manteca, y se cuecen en el horno momentos antes de servirlos. Procúrese servirlos con la clara cuajada y la yema blandita, adornados de costroncitos de pan frito.



HUEVOS AL PLATO ROGER DE LAURIA

Tomate mondado, sin semillas y bien trinchado, se saltea con un poco de cebolleta bien trinchada, en aceite fino; sazónese de sal y un poco de perejil.

Una vez salteado el tomate, y sin grasas, se coloca encima de una fuente que sea adecuada para cocer huevos al plato. Se reparte el tomate por un igual por toda la fuente, y encima se ponen lonjas muy finas de atún escabechado en aceite.

Encima se rompen uno o dos huevos por cada comensal; se espolvorean con un poco de sal, queso rallado y dos o tres cucharadas de costroncitos de pan frito en aceite, bien doraditos y cortados como granitos de arroz.

Ignacio Doménech, La Manduca, 106

HUEVOS DE ESPUMA

Se baten muy fuerte, hasta el punto de merengue, las claras de los huevos que se quieren hacer, dejando las yemas separadas.

Se fríe en la sartén una cucharada de la espuma del huevo; se coloca la yema y encima un poco de sal; enseguida, otra cucharada de espuma, y se fríe por los lados.

HUEVOS DUROS CON PATATAS

Se preparan huevos duros. Se fríen patatas cortadas en rodajas del grueso de un duro y una vez fritas se colocan en una cacerola adecuada. En una sartén se fríe un poco de cebolla bien cortada. En un mortero se machacan unos ajos, unas almendras tostadas con perejil trinchado finamente y un coscón de pan frito o tostado al horno, o en su lugar, un poco de harina tostada. Cuando quede una mezcla fina, se le añade una yema de huevo duro y unas briznas de azafrán; junto con la cebolla frita. Se junta todo a las patatas. Se pone agua hasta cubrir el conjunto; se añaden los huevos duros cortados en cuatro y se pone a cocer a fuego suave. Puede añadirse una pequeña parte de laurel.

L.V.C



HUEVOS EN NIDO A LA CHARLEY

Se preparan pequeños nidos de patatas paja (uno por cada comensal) y en el hueco del nido se coloca un huevo escalfado; encima de cada huevo una buena cantidad de foie-gras natural. Se adorna con una salsa.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 101

HUEVOS ESCALFADOS

Se pone una cacerola amplia al fuego con agua, sal y un hilillo de vinagre. Cuando hierve, se rompen huevos bien frescos en un plato y se vuelcan uno a uno en el agua, dejándolos cocer durante unos cuatro minutos, de forma que quede la clara bien cocida y la yema blanda; se retiran del agua con ayuda de una espumadera y se poLa nueva cocina elegante españolaa fría hasta el momento en que vayan a servirse.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 101

HUEVOS FRITOS A LA ANDALUZA

Se fríen los huevos uno a uno en una sartén con aceite bien caliente; antes de empezar a tomar color se les da la vuelta y se abuñuelan, dejándolos redondos y dorados.

Se escurren perfectamente y se ponen en una fuente para servirlos en el acto.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 112.

HUEVOS FRITOS A LA BURGUESA

En una cacerola con manteca se rehoga una cebolla finamente cortada; un ajo picado, añadiendo unos filetitos de jamón y setas; una vez rehogado se moja con un poco de vino blanco. Cuando el vino ha sido reducido se añade una cucharada de pasta de tomare, sazonándose bien con nuez moscada y perejil.

Al servirse se cubre el fondo de la fuente con este rehogado y por encima se colocan los huevos fritos.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 113



HUEVOS FRITOS A LA FORASTERA

Huevos fritos que se guarnecen con un montón de berenjenas cortadas en rodajas, pasadas por harina y huevo batido, y fritas en abundante aceite obteniendo un color dorado. En salsera aparte se sirve salsa de tomate.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 112

HUEVOS FRITOS A LA INGLESA

En una sartén con manteca de vaca, se fríen lonjas finas de tocino inglés ahumado, y encima del mismo tocino y grasa que ha soltado, se echan los huevos crudos bien enteros; se espolvorean de sal, y se termina la cocción en el horno. Sírvanse en el acto.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 100

HUEVOS FRITOS A LA TRIANERA

Se fríen los huevos uno a uno de forma que salgan abuñolados, bien dorados y con la yema blanda. Se colocan en una fuente adornándose con patatas fritas y espolvoréense de sal. En la misma sartén con un poquito de aceite se fríe un ajo por cada huevo, y cuando quede La nueva cocina elegante española echa un poco de pimentón y una cucharada de buen vinagre, un poco de sal, y déjese cocer un poquito. Luego se reparte este jugo por eLa nueva cocina elegante españolas huevos y se sirve.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 99

HUEVOS FRITOS EN JAMÓN A LA MADRILEÑA

Se preparan unas bonitas lonjas de jamón crudo; al momento de servirse se fríen los huevos y el jamón. Colóquense en la fuente intercalando huevo y jamón.

Puede servirse aparte una salsa de tomate.

También pueden servirse con pisto manchego o con patatas fritas.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 112



HUEVOS FRITOS PARMENTIER

En una sartén con manteca de cerdo o aceite se saltean unas patatas crudas cortadas a cuadros regulares, dorándolas a fuego suave. Una vez doradas se sazonan de sal, espolvoreándolas con perejil picado fresco. Colóquense los huevos fritos en la fuente, colocando en cada punta un montón de patatas. Sírvasse una salsa aparte.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 112

HUEVOS FURCA (entremés)

Se cuece una pequeña cantidad de macarrones con caldo, y luego de escurridos se cortan en pedacitos de un centímetro. Se reúne igual cantidad de huevos duros, cortados a pedacitos, y se sazonan con salsa mahonesa verde. Colóquense en una o varias conchas de entremeses, poniéndoles encima unas rodajitas de rabanillo ligeramente espolvoreados de sal. La salsa mahonesa verde es una salsa mahonesa corriente a la que se mezcla una cantidad discreta de perejil, pepinillos y alcaparras, todo muy picado, sal y pimienta.

Ignacio Doménech, La Manduca, 187

HUEVOS GRACIELA

Para cuatro comensales:

Cuatro huevos duros; 150 gr. de escabeche de bonito; 60 gr. de setas y cebolla frita; un decilitro de aceite; 50 gr. de manteca; perejil picado; una buena cucharada; salsa bechamela, pan rallado y dos huevos crudos. Se pican los huevos duros a cuchillo, y así mismo el escabeche (que puede ser de otra clase de pescado). Mézclese todo bien incluyendo la cebolla y las setas, junto con el aceite; se escurre el sobrante del aceite, y se mezcla con la bechamela, que estará bien sazonada. Se forman unas croquetas de forma aplanada y redonda, que se pasarán por el huevo batido y el pan rallado.

Momentos antes de servirse, se fríen en abundante aceite hirviendo, quedando bien doradas. Se sirven con salsa de tomate.

Ignacio Doménech, La Manduca, 193.



HUEVOS PASADOS POR AGUA

Cuando el agua hierve a borbotones se sumergen los huevos con precaución para evitar que se rompan. Se dejan cocer durante tres minutos justos.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 98

HUEVOS “POCHES”

En una olla se pone a hervir agua con un poco de vinagre y sal. Cuando hierve se rompe un huevo y se tira dentro del agua. Una vez la clara se haya vuelto blanca cubriendo completamente la yema (lo cual se consigue a los dos o tres minutos) se sacan con mucho cuidado y se ponen en agua fría. Se sirven con salsa blanca o salsa de tomate.

L.V.C.

HUEVOS RELLENOS

Cuatro huevos duros. Se dividen en dos mitades y se separa la yema de las claras. Se pican cebolla y perejil suficiente para llenar dos cucharillas. Se pone a remojar en leche miga de pan en volumen como de dos huevos. En el mortero se ponen la cebolla y el perejil, tres yemas de las separadas, el pan remojado y un poquito de sal; se machaca todo ello y con la pasta resultante se rellenan las claras.

La yema que sobró se echa al mortero y en un poquito de leche se bate hasta que se disuelva, se agregan dos cucharadas grandes de aceite.

Colocadas ya las claras rellenas en un plato, se van cubriendo con esta salsa y se espolvorean con pan rallado. Se introducen al horno en el que estarán hasta que forme capa algo dura.

HUEVOS REVUELTOS

En una cacerola con un buen trozo de manteca de vaca se echan los huevos batidos, un poco de leche, sal y pimienta en polvo. También puede emplearse aceite fino o manteca de cerdo.

Se pone la cacerola sobre el fuego o en un baño maría y se remueve con un batidor vivamente, para que resulten finos y sin grumos



grandes; cuando empiecen a cuajarse se retira la cacerola del fuego y continúa batiendo durante unos minutos. Puede añadirse trufas o jamón picado, guisantes, alcachofas, etc.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 98

HUEVOS REVUELTOS A LA POMPONNE

De pan de molde se cortan a cuadraditos unos costrones, se fríen en manteca de vaca y se mezclan a huevos revueltos al natural. Se colocan en una fuente de huevos al plato, espolvoréense de queso gruyere, manteca de vaca, y gratínense un poco.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 107

HUEVOS TEMPLARIOS

Se preparan unos huevos duros, cortando una de las puntas a fin de que se mantengan derechos. Se pica una cebolla, unos ajos, unas ramitas de perejil, las porciones de claras que se han cortado de los huevos, formando una salsa con un poco de pimentón, aceite y vinagre; se añade atún en escabeche desmenuzado y unas aceitunas picadas. En un plato se coloca el huevo duro derecho; encima se colocan dos tiras de pimiento morrón en conserva formando una cruz que se sujeta con un mondadientes al que se clavan unas aceitunas rellenas. Alrededor del huevo se coloca el pisto de atún; y se sirve.

L.V.C.

JUDÍAS A LA CATALANA

En la cazuela o sartén en que tengan que freírse las judías, se cuecen las salchichas o butifarras crudas con aceite y un poco de agua, pinchándolas antes a fin de que no se revienten. Una vez fritas, se separan estas y en la grasa resultante se fríen las judías, cocidas y bien escurridas. Una vez fritas las judías se colocan en una fuente y se gratinan un poco al horno. Se colocan las salchichas encima y se sirven.

L.V.C



JUDIAS BLANCAS AL TIO LUCAS

Después de puestas en remojo se cuecen las judías blancas con una cabeza de ajos, un ramillo atado compuesto de perejil, tomillo y laurel, pimienta en grano y un clavo de especias y un poquito de aceite fino.

Cuando las judías estén bien cocidas, sírvanse en platos soperos con caldo de lo mismo y un chorrito de fino aceite.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 240

LANGOSTA A LA AMERICANA

Componentes para este plato:

Una buena langosta viva, dos otras cebollas, ajo, bastante pasta de tomate, dos decilitros de aceite fino, 75 gr de manteca de vaca, dos copitas de ron, pimienta de Cayena, una de zanahoria, hierbas secas aromáticas y un poco de perejil picado.

Se corta la langosta en crudo en pedazos regulares, recogiendo toda la sangre que suelte. Se pone una gran cacerola plana sobre fuego vivo, con el aceite y la mitad de la manteca y se fríe primero la cebolla trinchada, la zanahoria y el atadillo de hierbas; tan pronto como esta combinación empiece a dorarse se le echa la langosta, salteándose con viveza y sazonándola de sal, nuez moscada, ajo machacado y la pimienta de cayena (el guiso tiene que ser algo picante). Al comenzar a estar refrito el conjunto, se le echa el ron y hay que encenderlo hasta que se evapore el alcohol, una vez apagado este, se le echa una abundante cantidad de pasta o salsa de tomate y la sangre de la langosta. Tapar la cacerola y déjese cocer durante unos veinticinco minutos. Pasado este tiempo se retira y se procede a refinar la salsa. Trozo por trozo de langosta, patatas, etc, se traslada a otra cacerola limpia; la salsa se pasa toda por un colador fino o mejor por un cedazo o tamiz. Hacer cocer de nuevo la salsa sola; añadirle la mantequilla restatante, perejil picado y cuando quede espesita se vierte a la cacerola donde hemos puesto la langosta, se tapa y su conjunto déjese cocer durante unos cinco o seis minutos.

Ignacio Doménech, La Manduca, 175



LANGOSTA A LA CATALANA.

Se corta la langosta a trozos regulares, y se recoge la sangre en un plato donde se cuaja. Se pone una cacerola grande al fuego con aceite, una buena cantidad de cebolla picada, orégano, laurel y tomillo, y se le echa la langosta.

Se rehoga bien y se remueve un poco a fin de que e colore la cebolla y no se queme. En el almirez se machacan 70 gr. de chocolate con la sangre de la langosta, uno o dos ajos y unas veinte almendras y avellanas tostadas; perejil dos o tres sequillos, pimienta blanca en polvo que sea buena. Cuando todo está picado y forma una pasta finísima. Se disuelve con un poco de caldo o agua, se le añade un poco de pimentón y azafrán tostado. Se vierte el conjunto sobre la langosta, se sazona de sal, se tapa y se hace cocer en el horno durante unos 15 minutos, pasados los cuales se sirve recién hecha y con la salsa que resulte un poco espesa.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 166

LANGOSTAS (MEDIAS LANGOSTAS) A LA PARRILLA

Cortadas a lo largo en dos partes que resultan cada una buena ración, se sazonan con sal, pimienta, jugo de limón y unas gotas de aceite. Se cuecen a la parrilla poco a poco.

Se tiene preparada de antemano una composición a base de aceite, mostaza, jugo de limón y un poco de vino claro, todo bien mezclado, y se echa un par de veces esta salsa por encima de las langostas mientras está cociéndose.

Una vez cocidas, se trasladan a una fuente. Se sirven con una salsera de mahonesa o salsa Martori.

Ignacio Doménech, La Teca, 95

LANGOSTA AL ESTILO DE PESCADOR

Se preparan dos langostas que no sean muy grandes, y se parten por la mitad de manera que formen cuatro raciones junto con una docena de mejillones por ración.



En una sartén con regular cantidad de aceite, se fríen media cebolla trinchada, y antes de que esta se dore, se le añade la langosta y los mejillones, sal y pimienta. Pasado un momento, se riega con ron o coñac y se enciende; cuando se haya evaporado el alcohol, se le junta una cucharada de salsa de tomate, perejil trinchado y un poco de vino claro y se deja cocer todo junto durante seis o siete minutos.

Se quita la sartén del fuego y se vuelca todo el guiso en una fuente, que se adorna con pedacitos de pan cortados largos y fritos en aceite o manteca.

Ignacio Doménech, La Teca, 92

LANGOSTA ASADA “COSTA BRAVA”

Se preparan langostas que partidas por la mitad resulten dos buenas raciones cada una.

Se mezcla aceite, vinagre y un poco de pimienta blanca en polvo, batiendo bien hasta que llegue a formarse una salsa que empiece a cuajarse. Con ella se moja la carne de las langostas y se ponen a asar en el rescoldo de un fuego de carbón vegetal, untándose a menudo con dicha salsa por medio de una pluma o pincel pequeño, hasta que queden bien asadas.

Se sirven en una fuente poniéndoles por encima una ligera capa de mahonesa.

Se acompaña de una salsera de mahonesa y una ensalada de lechuga, escarola o apio, sazónada al natural.

Ignacio Doménech, La Teca, 93

LANGOSTINOS Y MEJILLONES SALTEADOS A LA CORUÑESA

Para cuatro personas. Dos langostinos grandes por persona; una docena de mejillones regulares por persona; tres cucharadas de aceite fino; dos cucharadas de pasta de tomate, una cebolleta, un ajo picado, una copita de Jerez, sal, pimienta blanca en polvo, etc.

Los langostinos y mejillones, bien limpios, se colocan en una cacerola al fuego que los cubra justamente de agua hirviendo, con sal, y un poco



de tomillo y laurel. Pasados dos minutos de cocción se retira el pescado de su caldo, refrescándolo. Se quita media cáscara de los mejillones y se monda la cola de los langostinos sin desprenderlos de la cabeza.

Póngase una sartén al fuego con aceite y la cebolla bien trinchada, y momentos antes de que empiece a tomar color, se le une el ajo picado, los langostinos y mejillones, sal y pimienta blanca. Saltéese vivamente rociando el pescado con el vino de Jerez, y pasados unos momentos de cocción se le añade el tomate en pasta y perejil picadísimo.

Hágase cocer la salsilla hasta que quede a la mitad.

Se vuelva todo en una fuente, adornándose el borde con unos costrones de pan recién fritos.

Ignacio Doménech, La Manduca, 27

LEGUMBRES (conchas gratinadas a la girondina)

Se cuece con agua y sal, coliflor y patata. Cuando estén bien cocidas se escurren y se machacan en forma grosera.

Sazónese con una pequeña parte de leche hervida, manteca de vaca y queso rallado. Trabájese vivamente con una cuchara de madera y rectifíquese de sal.

Se llenan conchas grandes, espolvoreándolas con abundante queso rallado, rociándose de manteca fundida, y gratíñense al horno. Sírvasse cuando estén doradas.

Ignacio Doménech, La Manduca, 95

LEGUMBRES COCIDAS SALTEADAS A LA LYONESA

Se refríe cebolla trinchada en aceite o manteca de vaca y cuando empieza a dorarse se le añaden las legumbres cocidas, sal, pimienta, perejil picado y un poco de vinagre.

Ignacio Doménech, La Teca, 194

LENGUADO (filetes de lenguado Condorcet)

Limpios los lenguados y separados los filetes, se limpian de nuevo, se aplastan y se sazonan de sal y zumo de limón.



Se colocan en una fuente rociándolos con vino blanco, aceite o mantequilla.

Se pone una pequeña cacerola al fuego con un poco de manteca de vaca y una cucharada de harina, remuévase y mójese con un poco de leche y el jugo que han soltado los lenguados al cocerse, un poco de pimienta y de queso rallado, moviendo con el batidor. Luego se retira y se añade a la salsa una yema de huevo con zumo de limón.

Se colocan los filetes de lenguado en una fuente; se cubren con filetes muy finos de anchoas en forma de rejilla; se espolvorean ligeramente de queso, y se glasean un poco al horno sin que tomen ningún color. Se sirven en el mismo recipiente.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 137

LENGUADO A LA BECHAMEL

Se limpian los lenguados, se hacen filetes y se colocan en una fuente que resista el fuego, juntamente con unos mejillones que se abrirán cuidando de conservar el agua que lleven. Se cubre todo con la siguiente bechamel; se deslíe en un cazo un poco de mantequilla y luego se le une un poco de harina; se le añade poco a poco medio litro de leche, procurando no hacer grumos. Todo esto se hará a fuego suave, se sazona de sal, pimienta y un poco de nuez moscada, meneándolo sin cesar; cuando empiece a espesar se vierte sobre el pescado, añadiéndole el agua de los mejillones; se espolvorea de queso rallado, y se pone al horno.

LENGUADO A LA BUENA MUJER

En una fuente de las de hacer cocciones en el horno, se ponen 50 gr. de champiñones o setas frescas, junto con una cucharada de perejil, todo picado menudito. Se coloca encima un lenguado, de unos 700 gr., bien limpio, junto con la sal, pimienta blanca en polvo y una copa de vino blanco. Unos veinte minutos antes de servirse, se pone a cocer en el horno.

Una vez cocido, se escurre todo el jugo en una pequeña cacerola;



hacemos cocer ese jugo para que tome un poco de cuerpo, añadiendo 100gr. de manteca de vaca y zumo de limón, rectificándose de sal.

Se vierte esta salsilla encima del lenguado, y se sirve en el acto, recién hecho.

Ignacio Doménech, La Manduca, 104

LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO

Cocidas las lentejas con agua y sal, se fríen en aceite cebolla, ajo, pedacitos de chorizo o longanizas, un poco de pimentón, tomate y perejil picado, y se incorpora a las lentejas.

Déjense cocer muy lentamente hasta que queden muy suaves.

El mismo guiso puede adoptarse para judías blancas o rojas.

Ignacio Doménech; La nueva cocina elegante española, 240

LIONESAS O BUÑUELOS DE VIENTO

En un cazo se pone $\frac{1}{4}$ de litro de leche, 125 gramos de manteca, un poco de sal y un poco de piel de limón cuando esté a punto de hervir, se le echa 200 gramos de harina, y sin dejar de menear con la espátula de madera, se deja cocer hasta que parezca que la pasta quiera pegarse.

Una vez separada la pasta del fuego, se añaden uno a uno y trabajando la pasta bien, 5 o 6 huevos, hasta que se obtenga una pasta muy espesa parecida a una mahonesa.

Los buñuelos se hacen friendo cucharadas de la pasta en manteca o aceite muy caliente.

Las lionesas, se marcan en latas y se cuecen al horno.

Ignacio Doménech, La Teca, 213

LLAGOSTA A LA AMERICANA

En una cassola s'hiposa la meitat d'oli i l'altra de mantega, i quant es ben calent s'hi tira la llagosta que s'haurá tallat a trossos de viu en viu. A mitg sofregir s'hi afeigeix una ceba trinxada, una copa de conyac que abans s'haurá cremat, una cullerada de salsa de tomàtec julivert,



farigola, sal i pebre. Quan la llagosta es cuyta es coloca a la plata. Apart es té pasta de tomàtec amb vi blanc, i s'afegeix en la salsa en que s'ha cuit la Llagosta; se li fá dar un bull, es cola, i's tira sobre la llagosta al momento de servir-la.

Art de ben menjar

LLAGOSTA A LA AMERICANA

Es posa oli i mantega en una cassola inquan es ben calent s'hi tira la llagosta tallada a trossos de viu en viu. Quan es rossa de tots dos costats, sono afegeix un got de vi de xereç i doble quantitat de salsa de tomàtec, sal i pebre de Cayena en molt poca quantitat. Es fá bullir poc a poc durant deu minuts. Després es posa la llagosta en una plata un xic fonda, i's tira per sobre la salsa, afegint hi abans un xic de suc de rostit. Es serveix ben calenta.

Art de ben menjar

LLAGOSTA A LA "GEISHA"

Es fá bullir una llagosta i's parteix al llarg. Es buidami es trinxa bé la carn. Apart es fá una bejamel amb farina, llet i mantega, i s'hi barreixa la llagosta trinxada, juntament amb els ous, si en porta, i una mica de tofona també trinxada. Al treurerla del foc, s'hi afegeixen un parell o tres de rovells d'ou, i s'omple d'aquesta pasta la closca de la llagosta, i's fica al forn a gratinar.

Art de ben menjar

LLAGOSTA A LA MARSELLESA

Se la deixa bullir mitja hora, se li treu la closca i's fá la polpa a talls. S'agafen les potes trinxades i's posen en una cassola amb ví ranci, una cabeza d'all, un prot de farigola, orenga, sal i pebre; es tapa ben bé la cassola i's deixa bullir deu minuts.

En altra cassola s'hi posa mantega, ceba trinxada i una cullerada de farina, i amb lamsalsa de les potes es fá una bejamel que's deixa courer deu minuts remanent sempre i afegint-hi dues cullerades de salsa de



tomatec, pebre i canyella.

En aquesta salsa s'hi coloca la Llagosta i se la té prop del foc, pero cuidant que no bulli

Art de ben menjar.

LLAGOSTA BULLIDA

Es posa al foc una olla gran, i quan bull s'hi tira la Llagosta amb forsa sal. Se la deixa bullir mitja hora i tot seguit se la treu de l'aigua.

Quan es freda pot servirse partint-la de Dalt a baxi portant-la a taula amb la mateixa closca, o bé trayent-li i tallant-la a tallets fins.

S'acompanya amb salsa verde o mahonesa.

Art de ben menjar.

LLANGOSTINS A LA NORMANDA

Es fan bullir els llamngostins amb aigua i sal, es pelen i tiren en una cassola amb oli ben calent que já s'hi haurá fet sofregir seba y pastanaga trinxada.

Quan tot s'haurá tornat ros, s'hi tira una copeta de conyac, una o dues cullerades de salsa de tomàtec, un trosset de mantega, sal, canyella i una mica de todona tallada ben fineta. Es deixa bullir una estona i's serveix.

Art de ben menjar

LLANGOSTINS AMB PESOLS

Després de sofregir els llangostins en una cassola amb oli, es treuen, i en la mateixa cassola s'hi fña un sofregir de ceba i tomàtec ben abundants; S'h ajunten els llangostins amb una bona picada d'atmetlles i una lliura de pesols, i's deixen bullir fins que'ls pesols sien cuits.

Art de ben menjar

LLANGOSTINS AMB SALSA TARTARA

Es b llen els llangostins amb aigua salada, quan son cuits, es pelen i colloquen en forma de pirámide en una plata rodona, posant rodanxes de



Llimona al volant.

Apart es fá una mahones al morter, amb bastant suc de llimona i dos revells d'ou dur. S'hi vá tirant el o oli fins que sia ben espessa, i quan já está quasi feta s'hi tira la sal. Al moment de tirarla a la salsera s'hi barregen cogombres i tápares a tal ben menuts.

Art de ben menjar

LLENGUADO A LA "GRATIN"

Es nategen els llenguados, es pelen, se'ls treuen els filets, s'enfarinen i 's fregeixen amb oli ben calent.

En un cassó es fá la següent bexamel: Mitj litre de llet, tres cullerades de farinaa, una unça de mantega, dues unçes de pernil a daus, sal i una mica de nou moscada, remenant-la sempre i deixant que quedi clareta. Quan es freda s'hi afegeucen dos rovells d'ou.

Es col·loca el llenguado en una plata de forn, s'hi tira la bejamel per sobre, es guarneix amb n parell de dotxenes de musclos trests de la col·sca, i's posa al forna a gratinar.

Art de ben menjar

LLENGUADOS A LA "MAITRE D'HOTEL"

Es prepara el llenguado espellant-lo a lo llarg de l'espina per la part que té la pell negra, s'hi fá un tall s'enfarina i's fregeix. Després se li treu l'espina, i al seu lloc s'hi posa un xic de salsa "maitre d'hotel".

Es serveix ben calent, amb una mica de sal fina per sobre.

Art de ben menjar

LLENGUADO A LO "COLBERT"

Es treuen els filets dels llenguados, se'ls hi posa sal, pebre i un raig de llimona; després s'arrebossen amb ou batut i pá ratllar i's fregeixen amb oli ben calent procurant que no's cremin, Quan son cuits es col·loquen en la plata en que han de servirse i aquesta es deixa damunt de la cuina per a que no's refredin.

Apart es fá una pasta ben consistent amb mantega un raig de llimona,



sal i pebre. Es posa una rodanxeta d'aquesta pasta sobre cada filler, i's serveix guardnint la plata amb rodanxes de llimona.

Art de ben menjar

LLENGUADO AL FORN

Sense pelarlom es neteja un llenguado d'un quilo, es posa una plata de forn amb mantega a sota i una bona quantitat per sobre (tres unces per quilo de llenguado) i sal, i es fica al forn. Quan es cuit, es treu i per sobre s'hi tira molla de pá ratllada i julivert picar. Es volta la plata de musclos s'hi tira també pá rartllat i julivert picar, i's torna a ficar al forn una estoneta.

Art de ben menjar

LLENGUADO AL "JEREZ"

Es treuen els filets dels llenguados, s'apalnen amb un Ganivet, s'hi tira sal, i desseguida es col·loquen en una plata que vagi al forn. Al damunt s'hi posa bastanta mantega i s'hi tira una copeta de Jerez, es fiquen al forn i quant son cuirs es treu el suc que's barreja amb dos rovells d'ou, una mica mes de mantega, sal i canyella, posant ho al foc suau, i remenant sempre. Quan já s'espesseix s'hi tira un bon raig de llimona. S'aboca aquesta salsa sobre els llenguados, es tornen a posar una estoneta al forn, i's serveixen.

Art de ben menjar

LLENGUADO AMB BOLETS I MANTEGA

Quan es tenen els llenguados nets, s'hintira sal, pá ratllat i una mica de mantega per sobre; es fiquen al forn i's deixa que vagin cohent, tirant-hi poc a poc miques de llet, fins que estinguin a punt.

Es serveixen amb rovellons a la brasa

Art de ben menjar

LLENGUADOS FREGITS

Un parell d'hores abans de servir-los es preparen en la forma següent,



es pelen i en crú, se'ls treuen el filets, deixant-los amb sal i suc de llimona. Es fá una pasta amb una cullerada d'oli, dues de farina i una miqueta d'aigua, remenant fins que quedi ben fina i afegint-hi una clara d'ou muntada. S'arrebossen els filets amb aquesta pasta, i's fregeuixen amb oli ben calent. També es poden arrebosar, en lloc de la pasta, amb ou batut i pá ratllat.

Al col·locar-los en la plata para servirlos, s'hi posen a sobre trossets de mantega, i julivert torrat al forn i picat.

Art de ben menjar

LLENGUADOS FREGITS AMB SLASA DE TOMATEC

Es netegen, se'ls treu la pell, i si son grossos se'ls parteix a bocins, fregint-los arrebossats amb farina i ou i deixant-los refredar. Després es fá una salsa ben espesa de tomàtec, i mitja hora abans de servir-los, se'ls hi tira damunt, posant-los a la vora del foc para que s'escalfi pero nó deixant-ho bullir.

Art de ben menjar

LLENTIES A LA MAITRE D'HOTEL

Un cop bullides s'escorren totseguit, i abans que's refredin es pose en una cassola amb mantega, julivert i porros ben trinxats, sal, pebre i un raget de vinagre.

S'hi dona un tom. i's serveixen ben calentes.

LLENTIES GUIDADES

Es bullen, s'escorren bé i's posen en una cassola a sofregir amb allard, julivert, sal i pebre; se les deixa courer una estoneta, i's serveixen guarnit la lata amb pa fregit.

Art de ben menjar

LLOBARRO A LA GENOVESA

S'escata el llobarro i's sala; es posa en una plata mb bastant oli, i's fica al forn.



En una paella amb oli ben calent es fá pendrer color una ceba trinxada, despres s'hi afegeixen cogombres y táopares ben trinxades també, una cullerada de salsa de tomatec, sal i pebre, to lo qual es remena fins a que quedi una pasta ben fina. A mitg courer el llobarro s'hi afegeix una mica de mantega, i quan es cuit, s'hi tira la salsa, que já es té a punt, i un bon raig de llimona.

Art de ben menjar

LLOBARRO AL FORN

Sescata bé el llobarro, se l'hi treuen les tripes per la boca, i desp'rés de net s'omple el buyt que deixen amb un bon tros de mantega. Aleshores es posa en una plata de forn, bastant llard (millor si es de rostit), sal, suc de llimona, i per sobre algún tros de mantega, deixant que vagicohent, i de tant en tant puntxant-lo i tirant-hi llard del mateix per a que en quedi ben inpregnat.

Art de ben menjar

LLOBARRO BULLIT

Es posa en aigua freda, una ceba tallada, alls, juliver farigogla, sal, i bastantes patates, i's fá bullir durant vinticinco minuts. Es serveix voltat de les patates i amb la següent salsa tártara.

Es fá igual que la mahonesa, i quan es feta, s'hi afegeix una cullerada de mostassa inglesa, i tapares i cogomenbres ben trinxats, barrejant-ho bé.

Art de ben menjar

LLOBARROMA LA BEARNESA

Un llobarro o lluç de dues terces; una cullerada i mitja de suc de llimona, una altra de vinagre i tres unces de mantega.

Es posa el peix en una plata y s'hi tira per sobre el suc de la llimona, el vinagre i la mantega desfeta. Es deixa aixis tot el matí fins a una hora i mitja abans de servilo. Aleshores es col-loca damunt de unes graelles amb unallauna a sota que contiguintot el suc que ha quedat de



marinar. Tot plegat ies fica al forn u s'hi va tirant per sobre el suc amb una cullera, mentres es vá cohent. Es pot servir amb una salsa bearnesa, i s'acompanya amb patates petites billudes.

Art de ben menjar

LLUS A LA BRAVA

Es cobreix un llus o llobarro amb una lleugera capa de llard i mantega; s'hi posa un xic de sal i dues cullerades de vir ranci, i es deixa en conserva un parell d'hores.

Apart es fan les següents salses:

Verda: s'agafen una lliura de pesols, es bullen, es piquen en el morter i es pasen per el colador. A la paella s'hi posa mantega, s'hi tira el puré de pesols amb una cullerada de farina, un polset de sucre, i sal s'hi donen un parell de voltes, s'hi aboca llet fins que quedi con una crema clara, i's cola. Rosa: Es posa a la paella meitad llard, meitad mantega tomàtec Vermell trinxat, indos talls de préssec de llauna picats al morter (del presesce s'en pot prescindir). Es fá fregir una estona, s'hi tira una cullerada de virance, una mica de farina i llet, fent que quedi espes llus a la brava. Sa, igual que la salsa verda. Es fica el peix al forn. Quan es ben ros, es col-lo-ca en una plata i's posa a una part del peix la salsa verda i a l'altra la rosa. Adornat la part de la salsa verda amb rodanxes de pastanga bullida, i la de la rosa amb cols de Bruselles bullides.

Art de ben menjar

LLUS A LA MARINERA.

Es talla el llus a rodanxes, s'hi tira un raig de llimona, i sal. En una cassola, am boli, s'hi posa una mica de julivert, all i tomàtec picat; quan já es sofregit, s'hi afegeix pebre i aigua, es deixa bullir una estona i s'hi tira el llus, no trayent-lo fins que la salsa comença a espessir-se. Un momento abans de treurel del foc s'hi tira una mica de farina dextada amb aigua.

Art de ben menjar



ALTRA LLUS A LA MARINERA

Es talla el llus a rodanxes tirant-hi sal i un raig de llimona. En una cassola s'escalfa oli i's sofreixegen alguns pinyons fins a que sien rossos. Apart es cou un tomàtec, es pica el morter amb dos grans d'all, els pinyons, i una mica de julivert, es desfá amb aigua i s'hi tira al oli. Després d'uns Bulls s'hi afegeix pebre i l'aigua necessaria per a cobrir el peix. Es deixa bullir una estoneta, i per últim s'hi posa el llus, fins que sia cuit.

Art de ben menjar

LLUS A LA MILANESA

Es bull el llus amb una seba, julivert, alls i la sal correspondent.

Quan es bullit, es fá a trossets, trayent bé les espines. Es posa en una plata escarola o bé ensiam picat amb sal. A sobre el llus, i el voltant de la plata s'adorna amb olives, cogombres, ous durs i pebrot vermell. Damunt de tot aixó s'hi tira una mahonesa.

Art de ben menjar

LLUS A LA PETRONELLA

A una cua de llus de bona mida s'hi fan uns quans talls ficnat'hi trossets de llimona. Preparada així, s'enfarina un xic i's posa en una plata am boli al forn.

Apart, a la paella es fá un bon sofregit de ceba i tomàtec, i una pastanaga tallada a trossets. Quan aquest sofregit es ros s'hi afegeix aigua, i's deixa bullir una bona estona.

Aleshores es retira el llus del forn, se l'hi treuen els trossets de llimona, i al seu lloc s'himposen tires de pebrot Vermell. Fet aixó, s'hi escorre el suc d'una llimona i per damnt s'hi tira la salsa que s'ha fet amb ceba, tomàtec i pastanaga i que s'ha colat abans, tornant-se altra vegada la plata al forn per poca estona i posant-hi, escampats, uns quants musclos ben grossos sense colsca.

Art de ben menjar



LLUS AMB ATMETLLES

S'agafa un bon tros de llus del mit i is fá bullir.

Al morter s'hi piquen atmelles, pinyons, avellanes, un xic de safrá, julivert, all i una mica de pá fregit. El llus es té en una llauna escorregut, i a sobre s'hi tira aquesta picada, desfeta amb l'aigua de bullir el peix o amb caldo. Es serveix quan hagi donat uns quants bulls.

Art de ben menjar

LLUS AMB DUES SALSES

Es fá mahonesa ben espessa, i una salsa de tomàtec, ben espessa també. Al fons de la plata sesten la mahonesa, i damunt drella la salsa de tomàtec com a guarniment, fent ols dibuixos i convinacions que is vulgui. Es volten aquestes salses de rodanxes de llus ben fregit.

Art de ben menjar

LLUS AMB MANTEGA

Es talla el llus a rodanxes i's sala.

En una cassola es col-loquen els trossos del peix amb julivert a sota per a que no s'enganxin. Es piquen olives i cogombres, i's col-loquen soobre el llus. Damunt de tot s'hi posa mantega, i's fica al forn.

Es pot servir amb salsa de tomate.

Art de ben menjar

LLUS AMB SALSA "ROYAL"

S'agafa Ventresca de llus, s'en treuen les espines i se la talla a tallets d'un dit de gruix; s'hi posa sal i suc de llimona, i s'arrebossa amb ou batut i pá ratllat. Aleshores es col-loquen els tallas en una plata, s'hi posen damunt trossets de mantega, i's fica un quart al forn.

Apart, en una cassola, s'hi posen tres cullerades de salsa de tomàtec, una copeta de vinagre, dos rovells d'ou batuts, estragó picat, i un xic de mantega, barregjant'ho bé al foc, pero sense deixar que bulli. Al momento de servir-se el llus se li tira al damnut aquesta salsa.

Art de ben menjar.



LLUSETS ARREBOSATS

S'afagen llusets petits, s'els treu la tripa per la boca, sobren per l'espina, es salen i s'hi tira un raig de llimona. Es fregeixen, arrebossats amb ou i pá ratllat, en oli ben calent.

Apart es fá una pasta amb una unça i mitja de mantega, un bon raig de llimona i julivert picat, posat-la sobre un bon raig de llimona i julivert picat, posat-la sobre els llusets al tremrels del foc. Es serveixen ben calents.

Art de ben menjar

LLUS BULLIT AMB SALSA MAHONESA

Es posa al foc, amb aigua freda, una ceba partida, un parell de grans d'all, un brot de julivert, un de farigola, un parell de pastanagues, mitja fulla de llorer i la sab corresponent. Quan arrenca a bullir ben fort, s'hi tira un vas d'aigua freda per ferli parar el bull i s'aparta a un recó dela cuina per manternirlo calent fins queas serveixi. Fent-ho aixis queda al punt de cuit tota olasse de peix tant si es petit com gros.

Es col-loc a el llus al mitg de la plata guarnint am rodantxes de patanaga, rodanxes d'ou dur. Cogombres, tápare i pebrot de llauna, i al damunt s'hi tira una mahonesa abundant, si no's vol servir apart en la salsera.

Art de ben menjar

LLUS EN MANDOGUILLES

Es bull llus amb aigua salada. Després es trinx a i's posa en una plata amb un ou crú, canyella i una mica de julivert trinxat. Es pasta bé i's fan les mandoguilles, fregint-les am boli. A la cassola s'hi fá un bon sofregit de ceba, tomàtec, alls i julivert; quan es ros s'hi tira una miqueta de farina i l'aigua necesaria, s'hi coloquen les mandoguilles i una lliura de pésols, i's deixa courer junt amb una picada d'atmetlles, cosa de una hora.

Art de ben menjar



LLUS ESQUISIT

S'afaga una cua de llus, se l'hi treu l'espina sense acabar d'obrirlo, i a dintre se li posa mantega i formarge s'ajunta, es col·loca en una plata amb oli y mantega, i's fica al forn, posant-hi abans per sobre una capa de formatge. Quan es daurat, es serveix ben calent.

Art de ben menjar

LLUS FARGIT

A una cua de llus se l'hi treu l'espina i una mica de car. Es fá rostir una mica de carn de tocino i's pica junt amb la part de llus que s'ha tret, i una miqueta de pernil, i es farceix la cua, procurant que quedi sencera. En el llard en que s'hi ha rostit el tocino s'hi fá un sofregit de ceba i tomàtec, i quen es ros s'hi tira una picada d'atmetlles.

També s'hi poden tirar pesols.

Es deixa bullir una estona i s'hi posa el peix, ficant-ho al forn fins que sia cuit, tenint compte de presentar-lo ben sencer.

Art de ben menjar

LLUS "GRILLE"

En una plata que vaigi al forn s'hi col·loquen tal de cua de llus amb bastant oli, un raig de llimona, la salsa correspondent, i's fica al forn mitja hora. Aleshores es treu un xic d'oli i per sobre dels talls s'hi posa una bona capa de molla de á ratllada, i amb uns ferros expresos o si nó amb el ferro de la cuina, ben rohent, se l'hibfan unes ratlles per sobre, tornant-lo al forn cinc minuta més.

Es serveix en la mateixa plata, i a part, una mahonesa ben carregada de llimona en lloc de vinagre.

Art de ben menjar

LLUS MODERNISTA

S'afaga un tros de llus no massa groixut, se li fá un tall al llarg i's col·loca en una cassola. Al morter es pica all i una mica de safrá, s'hi afexeix suc de llimona un raig d'oli i la sal, es tira tot plegat al llus, i's deixa unes



quantes hores. Una hora abans de servir-se es posa en una plata amb oli, es cobreix de pat ratllat y julivert picat, i's fica al forn mullant-lo de tant en tant, fins que sia, daurat, amb el mateix amaniment que já te.

Art de ben menjar

LLUSETS A LA BRETONA

Es tallen atrossos petits una pastenaga, una ceba grossa, la part blanca de un o dos porros, dues escalunyes i un bon tros d'apit. Es barreija bé tot aixó i's fá coure a poc foc en una casserola que tapi bé. S'hi tira després un got de ví blanc i un altre d'aigua. S'hi posa sal, pebre, julivert trinxat i suc de llimona, i que vagi cohent fins que'l liquit hagi minvat a la meitat. S'espesseix la salsa amb cinquanta grams de mantega pastada amb una cullerada de farina, i's tira damunt dels llusets en una plata fonda que pugui anar al forn. S'hi ratlla al damunt crosta de pá i's gratina el guisat al forn, que té d'anar milt fort.

Art de ben menjar

LLUSETS A LA MARGELLINE

Es netegen ise'ls treuen les espines, es col·loquen en una plata amb mantega, sal, un raig de llimona i una copeta de ví ranci, i's fiquen al forn. Quan son cuits, es treuel suc i's posa en una paella amb mantega, dos rovells d'oy, sal i suc de llimona, remenant-ho continuament, amb un foc ben petit, i tenint compte de que no bulli. Es serveixen amba aquesta salsa per sobre i voltada la plata d'escarxofes bullides i fregides.

Art de ben menjar

LOMO CON JUDÍAS A LA CATALANA

Se cortan unos filetes de lomo de cerdo fresco y se aplastan, friéndolos en una sartén. Una vez bien fritos se retiran, y se fríe un poco de ajo y perejil, añadiendo las judías blancas bien escurridas. Cuando queden bien doradas se trasladan a una fuente y se coloca el lomo frito encima.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 224



LUBINA ASADA A LA PARRILLA

Se escoge una lubina y después se limpia, se seca con un paño, se sazona de sal y jugo de limón.

Se pasa por aceite y se coloca en la parrilla a fuego suave. Una vez asada se coloca en una fuente adornada con un montón de patatas cocidas y un ramito de perejil. Puede servirse una salsa de pescado.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 162

LUBINA COCIDA

Una vez limpia la lubina se pone a cocer en una cazuela con una hoja de laurel, unas rodajas de zanahoria, cebolla y unas gotas de vinagre y aceite. Se sazona con la sal correspondiente.

Una vez cocida se retira al lado del fuego, y si se prefiere fría, se retira por completo.

Se sirve con unas patatas cocidas aparte y una salsa de pescado.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 162

MACARRONES A LA AMERICANA (sopa)

Litro y medio de caldo de puchero; 100 gr. De macarrones delgados; dos cucharadas de Maizena; 50 gr. De queso de bola rallado; una yema de huevo.

En el caldo pasado por un colador fino se pone a cocer la maizena disuelta en un poco de agua fría. Se le añaden los macarrones, que han sido antes triturados y cocidos con agua.

Se deja cocer la maizena y los macarrones durante unos 15 minutos, y cuando falte poco para servirse la sopa, se le mezcla el queso rallado, más la yema del huevo deshecha en un poco de caldo o leche. Rectifíquese de sal y sírvase. Debe resultar más bien clara que espesa.

Ignacio Doménech, La Manduca, 94

MACARRONES A LA ARLESIANA

Para tres personas: 125 gr. de macarrones cortados que se cuecen en agua y sal durante unos 15 minutos; luego se escurren bien y se



refrescan.

En una sartén se fríen con manteca 50 gr. de tocino entreverado cortado a pedacitos, junto con 100 gr. de setas fritas, bien limpias. Se le mezclan los macarrones y unos 60 gr. de queso rallado, sal, un poco de pimienta blanca en polvo, y un chorrito de leche. Saltéense a fuego vivísimo y déjense enfriar un poco.

Cuando estén un poco fríos, se les mezcla un huevo entero y una yema bien batidos. Se unta un molde flanero liso con manteca, espolvoréese con galleta en polvo o pan rallado, y se le echan todos los macarrones. Se cuece al baño maría, durante una hora y media.

Para servirse se desmolda y se rocía con una salsa bechamel.

Ignacio Doménech, La Manduca, 124

MACARRONES A LA ITALIANA

Se cuecen 250 gr. De macarrones, se escurren y se cubren con agua fría, cuando estén fríos se escurren nuevamente.

Se prepara la siguiente salsa:

En una sartén si fríen 25 gr. de tocino con un poco de manteca de cerdo y cuando se haya derretido el tocino, se añade media cebolla cortada muy fina, haciéndola freir y una vez esté dorada se le añade una cucharada de harina dejándola freir hasta que quede tostada, entonces se añaden 250gr. de puré de tomate. Se deja cocer durante unos 15 minutos y luego se pasa por un colador fino.

Se mezclan los macarrones con la salsa, se colocan en un plato que resista el fuego y se cubren con 150 gr. de queso de bolsa rallado, colocando encima unas bolitas de mantequilla. Se ponen al horno y cuando esté el queso completamente dorado, se sirven.

L.V.C.

MAHONESA DE BONITO GALSERANA

Este plato puede prepararse con bonito o atún en escabeche o también fresco.

Una vez bien limpio, sazónese de sal, zumo de limón y póngase en una



tartera, rociándose el pescado con un poco de aceite, se mete en el horno fuerte durante unos veinte minutos. Luego se retira, dejándolo enfriar.

Se cuece un kg. De patatas con piel, se mondan y se cortan a pedacitos delgadísimos como papel y se ponen en una ensaladera, mezclándose con 150 gr. De bacalao remojado crudo, sin espinas ni pellejo, bien deshilachado. Se añade una cucharada de perejil picado, un poco de cebolla trinchada, aceite y vinagre en cantidad discreta y uno o dos tomates bien maduros mondados y picados. Se mezcla bien esta ensalada con ayuda de una cuchara.

Se prepara una salsa mahonesa perfumada de ajo.

En una fuente amplia, redonda o larga, se coloca en el centro la ensalada de patatas y bacalao; se le da forma de cúpula alisándola con la hoja del cuchillo y por encima se colocan los filetes de atún o bonito, con una capa de salsa mahonesa espesita sobre la que se forma una corona con aceitunas deshuesadas. Entre aceituna y aceituna se coloca una ramita formada por dos o tres hojas de berros limpios y bien escurridos; rematando la cúpula con un moñete de yema de huevo duro pasado por el tamiz,

Con la clara del huevo duro cortada en tiras, separadas y puestas en un mismo sentido, se forma un adorno.

Se adorna el borde de la fuente con una coronita de berros; al lado de estos, huevos duros cortados a pedazos (cada huevo en 8 pedazos).

Ignacio Doménech, La Manduca, 65

MAHONESA DE CHOCOLATE

Cantidades:

200 g de chocolate, 80 g de azúcar, 30 g de mantequilla, 2 cucharadas de extracto de café, 3 o 4 huevos.

Se funde al baño-María con la mantequilla el chocolate cortado a trozos o pasado por rallador. Se añade el azúcar, trabajando la mezcla con un batidor durante 5 a 10 minutos, hasta lograr una crema clara. Se agregan las yemas y el extracto de café, removiéndolo bien.



Se baten las claras a punto de nieve y se añaden a la crema.

Se conserva al fresco hasta el momento de servirla.

GALLETAS MARÍA

150 g de mantequilla, 150 g de azúcar, 800 g de chocolate en polvo, 2 claras batidas.

Se funde al baño María la mantequilla y el chocolate.

MANDONGUILLES

Es trinxa bé carn de bedella, es posa a remullar amb llet una llesca de pá i's barreja amb la carn, tornant a picar-ho i barrijant-ho amb un ou, canyella, pebre, una cullerada de Xerez i sal. Es pasta bé, i en una xicra enfarinada es fanbles mandonguilles, fregint-les després amb llard. Es treuen i ene l mateix llard s'hi posa una mica de farina, tomàtec i caldo; es remena bé, es deixa bullir una estona, es pasa per un colador i's tira en una cassola junt amb les mandonguilles i unes quantes cebetes, que j'á es tindrán bullides. Es deixa una estona tLa nueva cocina elegante españolal foc i 's serveix.

Art de ben menjar

MANTECA A LA MAYORDOMA

Se toma un buen trozo de manteca de vaca y se le añade perejil picado muy fino, sal, pimienta blanca el polvo y bastante zumo de limón. Se empastan bien estos ingredientes y queda lista.

MEJILLONES A LAS FINAS HIERBAS

Se rehogará en una sartén un poco de cebolla muy picada, y dos ajos picados. Al tomar color se le añade una regular cantidad de perejil picado fino, y se saltean los mejillones mojándolos con un vaso de vino blanco. Se sazonan de sal, zumo de limón, y un poco de pimienta en polvo.

Se sirven recién hechos

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 181



MEJILLONES CON CEBOLLA

En una sartén se rehoga una regular cantidad de cLa nueva cocina elegante españolaada a filetes finos, junto con dos ajos picados, y cuando la cebolla empieza a tomar color se le añaden los mejillones bien limpios y se saltean a fuego vivo hasta que queden bien hechos; se sazonan de sal, nuez moscada y zumo de limón.

Se sirven en una fuente y se espolvorean de perejil picado muy fino, adornando el borde con rodajas de limón.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 181

MEJILLONES CON TOMATE

Una vez bien limpios, se saltean en una sartén cn aceite, un ajo y perejil; cuando estén en su punto se les quita media cáscara.

Se sirven en una fuente rociados con abundante salsa de tomate, y espolvoreados con perejil picado fino.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 180

MEJILLONES O ALMEJAS A LA MARINERA

Este plato debe prepararse poco antes de servirlo.

Una vez limpios y bien escurridos los mejillones, se ponen una sartén grande sobre fuego vivo, con aceite y una cebolla picadísima. Cuando este empiece a dorarse, se le echan los mejillones, salteándolos vivamente a gran fuego; añadir ajo y perejil picado, sal, pimentón, pimienta blanca en polvo, un poco de pasta de tomate, y rociarlos con un poco de vino blanco. El conjunto del guiso debe ser un poco picante.

Ignacio Doménech, La Manduca, 157

MEJILLONES O ALMEJAS A LA MARINERA

En una sartén con bastante aceite, se rehoga una cebolla picada finamente, y cuando empieza a tomar color, se le añade un poco de perejil picado, y a continuación se saltean los mejillones. Una vez salteado un poco se les añade un poco de salsa de tomate, se sazona de sal, pimienta y unas gotas de limón.



Se sirven recién hecho añadiéndoles un alioli que no sea muy espeso.
Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 181

MEJILLONES O ALMEJAS A LA MARINERA

Límpiese los moluscos. En una sartén o plato o plato de saltear con bastante aceite, se rehoga una cebolla picada finamente, una vez la cebolla empieza a tomar color dorado, se le añade un poco de perejil picado, y enseguida se saltean los mejillones. Cuando estén bien salteados se les moja con un poco de salsa de tomate. Sazónese de sal, pimienta y unas gotas de limón. Al momento de servirlos se les añaden un poco de alioli sin que sea espeso. Sírvanse siempre recién hechos.
Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 181

MEJILLONES REVOLUCIONARIOS

Una vez se tengan los mejillones cocidos, se dejan con la mitad de la cáscara y se colocan en una cazuela de boca ancha.

Por cada kg. de mejillones se machacan en un almirez seis ajos y una buena cantidad de almendras tostadas, debiendo obtenerse una pasta bien fina, a la que se añadirán dos o tres tomates asados, sin piel ni semillas, y las yemas de dos o tres huevos duros. Se machaca todo bien, y se le mezcla poco a poco aceite, trabajándolo como si se tratase de una mahonesa.

Cuando se tenga suficiente salsa, que no sea muy espesa, se reparte por encima de los mejillones. Finalmente se echan por encima las claras de los huevos cortadas muy menudamente.

Ignacio Doménech, La Teca, 90

MERLUZA (Rodajas de merluza Rosita)

Proporciones para 4 personas:

Merluza del centro (no muy gorda) 6 rodajas regulares, 3 anchoas, una libra de tomates, 2 huevos, 75 gr. de miga de pan y 75 gr. de queso rallado, tres decilitros de aceite, un limón, una buena cucharada de perejil picado, una copa de vino blanco, sal, un poco de pimienta blanca



en polvo y 50 gr. de manteca de vaca.

Las rodas de merluza bien limpias se sazonan de sal y zumo de limón, luego se mojan de aceite y se empanan ligeramente con el pan y el queso rallado, y bien mezclado. Una vez empanadas, se colocan en una lata o tartera, y 15 minutos antes de servirse se asan en el horno.

Se fríen los tomates, bien mondados y picados, con aceite, un poquito de ajo, perejil, sal y pimienta, que quede bien sequito.

En una pequeña cacerola se pone el vino blanco a cocer y cuando se haya quedado reducido a la mitad, se coloca la cacerola al baño maría (sin que hierva el agua) y se pone la mantequilla, dos yemas, las anchoas desaladas, sin espinas y pasadas antes por un cedazo, transformadas en puré, perejil picado, zumo de limón, sal y una cucharada de leche.

Se bate esta salsa con un batidor pequeño, algo de pimienta y rectificuese de sal; si se espesa demasiado, añádase una cucharada de leche.

Colóquense las rodas de merluza en la fuente; encima de cada trozo se coloca una cucharada de tomate formando montoncito; se adorna con limón rallado, y se sirve la salsa en una salsera.

Ignacio Doménech, La Manduca, 184

MERLUZA A LA CATALANA

Se parte la merluza y se cuece en una cacerola con aceite, vino blanco, cebolla, ajo picado, perejil y laurel. Al servirla se espesa el caldo con miga de pan empapada en leche, pudiendo añadirse un picadillo de nuez o almendras.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 187

MERLUZA A LA CATALANA

En una cazuela puesta al fuego con aceite La nueva cocina elegante española cebolla picada fina, y cuando tome color se le añade un poco de perejil muy bien picado, agregándole una cucharada de harina, y dejando rehogar un poco todos los ingredientes.



Mójese con un par de cucharones de agua o caldo, revolviendo la salsa a fin de que resulte bien fina; déjese cocer durante diez minutos sazónada de sal, nuez moscada y una hoja de laurel.

Se hace a parte un alioli cortado y azafranado, que se vierte a la salsa. Se meten en ella las rodajas de merluza y una regular cantidad de guisantes cocidos, mejillones sin concha y una cucharada de puré de tomate.

Se tapa la cacerola y se deja cocer durante unos diez minutos. Salsa justa, aunque abundante.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 146

MERLUZA A LA GALLEGA

La merluza, bien limpia y cortada en pedazos regulares, se cuece con agua hirviendo sazónada de sal, tomillo, laurel, perejil fresco en rama, y un poco de aceite y vinagre. Una vez cocida se retira en sitio donde no llegue a enfriarse.

En una cazuela se rehoga una cebolla cortada en tiras gruesas, y cuando tome color se le agrega un picado de cuatro ajos y bastante perejil; a continuación, se agregan una regular cantidad de patatas cortadas en forma redonda, y una vez rehogadas se mojan con caldo de la merluza, procurando que queden cocidas sin que resulten demasiado caldosas.

En una sartén se requema una regular cantidad de aceite, al que se añade un poco de pimentón y unas cuantas gotas de vinagre.

Para servirse, se coloca la merluza en el centro de una fuente, y se guarnece alrededor con patatas. Se vierte por encima del guiso el refrito de aceite y pimentón, y lo restante se sirve aparte; las patatas en fuente y la salsa en salsera

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 145.

MERLUZA A LA MARSELLERA

Se unta con aceite una lata que tenga reborde y pueda meterse al horno, y en ella se colocan los pedazos de merluza bien sazonados de



sal y zumo de limón; se dejan cocer un poco.

En tanto se pone una sartén al fuego con un poco de aceite en el cual se frie una cebolla regular bien trinchada, unos tomates pequeños picados, ajo, perejil, una anchoa o dos sin sal ni espinas y bien picadas, un poco de azafrán, sal y una mínima cantidad de pimienta. Se reparte este guiso por encima de la merluza, regándola con el mismo jugo que ha soltado; se termina de cocer en el horno.

Al servirse, se trasladan los pedazos de merluza a una fuente, cubriéndose el guiso con tomates y anchoas, y adornando el borde con pedazos de pan fritos cortados en forma triangular y que queden bien tostados.

Debe servirse bien caliente o recién hecho.

Ignacio Doménech, La Teca, 104

MERLUZA A LA RIOJANA

Cortada la merluza en pedazos o filetes, se pone en una fuente con un poco de aceite, sal, y zumo de limón; a medio cocer se le añade una cantidad regular de salsa de tomate con pimientos morrones en tiritas. Termínesse la cocción en el horno.

Ignacio Doménech, La Manduca, 88

MERLUZA A LA ROMANA

De merluza del centro o bien con filetes de pescadilla sin espina, ni pieles, y bien aplastaditas y limpias. Se sazonan con sal y zumo de limón, pasarlas por harina y huevo batido, La nueva cocina elegante española en aceite bien caliente, retirándose de la sartén estando bien dorados.

Una vez puestos en la fuente, se adornan con unos pedazos de limón; aparte puede servirse tomate frito picado o en salsa.

Ignacio Doménech, La Manduca, 94

MERLUZA AL HORNO

Se limpia perfectamente un buen pedazo de merluza y se seca con un



pañó, luego se corta en pedazos regulares, sazonándolos con sal y zumo de limón. Se unta una tartera con aceite y se coloca en ella la merluza rociándola con un poco de vino blanco; se baña toda la merluza con salsa de tomate y se cubre con miga de pan rallada, mezclándose con un poco de ajo y perejil picado muy fino. Se rocía por encima con aceite y se mete al horno durante quince minutos.

Sírvase muy caliente.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 145

MERLUZA CON SALSA VERDE

Rehogad en aceite dientes de ajo y cebollitas; ponerle bastante perejil picado y medio vaso de vino blanco y otro de agua, y dejadlo hervir por espacio de unos diez minutos.

Se pone en esta salsa la merluza, espolvoreándola antes con sal y harina. Al cabo de diez minutos volver a ponerla igual de tiempo en el horno.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 188

MERLUZA EN SALSA

Se fríe cebolla, tomate y perejil, y se echa a la merluza, sazonándola con sal, para que cueza.

En un almirez se machacan un poco de pimienta, un ajo frito, bastantes almendras, mitad tostadas y mitad crudas, y una miga de pan frita.

Dos minutos antes de apartar la cazuela del fuego, se echa este majado a la merluza y se deslie bien.

Se deja que dé un ligero hervor.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 187

MERLUZA EN SALSA VERDE

Se escoge una buena merluza, y desLa nueva cocina elegante españolapia se corta en rodajas y se sazona con sal y zumo de limón. Transcurrido un rato, se pone en una sartén o plato de saltear al fuego con aceite, dejándolo que se requeme un poco con unos ajos. Cuando



ROSINA
MARTINE
XII-1980

los ajos estén dorados, se retiran y se deja enfriar el aceite, y cuando está frío se le pone una cebolla y unos ajos, todo ello picado muy fino, y encima la merluza, espolvoreando todo con abundante perejil picado muy fino. Se tapa la cacerola y se coloca al fuego fuerte. Cuando esté hirviendo se retira y se pone en un sitio que tenga poco fuego por espacio de media hora para que cueza muy suavemente y la merluza suelte un poco de agua.

Si no soltara agua se le adiciona un poco de agua fría. Antes de servirlo, se saltea con su propio jugo.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 150

MERLUZA RELLENA.

Una merluza grande; 100 gr. de jamón, dos huevos duros, trufas, aceitunas, queso rallado, pimienta y perejil, pan rallado, vino blanco y aceite. Se escama, vacía y lava la merluza perfectamente, se enjuaga y sala. Se pica jamón huevos duros, trufas, aceitunas, un poco de perejil, y una pizca de pimienta; con todo esto bien majado se rellena la merluza, se ata y deja hasta dos horas antes de servirla, que se pone a cocer con aceite frito, un vaso de vino blanco, otro de agua, un poco de sal y pimienta, teniendo cuidado de darle vueltas; cuando se comprenda que está cocida, se espolvorea por encima con pan rallado mezclado con el queso, dejándolo en el horno hasta el momento de servirse.

MERMELADA DE NARANJAS

Se cogen, a ser posible, seis naranjas dulces, dos amargas y dos limones.

Cortar toda la fruta en lonjas muy finas, retirando todas las pepitas. Una vez cortada, se pone en una vasija o barreño, cubriendo la fruta con agua algo abundante y déjese durante unas 24 horas.

Pasado este tiempo, se pone la fruta en una cacerola y se cubre con litro y medio de agua o algo más, y se deja cocer lentamente durante unos 45 minutos; retírese del fuego y déjese reposar durante 24 horas.



Al otro día, se le ponen 800 g de azúcar por cada kilo de fruta (sin contar el agua) y se hace cocer durante hora y media lentamente, hasta que se forme jalea, quedando terminada.

Ignacio Doménech, La Manduca, 276

MOLDE DE BERENJENAS A LA MALLORQUINA

Una vez peladas las berenjenas, se cortan en rodajas delgadas, se sazonan de sal y se pasan por harina, friéndolas bien doradas. Aparte se tienen fritas patatas en rodajas y pimientos verdes asados y cortados en tiras.

Se dispone un molde grande, o bien una cazuela honda untándola de manteca y espolvoreándola de pan rallado; en el fondo se coloca una hoja de papel de barba untada de manteca.

Se cubre el fondo del molde con una capa de rodajas de berenjena, encima perejil picado, una capa de patatas, más perejil y una capa de pimientos; y así sucesivamente.

Se cubre el conjunto con una buena salsa de tomate, un poco de pan rallado, y se cuece a fuego lento durante unos minutos.

Puede servirse volcándolo en una fuente o bien en el mismo molde.

Ignacio Doménech, La Teca, 204

MOLLS AMB SALSA DE PINYONS

Es trien molls molt frescos, s'emboliquen amb un paper d'estraça untat d'oli, i's posen a la brassa. Es fá una salsa amb bastants pinyons, all i julivert, que's piquen bé al morter, tirant-hi una cullerada d'aigua, deu cullerades d'oli fregit i el suc d'una llimona, barrejant-ho bé, i servint-se fret amb ells molls.

Art de ben menjar

MOLLS AL FORN

Es netegen, renten i salen, i's col·loquen en una plata es cobreixen amb ceba crua picada, posant-hi oli, suc de llimona, vi ranci, un xic d'aigua, i pá ratllat per sobre.



Es fiquen al forn amb una mica de mantega damunt de tot, i quant son daurats es serveixen.

Art de ben menjar

MOLLS AL MINUT

Es fregeixen els molls amb llard, i després s'hi tira per sobre pa ratllat, julivert trinxat, una mica de mantega calenta i pebre vermell.

Art de ben menjar

MONGETES EMPEDRAT

Es fa una truita de monjetes saques bastant doble, es deixa refredar i's talla a talls regulars. En una cassola es fa un sofregit de ceba, tomàtec, alls i julivert; quan es ros, s'hi tira una picada de pa fregit i mitj grà d'all, s'hi posa sal, canyella, pebre i els talls de la truita, i's deixa bullir una estoneta amb poc foc.

Art de ben menjar

MONGETES SEQUES A LA MADRILENYA

Al posarles a bullir, s'hi afegeix una ceba, pastanagues, mitja fulla de llorer, tres o quatre grans de pebre negre, julivert, i un raigud'oli, fent que quan sien cuites quedin amb poca aigua.

Art de ben menjar

MONGETES SEQUES GUISADES

Es fan bullir les mongetes. Apart en una paella s'hi posen dues cullerades de vi sec, fent que minvi la meitat; aleshores s'hi tira una ceba petita trinxada, una mica de mantega, una cullerada de farina, una cullerada de salsa de tomàtec, sal, pebre i un pols de sucre, i's deixa coure una estona, afegint-hi una miva d'aigua de fer bullir les mongetes. Es cola amb el colador xino i's tira sobre les mongetes, deixant que cogui una estona tot plegat. Al moment de servirles s'hi exprem el suc de mitja llimona.

Art de ben menjar



MONGETES TENDRES

Despres de triades i netes, es posen en aigua que bulli i s'hi tira la sal totseguir pera que quedin verde. Encara quedarán millor si per endavant ja s'ha tirat a l'aigua la sal correspondent. També es lograrà que quedin tendres i verdes si, quan bullen, s'hi posa un xic de bicarbonat.

Un cop cuites le mongetes tendres, es posen a escorrer. En una cassola, s'hi tira una cullerada de mantega una cullerada de farina, sal, nou moscada i una copa de llet o d'aigua de la que ha servit pera courer les mongetes. Es fá bullir una estona, i s'hi afexeix un parell d'ous i julivert trinxat. Si no s'hi posa llet, s'hi pot tirar-hi un raget de vinagre.

Art de ben menjar

MONGETES TENDRES A L'ANGLESA

Enubullenni s'escorren. En una cassola s'escalfa mantega i s'hi tiren herbes julienne tendres ben trinxades, pebre, sal. Quan se'ls hi ha donat un tom s'hi afegeixen le mongetes, una mica de sic de llimona i una cullerada de farina. Es deixa sofregircuna estona, i's serveixen.

Art de ben menjar

MONGETES TENDRES AMB VI

Es bullen primer les mongetes, i s'escorren. En una cassola s'hi posa llard i una mica de ceba trinxada; quan comença a tenir color s'hi tiren les mongetes, un xic de sal, pebre i una mica de vi. Se'ls fá donar un bull, i's serveixen.

Art de ben menjar

MONGETES TENDRES OFEGADES

En una olla amb llard, es fá un sofregit de ceba, tomàtec y trossets de cansalada; quan aixó es ros, s'hi tiren les mongetes i un xic de sal; es posa un plat a sobre i's deixa courer amb poc foc, sacse jant-ho de tant en tant.

Art de ben menjar



X-1953

MUSCLOS AMB CEBÀ

En una cassola s'hi posa una cullerada de llard i quant es ben calent s'hi tira ceba, porros i pastenagues, tot ben trinxat. Després es sofreixeix una mica, s'hintiren els musclos, sal, pebre i una cullerada de salsa de tomàtec, remenant-ho fins que els musclos s'obrin. Aleshores se'ls hi treu una closca, s'els tira un bon raig de llimona, i's deixen coure amb poc foc.

Art de ben menjar

NERO AL FORN

Després de net es sala, se'l posamen una llauna amb oli i rodanxes fines de seba, i's fica al forn.

En una paella es sofregeix ceba trinxada i un grà d'all. Quan ha enrossit, s'hi afegeix pa picat, sel deixa daurar, i ruixant-lo amb una mica d'aigua, es tira sobre el peix. Quan es cuit, s'hi tira un bon raig de llimona.

Art de ben menjar

NERO AMB SALSA DE MANTEGA NEGRA

S'agafen rodanxes de nero, es salen, s'hi tira un raig de llimona, s'enfarinen i es fregeixen amb oli. Quan son cuites, es posen en una plata, i per sobre se'n tira cerfull trinxat. A la paella es fa fondre mantega amb un bon raig de llimona, es deixa al foc fins que la mantega agafi un color bastant torrat, i's tira al peix al moment de servir-lo.

Art de ben menjar

OUS A LA FLAMENCA

Es fan ous fets, i quant son fets es parteixen per la meitat, i's treuen els rovells, que's piquen amb julivert, pa remullat amb llet, sal i pebre, fent-ho freigir amb llard. D'aquesta pasta s'omplen les clares ben curulles, de manera que's ous semblin enters; es rebozen amb pa ratllat i ou batut i es fregeixen, servint-los fets amb salsa mahonesa al damunt.

Art de ben menjar



OUS A LA FLORENTINA

En una cassola es desfá una mica de llard; quan já es fos s'hi afegeix aigua i bastant julivert picat. Després poc a poc, s'hi van tirant els ous amb precaució. Es deixen al fod fins que les clares sien preses, però sobre tot que el rovell quedi orú.

Es serveixen amb crostes de pá fregit.

Art de ben menjar

OUS A LA PAULINA

Ous durs, els quals es àrteixen separant els rovells de les clares. Apart es fá sofreixir una miqueta de ceba ben fineta, carn picada de tocino o llús també picat, i s'hi afegeix la mitat dels rovells.

D'aquesta pasta sómplen les clares, tirant-hi al damunt una mahonesa clareta i el reste del rovells durs passats per un colador.

Es serveix com a plat fret.

Art de ben menjar

OUS A LA PORTUGUESA

Es preparen ous "pochés"; es tallen uns quadrats de pá fent-hi un buit al mitj de cada un, 'unten bé de mantega i's posen al forn a daurar.

Es coloquen en una plata amb un ou sobre del buit, i per damunt s'hi tira salsa de tomàtec, que járs tindrà preparada amb un xic de mantega.

Art de ben menjar

OUS AMB ANXOVES

Es fan ous durs, es, parteixen i separen els rovells que's piquen amb dues anxoves. Es fá una salsa blanca ben espessa, s'ajunta amb la pasta formada per les anxoves i els rovells, i se'n omplen les clares ben curulles a fí de que cada meitat sembi un ou sencer. Després s'arrebosen amb ou i pá, i's frexeixen.

Art de ben menjar



OUS AMB BRANDALLA DE BACALLÀ

Es fá fregir oli amb un grà d'all. Aquest oli es barreija amb el bacallà picat. Es col-loc a en una plata i s'hi posen ous "pochés" i una bejamel per damunt amb formatge.

Art de ben menjar

OUS AMB PANETS DE VIENA

Es parteixen per la mitat els panets, es treu tota la molla, es remullen amb una miqueta de llet i's frexeixen amb mantega. Un cop fregits, es col-loc a al mitde cada un ou, i a sobre una capa de formatge ratllat. Es fica al forn, procurant que'l rovell no's prengui.

Art de ben menjar

OUS AMB SALSA DE TOMATEC

Es fá una salsa espessa de tomàtec; es col-loc a en una plata que vagi al forn, i a sobre s'hi van trencant els ous, cuidant que quedin ben sencers. S'hi posa sal i una miqueta de mantega, i's deixen damunt de la cuina fins que les clares sien preses.

Art de ben menjar

OUS ARREBOSSATS

Es fan bullir els ous quatre minuts i's posen en aigua Freda. Es pelen amb cuidado; i al momento de servirse s'arbossen amb ou i galeta.

Es poden presentar amb diferentes salsas o purés.

Art de ben menjar

OUS DURS AMB ESCARXOFES I PESOLS

Es fá a la cassola un sofregit amb oli, ceba en trinxada menuda, alls, juligert i tomàtec; quan aixó es ben sofregit s'hi afegeix una culleradanpetita de farina que's deixa enrossir, i si adiciona aigua, deixant que vági bullint. Llavor s'hi tiren una lliura de pésoll i els ours durs, partits per mitg, i finalment les escarxofes que s'hauran partit en quatre trossos bullint-les am aigua salada i fregint-les enfarinades. Tot



plegat es deixa a poc foc cosa d'una hora, i's serveix.

Art de ben menjar

OUS FERRATS AMB TOMATEC

Es parteixen per la mitat els tomatecs, es salen, s'hi tira al damunt una bona capa de pá ratllat i julivert trinxat, i's fiquen al forn.

En la paella, amb força oli, es ferren els ous, tirant-hi oli per sobre per a que el rovell quedi coert, i's col·loquen en una plata. En el mateix oli es fregeixen talls de pernil, col·locant a sobre de cada tal un ou, guarnint la plata amb els tomàtecs que's tenen al forn a gratinar, i servint-ho ben calent.

Art de ben menjar

OUS PASSATS PER AIGUA

Per a que quedin a punt, es posen els ous amb aigua freda en quantitat suficient per a cobrirlos, i al moment de bullir es teuen i's posen en aigua tèbia fins que s'an de servir. Si no's treyen de l'aigua quan bull i deixant-los-hi quatre minuts.

Art de ben menjar

OUS "PINCESA"

Es fan ous "pochés". Es fregeixen trossos de pá en els quals hi cápiguen els ous, shi posa un tall de pernil de la mateixa mida i l'ou "poché" amb un tall de tófoha al damunt, i's posen en una plata.

En una paella es fá un sofrefit de ceba, tomàtech, vi ranci i una mica de mostassa. Quan es cuit, es cola i s'h posen xampinyons, s'hi dona un bull i's tira sobre els ous.

Art de ben menjar

OUS "POCHES" AMB FONDOS D'ECARXOFES

Es fan bullir els fondos d'unes escarxofes ben grosses, tirant a l'aigua una mica de farina per a que no's tornin negres. Quan son cuits, s'escorren i s'aixuguen. Els ous, previament "pochés", es coloquen cada



un en un fondo d'escarxofa.

Es fá una bexamel amb llet, farina i mantega; s'hi ajunta un rovell d'ou al trenrela del foc, i's tira damunt dels ous.

Art de ben menjar

OUS "POCHES" AMB PURE D'ESPINACS

Es treuen els troxos dels espinacs, i's fan bullir mitja hora amb aigua salada; quant son cuits es colen. En una paella s'hi posa mantega i s'hi tira el puré dels espinacs, donant-hi uns quants vols. Aixó es posa en una plata i al damunt s'hi coloquen els ous "pochés", cobrint-los amb una bejamel de llet, mantega i farina, i empolsant-los amb un jich de formatge de parma ratllat.

Art de ben menjar

OUS "POCHES" DINTRE DE TOMATECS

Es trien uns tomàtecs ben iguals i grossos, i's parteixen pel mitj, es buiden, es posa al ons de cada un un xic de mantega, i's fiquen al forn. En una cassola es tira un bon raig de vinagre, estragó trinxat i dues cullerades de salsa de tomàtec, deixant-lo bullir una mica. Després s'hi afexixen dos rovells d'ou, una mica de mantega, trossets de tófona, sal i pebre.

Es coloca un ou "poché" dintre de cada tomàtec, i turant-hi la salsa damunt, es serveixen.

Art de ben menjar

OUS REMENATS A LA FRANCESA

Per a cinc persones es posen en una cassola sis ous, dues taces de salsa blanca, no gaire espessa, sal, pebre i un xic de mantega. Es remena bé fins que quedi ben fí. Aleshores es posa al bany maría remenant-ho continuament fins que quedi com una crema espessa.

Es serveix tirant-hi trossets de pá fregits amb mantega.

Art de ben menjar



PASTA PARA ARREBOSSAR

Es barreja mitj vas de vinagre amb farina, sal i llet, i s'en fá una pasta.

ALTRA PASTA PARA ARREBOSSAR

En un plat s'hi posa farina, s'hi fá un clot al mitj i s'hi posa un rovell d'ou, una cullerada d'oli, dues d'aiguarent i sal. Es remena bé, sempre en la mateixa direcció, barrejant-hi aigua fins que queda una pasta epesseta. Al moment de ferla servir s'hi afegeix la clara muntada.

Art de ben menjar

PASTIS DE LLUÇ

Es fá bullir una lliura de peix i quatre o cinc cebes. Quan es cuit, es pica al tallador i's posa a la paella amb llard i molsa de tomàtec o una bona cullerada de salsa espessa de tomàtec; es barreja bé, fent-ne una pasta, i's fica al forn en una plata rodona que per les seves dimensions permeti donar-la la pasta uns quatre centímetres d'alçada. Es deixa daurar, i's porta a taula amb salsa mahonesa per sobre.

Art de ben menjar

ALTRE PASTIS DE LLUÇ

Es treu la pell i l'espina de un lluç de terça, i's pica al tallador amb bastanta molla de pá amb llet, s'hi afegeix una cullerada de pasta de tomàtec, vi ranci sec, i un ou ben batut. Es barreja tot ben bé i's tira a un motllo llis untat de mantega, cohent-ho al bany maría dintre el forn, cosa de mitja hora. S'aboca i al voltant s'hi posa salsa holandesa. Ha de quedar d'uns tres centímetres de gruix.

PASTIS DE TRUITA

Es fan tres truites de dos ous; una de mongetes ten dres, (o un'altra verdura) una de ceba i una de tomàtec.

Es colliquen en una plata que vagi al forn una a sobre de l'altra, i entre truita i truita s'hi posa una capa de la següent bejamel.



En un cassó s'hi poosa una unça de mantega, dues cullerades de farina, sal, un xic de nou moscada i miti litre de llet. Quan comença a bullir s'hi tiren tres unces de rap i tres unces de escamarlancs a trossets. Per sobre de les truites s'hi acaba de tirar la bejamel que resti i un pols de formatge ratllat. Es fica al forn a gratinar.

PASTISSETS D'ESPINACHS

Es fá una pasta amb mitja lliura de farina, un ou, una xicra d'aigua, una miqueta de sal, i mitja cullerada de polvos de llevat. Els esponacs s'haurán fet bullir amb sal i, ben expremuts, es fregeixen amb panses i pinyons.

Es fan els pastissos damunt d'un marmol aprimant la pasta amb el corró, i s'omplen d'esponachs, donant-los-hi la forma de crestes o pastissos. Es fregixen amb molt oli.

Art de ben menjar

PATATAS A LA VIENESA

Se prepara medio kg de patatas mondadas y 250 gr. de cebollas; se rallan ambas cosas con el rallador de pan o con la maquina. Se obtendrá un puré un poco grueso que se pondrá en un recipiente, mezclándole dos huevos, una cucharada grande de harina, una cucharada pequeña de queso rallado, sal, un poco de pimienta blanca y perejil trinchado. Mézclese bien durante un rato con una cuchara.

Poco antes de servirse se prepara una sartén al fuego con regular cantidad de manteca o aceite fino, procurando que no esté demasiado caliente. Se pone a freir la pasta a cucharadas, resultando unas pequeñas tortillas, de las cuales pueden freirse varias a la vez, se doran de ambos lados procurando que queden bien fritas.

Ignacio Doménech. La Teca, 191

PATATAS AL TRAPICIO

Se fríen en buen aceite unas cuantas hojas de perejil, que luego se escurren y separan en un plato. En el mismo aceite, y por orden, se



fríen dos ajos cortados a pedazos y un poco de pan cortado en pequeñas rebanadas. En el aceite que quede de estos fritos se refríe media cebolla trinchada, y cuando esté bien dorada se le añaden las patatas cortadas como para el guisado; se añade agua en cantidad suficiente para cubrir las patatas, junto con sal, un poco de pimienta, una hoja de laurel, clavel de especia. Los ingredientes fritos anteriormente se machacan en el almirez hasta convertirlos en fina pasta, que se disuelve en un poco del caldo de las patatas, juntándolo a estas. Cuando las patatas estén bien cocidas se vuelcan en una cazuela de tierra, y se estrella encima de ellas un huevo por persona, cociéndose el conjunto al horno para que los huevos queden cocidos sin ser duros; esta última operación se hace poco antes de servirse el plato.

Ignacio Doménech, La Teca, 190

PATATAS AVELLANITAS DORADAS.

De patatas grandes mondadas se modelan avellanitas por medio de un molde-cucharita que les da esta forma. La parte de patata estropeada se puede utilizar en otra manera. A medida que se van modelando, se ponen en agua; luego se lavan bien y se doran en manteca de vaca, sazónándolas de sal. Se saltean a menudo a fin de que se doren por igual y queden bien sueltas y algo crocantes; se les hecha una pequeña porción de perejil picadísimo por encima.

Ignacio Doménech, La Manduca, 170

PATATAS DORADAS

Se escoge un kg de patatas regulares, partiendo cada una en dos y se mondan; luego se lavan bien con bastante agua y se cuecen con agua y sal durante unos tres o cuatro minutos. Pasado este tiempo se escurren y se ponen a dorar muy bien en aceite, primero sobre un buen fuego y luego en el horno. Momentos antes de retirarse se espolvorean con perejil picado finamente. Pueden dorarse con manteca.

Ignacio Doménech, La Manduca, 151



Rosina

PATATAS EN SALSA VERDE

En una pequeña cazuela de barro puesta al fuego con dos cucharadas de aceite. Tan pronto quede bien caliente se le hecha una gran cucharada (de las de sopa) de perejil unido a dos ajos, muy trinchadas ambas cosas; antes de que tomen ningún color se le echan 300 gr. de patatas cortadas a pequeños cuadros, una hoja de laurel y un poco de pimienta blanca. Rehóguense las patatas moviéndolas con la espumadera, mojarlas con agua hirviendo cubriéndolas con alguna abundancia; sal, y déjese cocer rápidamente, estando tapadas, en un ángulo del fuego.

Ignacio Doménech, La Manduca, 121

PATATAS FONDANTES

Se cuece en medio kg. de patatas con agua y sal; luego se escurren y se pasan por tamiz. Sazónese con manteca, una yema, queso rallado, una pequeña parte de harina, nuez moscada, y se empastan bien. Luego se modelan bolas del tamaño de una nuez, y se colocan encima de una placa untada de manteca separando unas patatas de otras. Se pitan por encima con huevo batido, algo de queso rallado y se meten en el horno hasta que se doren un poco. Sirven de guarnición a muchos platos de carnes o aves asadas o en salsa.

Ignacio Doménech, La Manduca, 215

PATATAS FONDANTES

Se cuecen medio kg de patatas con agua y sal, se escurren y se pasan por cedazo. Se forma una pasta con las patatas, manteca de vaca, una yema de huevo, queso rallado, un poco de harina y nuez moscada. Se pastan bien. Se modelan bolas del tamaño de una nuez y se ponen encima de una lata untada de manteca, separando unas patatas de las otras. Se pintan por encima de huevo batido, se espolvorean con un poco de queso rallado, y se meten al horno hasta que se doren un poco.

Ignacio Doménech, La Teca, 190



PATATAS FRITAS A LA INGLESA (chips)

Se cortan las patatas en rodajas finas y se fríen sueltas en abundante aceite o manteca, retirándose bien crocantes. Se espolvorean de sal y se sirven.

PATATAS FRITAS DE POBRE.

Se cortan las patatas en pedazos delgados y se fríen en una sartén con muy poco aceite, moviéndolas de vez en cuando. Mientras se fríen, se tapan, procurando que queden unas doradas y otras blancas. Una vez fritas se les junta la sal necesaria, ajo y perejil picado. Puede añadirse un poco de tomate trinchado.

Ignacio Doménech, La Teca, 189

PATATAS FRITAS EN VIRUTAS

Con patatas cortadas en forma de virutas, se fríen en abundante aceite o manteca de cerdo.

PATATAS PAJA, fritas

Se cortan las patatas, que deben escogerse de tamaño grande, en tiritas finas y largas como paja, y se fríen en abundante aceite o manteca. Se retiran bien crocantes.

PATATAS ROSINA

En una cazuela de fondo plano y que no sea muy grande, se ponen dos o más patatas regulares cortadas en forma de dados; se añade un poco de jamón, un pimiento verde y un calabacín, todo ello cortado como las patatas, un ajo, perejil picado, sal y un poco de pimentón. Se le añade un poco de caldo, se tapa bien y se deja cocer a fuego lento hasta que quede el guiso casi seco.

Ignacio Doménech, La Teca, 189

PATATAS SALTEADAS

Una vez cocidas las patatas, se escurren y se mondan cortándolas en



rodajas finas. En una sartén con manteca de vaca o de cerdo, (con la primera resultan más exquisitas) se saltean procurando que tomen un bonito color dorado; se sazonan de sal y perejil picado muy fino y se sirven bien secas.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española 229

PATATAS SALTEADAS

Se trata de patatas cocidas con piel que se dejan enfriar luego, sin cocerlas demasiado con agua y sal. Se mondan y cortan en pedacitos algo gordos. Se pone una sartén con manteca al fuego vivo y se saltean las patatas hasta que tomen un bonito color. Se rectifican de sal y se espolvorean de perejil picadísimo.

Ignacio Doménech, La Manduca, 235

PATATAS "SOUFFLES"

Se cortan las patatas en ruedas un poco más gruesas que el canto de un duro y se fríen en aceite hasta que estén blandas, pero sin dorar; entonces se secan, se escurren en un colador y se dejan enfriar.

Se pone a calentar e en una sartén bastante cantidad de manteca de cerdo, y cuando está muy fuerte se echan unas cuantas patatas ya frías, cuidando que no se toquen unas con otras, a fin de que queden bien "soufflés".

Cuando están doradas se sirven.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 221

PATATAS Y ESPINACAS A LA CAPUCHINA

Se tiene que calcular igual cantidad de patatas y espinacas. Las patatas se cortan a cuadrados un poco grandes y se cuecen con agua y sal. Las espinacas bien cocidas con agua y sal, se exprimen de agua y se trinchan.

Se pone una sartén al fuego con aceite, y en ella se fríe una cebolla bien trinchada. Cuando empieza a dorarse, se le añaden las espinacas y las patatas escurridas de agua, procurando que estas estén bien



enteras. Sal, perejil picado, un poco de pimienta blanca molida y un chorrito de vinagre.

El conjunto debe quedar seco y ligeramente estofado.

Ignacio Doménech, Apats, 200

PATATES A LA REINA MARIA

Es tallen les patates a talls petits i irregulars. Es sofregeixen be i sense treureles de la casserola s'hi fá un sofregit d'allis i julivert, s'hi afegeix una cullerada de farina i's cobreixen d'aigua, deixant-les courerfins que la salsa quedi espessa.

Al servirles s'hi afegeix un rovell d'ou dexatat amb vinagre.

Art de ben menjar

PATATES COMPOSTES

Es fan bullir les patates, pelades i a trossos, amb sal, quan son cuïtesmes piquen, es posen en un cassó amb mantega i un ou, es pasten be, i's tonrne a formar les patates posant farina en una xicra i després una cullerada de pasta, fent igual que amb les mandoguiles.

Aleshores es fregeixen deixant-les ben rosses. S'ha de procurar que totes quedin de la mateixa mida. Es serveixen per acompanyar tota classe de rostits i fregits.

Art de ben menjar

PATATES GROGUES

Es trien patates que tinguin la mateix mida i no sien gaire grosses, i's fan bulliramb aigua i sal. En una cassola's fa sofregir mantega una ceba talla da ben fina, s'hi tireh les patates escoregudes, una mica d'aigua, un rovell d'ou dexatat en aigua freda, i un bon raig de suc de llimona. Es deixa bullir un quart d'hora i's serveixen.

Art de ben menjar

PEIX A LA BADALONINA

Es fan bullir calamars, cipia, mpos, rap i bacallà. En altra olla s'hi bullen



patates, coliflor, cebes, mongetes tendres i pésols. Quan tot es cuit, s'escorre, i's barreija La nueva cocina elegante española peix amb la de les verdures, colocant aquestes i el peix en la plata ont s'ha de servir, fent que aquesta sia fonda.

Es fá una mahones amb un grá d'all, i poc a poc es vá aclarint amb el caldo que's té barreijat, fins que quedi com una crema clara, tirant-ho damunt del peix i de les verdures. S'ha de vigilar molt que la mahonesa no's negui. La salsa quasi ha de cobrir-ho tot.

Art de ben menjar

PEIX AMB SALSA

S'agafa un llobarro o llus, es posa a la llauna una mica d'oli, orenga, llorer i sajolida, i quan l'oli ha pres el gust de les herbes es treuen aquestes i s'hi tira aigua. Es fá bullir el suc una estoneta i s'hi tira el peix. Després es pica un grá d'all, uns cogombres y táperes i un rovell d'ou i's fá una salsa amb l'oli corresponent, tirant-la sobre el, peix i deixant-lo coure una estona fins que sembli que ha agafat el gust.

Art de ben manjar

PESCADILLA AL HORNO

Se limpia la pescadilla, se le quita la cabLa nueva cocina elegante españolaspinas; se corta a trozos, se sazonan de sal, se pasan por harina, se rebozan en huevo batido y se fríen.

Se van poniendo en una fuente que resista al fuego y cuando están todos los trozos se les echa por encima el aceite que sobró de freirlos y un poco de limón, metiéndolos un ratito al horno.

PESCADILLAS A LA EMPEREJILADA

Después de limpiar las pescadillas, se les quita la espina y se dejan extendidas, se sazonan de sal y zumo de limón.

Se colocan en un plato de saltear o tartera untada con aceite fino, y se las cubre con una emperejilada compuesta de pan rallado, perejil y dos dientes de ajo todo ello picado muy menudamente, mezclado con un



poco de aceite; se meten al horno a asar, y cuando están medio asadas se las rocía con un poco de vino blanco.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 158

PESCADILLAS AL HORNO A LA CATALANA

Se limpian bien las pescadillas, se les quita las espinas y se colocan en una tartera untada con aceite. Se cubren con una pasta compuesta de pan rallado, perejil y ajos trinchado muy finamente, y aceite fino. Se ponen al horno y se asan.

Se sirven con salsa de tomate.

PESCADILLAS CON LIMÓN

Se limpian las pescadillas, se sazonan con sal, se secan muy bien con un paño y se envuelven en harina, sacudiéndolas bien para que les quede una capa muy ligera.

Se coloca la cola de las pescadillas de modo que quede sujeta por los dientes, en forma de rosco, y se fríen una a una en aceite fuerte y abundante, y en una sartén grande de forma que no se toquen unas a otras.

Se sirven caliente, doraditas, adornadas con perejil y rajas de limón.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 186

PESCADILLAS FRITAS A LA GADITANA

Se utilizan pescadillas que sean más bien pequeñas que grandes. Limpias y secadas con un paño, se sazonan de sal y de zumo de limón, se pasan por harina y se colocan de forma que se muerdan la cola.

Se frien con abundante aceite, procurando que resulten bien crocantes. Sírvanse con la fuente adornada con pedazos de limón. Aparte salsa de tomate o tomate frito.

Ignacio Doménech, La Manduca, 187

PESCADILLAS FRITAS A LO COLBERT

Las pescadillas bien limpias, sin cabexza ni espina central, se sazonan



de sal, zumo de limón y se mojan con leche, se pasan por harina, mojarlas con huevo batido enrollándolas, pasarlas por pan rallado bien blanco y se frien en abundante aceite caliente, retirándose cuando queden bien fritas y costrillantes. Sírvanse en una fuente, colocando encima de cada pedazo un trocito de manteca de vaca bien empastada con zumo de limón, pimienta y perejil picado.

Ignacio Doménech, La Manduca, 130

PESCADO AL HORNO

Puede ser besugo, merluza, etc. Bien limpio y con sal, se coloca en una tartera con bastante aceite, tomate a trozos, laurel, orégano, pimienta, perejil y ajos picados, cebolla cortada en ruedas y puesta encima del pescado; rociarlo con vino y ponerlo al horno.

Puede adornarse la fuente con huevos duros en rebanadas.

PESCADO CON HUEVOS AL HORNO

Tres rajas de merluza. Tres huevos cocidos duros. Verdura, se puede tomar puré de tomates, coliflor hervida en pedacitos, champiñones, setas, o restos de verdura picada.

El pescado se fríe rebozado con un poco de harina.

Se moja un molde con un poco de mantequilla y se colocan las tres rajas de pescado, una al lado de la otra, los sitios vacíos se llenan con la verdura picada y después se cubre todo con los tres huevos duros bien picados; se echa encima pan rallado y un poco de mantequilla, y se deja dorar en el horno.

PESCADO EN ADOBO

Frito el pescado en harina. Se hace el adobo con dos hojas de laurel, ajos machacados, tomillo, hinojo, orégano, unos pedacitos de naranja y vinagre fuerte. Se hace con esto un cocimiento, se sazona de sal y se echa al pescado frito en él. Si se quiere, puede colarse el caldo antes de ponerle el pescado, pero si es para conservarlo no se cuela.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 183



PESCADO EN CAZUELA A LA CATALANA

Se fríe bien cebolla y tomate, se muele especia fina con azafrán y una puntada de ajo crudo. Se fríe o dora un poco de harina y puesto el pescado crudo en la cazuela, se hecha sobre él la salsa y un poco de agua, dejándolo cocer hasta que se dore.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 184

PESCADO FRITO Y EN SALSA

Los pedazos o ruedas se ponen en una cazuela y se les echa aceite frito con ajos fritos.

Se muele un polvo de pimienta con un ajo crudo, perejil picado, zumo de limón, y se tira encima del pescado, con un poco de agua con que se desatará el molido del almirez.

Se le pone lumbré arriba y abajo y, antes de que se consuma el caldo, se rocía con avellana tostada. Se saca con cuidado.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 182

PESCADOS FRITOS A LA MOLINERA

Cortados los filetes del pescado o este entero, según sea, se les pone sal, y jugo de limón. Se pasan por harina y se fríen en abundante manteca de vaca, procurando que queden bien dorados de ambas caras.

Se riegan con abundante jugo de limón, añadiendo perejil picado.

Se ponen en una plata con su jugo, y adornados con rodajitas de limón.

Ignacio Doménech, La Teca, 80

PESCADOS FRITOS A LA ROMANA

Sea el pescado que sea, entero o en filetes, se le pone sal y zumo de limón, se pasa por harina y huevo batido, y se fríe en abundante aceite hirviente.

Se sirven que estén bien dorados, en plata y adornados con pedazos de limón y perejil frito.

Ignacio Doménech, La Teca, 80



PESCADOS FRITOS A LO ORLY

Son tiras largas de cualquier clase de pescado, sin piel ni espinas, condimentadas con sal y jugo de limón. Se pasan por harina, huevo batido y se empanan con pan rallado. Se fríen en abundante aceite hirviendo, retirándose bien dotadas y crocantes. Se sirven con pedazos de limón y una salsa de tomate.

Ignacio Doménech, La Teca, 80

PESOLS A LA PARISENCA

Es posen en una cassola amba mantega, una mica d'aigua, sal, un polset de sucre, un brot de julivert i algunes cebetes; es deixa courer amb poc foc cosa de mitja hora, es treuen les cebes, i amb llard i farina es fá una pasta que s'hi tira pera espessir-ho una mica. Es serveix ben calent.

Art de ben menjar

PESOLS A L'ANGLESA

Es fan bullir amb sal en un foc ben viu. Pera que quedin ben verts s'hib tira una mica de bicarbonat. Després de bullits es posen en una plata en la que s'hi tiendrà un bon tros de mantega i julivert ben picat, servintse molt bcalent. Sí's vol s'hi poden posar trossets de per nil tallatas a daus.

Art de ben menjar

PETXINES DE MUSCLOS

Es posa en la paella una unça de mantega i un raig d'oli. Quan es calent, s'hi tira una ceba trinxada, i un cop daurada, s'hi afexeixen deus dotcenes de musclos sense closques, dues cullerades grosses de farina i mitj litre de llet. Es remena bé fins que sia espés, es treu del foc i s'hi posa un rovell d'ou, omplint-se les petxines i pin tant-les amb clara d'ou. Es fiquen al forn, iaal tréurerles s'adornen amb uns quants pesols bullits i redonetes de llagostins bullits.

Art de ben menjar



PETXINES “POMPI”

Es posa molta mantega a la paella, s’hi tiren llagostins i calamars bullits i a trossets, tófona petita i musclos. Quan s’hi ha donant uns quant vols s’hi tira farina i després llet. Es deixa espessir i’s posa a les petxines amb formatge rattlat per sobre, i’s fiquen al forn.

Art de ben menjar

PICADA CATALANA

En un almirez se machacan un poco de azafrán tostado, dos ajos pequeños con un poco de sal, 40 gr. de almendras y avellanas tostadas, un poco de canela en polvo y perejil. Se remoja con unas gotas de agua, y para que se desmenuce mejor puede picarse un “borrego de Cardedeu” o dos “secalls” remojados previamente con un poco de vino rancio. Cuando todo esté transformado en una finísima pasta, se disuelve con un poco de agua hirviendo y se hecha al guisado.

Ignacio Doménech, La Teca, 16

POLLOS AL HORNO

Se limpian y sofaman los pollos, se frotan con una mezcla de pimienta, canela y sal, se untan bien de manteca, y por dentro también se les hecha un poco y una porción de piñones, espolvoreándolos de perejil muy picadito. Se ponen al horno suave para que la cocción sea completa y queden de un bonito color dorado.

Se sirven rodeados de tiernas hojas de lechuga y bañados en su jugo.

POPS AMB CEBA

Es piquen bé els pops la má de morter, es tallen a trossets i’s sofregeixen am boli a la paella. Quan s’han begut l’aigua que desprenen es treuen, i amb el mateixmoli es sofregeixen una bona quantitat de ceba tallada ben fina. A mitj courer, s’hi tiren els pops amb sal i una mica de pebre vermell. Es deixa amb poc foc i’s remena de tant en tant.

Art de ben menjar



POTAJE DE ACELGAS Y ESPINACAS

Se prepara un potaje de garbanzos (véase)

En otra olla aparte se cuecen con sal las hojas de las acelgas o espinacas tiernas y despojadas de sus tallos. Cuando están, se sacan y escurren bien, y se unen con los garbanzos y las patatas, aderezándose con el frito indicado. A este potaje no se le ponen albóndigas de carne, pero puede ponerse bacalao.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 100

PARBANZOS

Se cuecen los garbanzos con sal. Se añaden patatas cortadas en pedazos, y cuando todo está tierno se aparta del fuego. Se pone al fuego una sartén con aceite, y cuando esté caliente se frien ajos y tomate. Se machacan en el mortero pimienta, comino y un ajo crudo y se echa en el frito. Se añade un poco de buen pimentón, y con ligereza, y antes de que se queme el frito, se echa en la olla donde se han cocido los garbanzos y las patatas.

A este potaje se le pueden añadir rajitas de bacalao o hacerle unas albóndigas de carne o de los mismos garbanzos.

Carmen de Burgo, ¿Quere usted comer bien?, 99

POTAJE DE GARBANZOS Y ESPINACAS

Se ponen a cocer en una cazuela con abundante agua, medio kilo de garbanzos remojados, y al romper a hervir se espuman bien y se le echan unas gotas de aceite fino, una cebolla, una zanahoria y un ramo atado de perejil en rama de laurel y uno o dos ajos; se añade un pedazo de bacalao y déjase cocer el conjunto hasta que los garbanzos queden esponjosos y suaves.

Aparte se prepara un paquete de espinacas que se lava a varias aguas abundantes, y se les da un pequeño hervor. Se escurren y se pican en pedazos y se juntan con los garbanzos.

Se retira la cebolla y la zanahoria y se pasan por un tamiz junto con una cucharada de los garbanzos, y el puré resultante se mezcla al potaje.



Se pone una sartén al fuego con aceite algo abundante, y en él se fríe una cebolla picada con dos ajos y un poco de perejil picado, algo de pimienta y un poco de tomate. Todo ello se disuelve con caldo del potaje y se une a él.

A continuación, déjese cocer muy lentamente durante unos tres cuartos de hora, cuidando de que esté bien de sal.

Puede añadirsele huevo duro picado. No debe quedar ni demasiado espeso ni claro.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 54

POTAJE DE HABAS A LA TORTOSINA

En una cacerola u olla con regular cantidad de aceite, se fríen 5 o 6 ajos, que se retiran y reservan.

En el mismo aceite en que se han frito los ajos se echa una gran cebolla picada y una buena cantidad de habas frescas mondadas; se rehogan bien en el aceite y se le añaden unos tomates picados y una discreta cantidad de caldo.

Se dejan cocer y estando hirviendo se les agregan 4 o 5 zanahorias regulares cortadas a cuadraditos y que deben cocer suavemente durante una hora. Transcurrido ese tiempo se incorporan una buena cantidad de patatas cortadas a cuadros pequeños y un puñado de arroz; así mismo se le añaden los ajos fritos anteriormente machacados en el almirez y disueltos con parte de caldo del potaje.

Hágase cocer todo el conjunto procurando que resulte el potaje espedo.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 53

POTAJE DE JUDIAS

Se ponen las judías en agua fría y sin sal, al fuego en una olla. Cuando empiezan a hervir se les quita el agua y se les pone otra fría, y sin sal también (la sal endurece las judías, y el agua se les añade siempre fría porque así se ablandan más; lo contrario pasa con los garbanzos).

Se les añade un tomate crudo, una cebolla, una cabeza de ajos entera,



un pedazo de canela en rama, una hoja de laurel y unos granos de pimienta entera, y se pone a cocer.

Cuando hierven se les añade unas cucharadas de aceite crudo. Al tiempo de apartarlas del fuego se sazonan con sal, pimienta y canela, y un poquito de azafrán, todo molido.

Se les puede poner un poco de vinagre, al gusto.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 100

POTAJE DE LENTEJAS

Se cuecen con sal y luego se ponen en una cacerola con aceite o manteca y perejil picado.

Se rehogan un poco y después se añade agua, sirviéndose con unos cuadritos de pan fritos; o sin ellos.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 101

POTAJE MADRILENY

Es posen a remullar cigrons (nou unces) y un parell de talls de bacallà. Es bull plegat i quant es mitg cuit s'hi afeixeixen dues lliures de patates y una d'espínachs que's tindran já bullits apart i frigits.

Apart es fregeix ceba, dos o tres grans d'all y juliver i's pic a junt amb un tros de pá freixit i un ou dur. Es tira aixó al potatje i's deixa bullir un ratet més.

Art de ben manjar

PUDDING DE MANZANAS

Se pelan dos libras de manzanas, descorazonándolas y se hierven; se escurren y se pican mezclándoles pan rallado muy fino, una copita de ron, pasas, canela, nueces ralladas, tres huevos batidos y 200 gramos de azúcar. Se mezcla todo bien mezclado y si la pasta queda un poco clara se le añade más pan rallado. Se unta un molde de pudding con manteca; se llena con la pasta, y se deja al baño María por espacio de tres horas.

L.V.C.



PULPOS A LA LUCIANA

Bien limpios los pulpos tiernos, se rehogan en una cazuela con una regular cantidad de aceite fino (una cucharada de aceite por cada pulpo), un grano de ajo machacado, sal, pimienta negra en polvo y una buena cucharada de vinagre por cada pulpo. Tapar la cacerola y hágase cocer lentamente hasta que quede muy reducido y quedan terminados. Pueden servirse calientes o fríos como entremés. Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española

PULPOS A LA LUCIANA

Los pulpos bien limpios tiernos, se rehogan en una cazuela con una regular cantidad de aceite fino (una cucharada por cada pulpo) un grano de ajo picado, pimienta negra, una buena cucharada de vinagre por cada pulpo y unos pedazos de tomate. Se tapa la cazuela y se deja cocer poco a poco hasta que quede bien reducido y bien cocido. Pueden servirse recién hechos o fríos como entremés.

Ignacio Doménech, La Teca, 82

PULPOS A LA MARINESCA

En una cacerola póngase a cocer los pulpos cortados a trozos, sazonando al agua de sal y una hoja de laurel.

Una vez les falte poco para estar cocidos, se le agregan bastantes patatas cortadas a trozos. Al quedar todo cocido, se escurre el agua, dejando solamente un poco y añadiéndole una regular cantidad de alioli u otra salsa fuerte.

Tápese la cacerola y quítese del fuego.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 189

PULPOS CON CEBOLLA

Una vez limpios los pulpos y cocidos con agua se escurren y cortan. Se pone al fuego una sartén con aceite y abundante cebolla cortada, ajos y perejil trinchado. Se junta con los pulpos, añadiendo sal, canela, pimienta y un poco de tomate. Se pone todo en una cazuela con un



vaso de vino claro, se tapa y se pone al fuego hasta que quede bien cocido.

Ignacio Doménech, La Teca, 82

PULPOS CON TOMATE

Se preparan los pulpos como si fueren guisados con cebolla, agregándoles una regular cantidad de tomates. Se sazonan bien y se sirven adornando la fuente con costrones de pan fritos por todo alrededor.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 190

PULPOS ESTOFADOS

En una olla de barro se rehoga en aceite una cebolla cortada en filetes, añadiendo al pulpo cortado a tiras. Cuando se haya medio rehogado se le echa un vaso de vino blanco agregándole unos tomates cortados finos, una hoja de laurel una cabeza de ajos, perejil y orégano. Sazónese de sal y pimienta; se tapa bien la olla y se deja cocer a fuego lento meneándolo a menudo. Procúrese que tenga algo de jugo, y en caso de que se secasen se agrega un poco de agua.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 189

PULPOS ESTOFADOS CON PATATAS A LA CATALANA

Se limpian bien una libra de pulpos y se cortan en pedazos pequeños que se hacen hervir en agua.

Con suficiente cantidad de aceite se fríe una cebolla y dos ajos trinchados, y una vez refritos, se añaden los pulpos, sal, pimienta, tomillo, laurel y una pequeña cantidad de salsa de tomate, mezclándolo todo muy bien y sin que tome color, se añade medio kg. de patatas cortadas en pedazos pequeños. Se riega con un vaso de vino claro añadiendo agua hasta que quede todo cubierto por el líquido, Se tapa bien y se deja cocer.

Se machaca en un almirez dos ajos y un poco de canela, se aclara con una pequeña porción de agua y se echa a la olla que seguirá hirviendo



hasta que los pulpos y las patatas queden cocidos y bien de sal.

Si se guisan pulpos duros, se pondrán a cocer primero los pulpos y luego se añadirán las patatas para que todo quede cocido al mismo tiempo.

Ignacio Doménech, La Teca, 82

PULPOS ESTOFADOS CON PATATAS Y CHOCOLATE

Esta receta puede hacerse también con calamares.

Se requiere una libra de pulpos y un kilo de patatas, estas a ser posible nuevas y pequeñas, o en su defecto de las otras cortadas.

Se limpian los pulpos y se les da un hervor en agua; se tira esta y se refrescan al grifo.

Se pone al fuego una olla de boca estrecha con tres decilitros de aceite y dos o tres ajos. Cuando los ajos estén dorados se retiran. Se refrién en la olla dos cebollas grandes bien trinchadas. Se echan los pulpos enteros, perejil picado, pimienta blanca, una hoja de laurel, un ramito de tomillo y las patatas.

Se remueve todo con cuidado en la misma olla; se añade una cucharada de puré de tomate, una copa de aguardiente o anís seco, medio litro de vino, y se deja cocer el conjunto.

En un almirez se machacan un poco de azafrán, los dos ajos fritos, una cucharada de almendras y una onza de chocolate. Se remojan todos estos ingredientes con unas gotas de agua formando una pasta finísima, que se disuelve con una cucharada de agua hirviendo, y se añade esta salsa a los pulpos.

Se rectifica de sal y se deja cocer hasta que todo esté bien cocido.

Ignacio Doménech, La Teca, 83

PULPOS O SEPIAS CON CEBOLLA

También puede hacerse el mismo guiso para los calamares.

En una cazuela puesta sobre el fuego con aceite, se rehoga una gran cantidad de cebolla cortada a filetes, y al estar a medio rehogar, se agregan los pulpos cortados a tiras algo gordas, cuidando que todo se



rehogue a fuego suave; sazónense de sal, pimienta y unas gotas de jugo de limón, cuidando de que el guiso no quede seco, añadiendo unas gotas de agua en caso necesario.

Al servirlos, se espolvorean de perejil picado muy fino.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 189

PURÉ DE JUDIAS ROJAS DORINA

Calculada para unos seis platos de sopa.

Se cuecen 200 gr. De judías rojas y, una vez cocidas, se pasan por un tamíz, incluyendo su propio caldo.

Se coloca el puré en una cacerola limpia y se aclara con caldo, procurando que resulte más bien claro que espeso: sazónese con un trozo de manteca final, sal y nuez moscada.

Antes de servirse, se ponen en la sopera dos yemas de huevo y un poco de perifollo trinchado; se bate esta composición con un poco de leche y se mezcla con el puré.

Ignacio Doménech, La Manduca, 189

PURÉ DE LENTEJAS CON FIDEOS FINOS

Para cuatro personas, se tienen cocidas de antemano un cuarto de kilo de lentejas, que se pasan por un cedazo.

Se pone el puré en una cacerola honda y se aclara con un litro de caldo hirviendo y pasado por un colador fino para que resulte un puré claro.

Cuando empiece a hervir se le echan 50 gr. de fideos de los más finos, triturados, cuidando de que queden bien sueltos, rectifíquese de sal.

Sírvase recién hecho.

Ignacio Doménech, La Manduca, 197

PURE DE LLENTIES

Es posen les llentíes un dia abans en remull. Es posa al foc una olla amb aigua: quant bull s'hi tiren les llentíes, un hap, una pastanaga i una ceba. Quan son ben cuites es pasen pel colador xino i s'hi posa una cullerada de mantega. Si aquest puré no ha de servir pera sopa sino



pera acompanyar algún plat de carn, abans de passarles pel colador se n'esoorre tota l'aigua. Quan ja's té passat el puré es posa en una casó i es treballa bé amb una cullera de fusta fins que quedi una pasta fina i espessa. Al moment de servir-lo s'hi afegeix una cullerada de mantega.

Art de ben menjar

PURÉ DE PESOLS

Es fá bullir mig kilo de pesols sechs, fins que estiguin casi desfets.

Llavors es colen, s'hi tira una bona cullerada de mantega i's tornen a fer bullir un quart mes.

Si es al temps en que hi ha pésols tendres, s'en fan bullir una lliura apart, fent que quedin ben verts, i's tiren a la sopera junt amb quadradets de pá fregits.

Art de ben menjar

PURÉ VERMELL

Es sofregeixen en una casola una ceba bastant grossa tallada fineta, i una lliura de tomàtecs ben madurs.

Quan tots es ben sofregit, s'hi tiren tres lliures de patates tallades com si fossin per fregir, s'hi donen unes quantes voletes i s'hi adiciona l'aigua necessaria, deixantho bullir una hora.

Quant es cuit, es pasa per un colador, i's torna a fer bullir un quart mes.

Como tots els purés es pot servir amb quadradets de pá freixits.

Art de ben menjar

RAMEQUINS A LA MODA DE HOLANDA (entremés).

En una pequeña cacerola se pone una copa de vino blanco, una copa pequeña de aguardiente o ginebra, sal y un poco de pimienta, y hágase cocer hasta que quede reducido a algo más de la mitad.

En este punto se añade 200 gr. de queso de bola en pedacitos y remuévase con una espatulilla hasta que el queso deshecho forme una pasta espesa.

Se cortan unos costrones de pan esponjoso, de más de medio cm. de



espesor, cuadrados u ovalados, que no sean muy grandes, y se tuestan a ligero color dorado. Cada costrón se cubre con una capa del queso fundido, que habrá quedado como una pasta de alguna consistencia. Deben comerse calientes.

Ignacio Doménech, La Manduca, 154

RAP A LA REBATADA

Un quart abans de dinar es posa el rap en una cassola mab patates petites, alls, julivert, ceba i tomàtec trinxat, sal, pebre vermell, oli i aigua que ho cobreixi, fent-ho bullir a foc viu.

Art de ben menjar

RAP EN SUC

Fet a talls, s'enfarina i es fregeix.

A la cassola es fá un sofregit de ceba, quan comensa a enrossir, s'hi tiren all i julivert trinxat, i al cap de poc, tomàtecs pelats i tallts ben menuts. Després de sofregir una estoneta s'hi afegeix sal, un pols de farina, uns brins de safrá, un xic de pebre, i l'augua necesaria. Quan ha donat uns quants bulls s'hi tira el rap, i s'i es vol, uns quants pésols.

Art de ben menjar

RAPE EN SALSA VERDE

Se corta el rape en pedacitos regulares, y se coloca en una tartera.

En una cazuelita puesta al fuego, se fríe en aceite una combinación de ajo y bastante perejil, muy picado; cuando esté un poco frito se le echa una buena cucharada de harina y se remueve con una espátula. Luego se moja con una regular cantidad de agua, procurando que quede una salsa bastante espesa. Se echa encima del pescado, que soltará algo de agua, y se pone a cocer, sazonándolo con un poco de pimienta blanca en polvo. Rectifíquese de sal; a los 20 minutos de cocción, estará listo para servirse.

Puede añadirse trocitos de patatas.

Ignacio Doménech, La Manduca, 210



RAPE GUISADO

Se frien ajos, tomate, perejil en bastante cantidad y una miga de pan. Se saca todo, y en el aceite se echa el rape, al que se añade agua para que cueza, con un pimiento seco y su hígado.

Se muele en el almírez, pimienta, canela, clavos y azafrán con el hígado cocido y todo lo frito, y se añade al rape, antes de separarlo del fuego, para que dé un hervor y quede en salsa.

Carmen de Burgos ¿Quiere usted comer bien?, 191

“RECAO” DE BINEFAR

En una cazuela grande se ponen a cocer con agua fría y sin sal, 250 gr. De judías blancas. Al primer hervor se les cambia el agua por otra fría, y se ponen de nuevo sobre el fuego, dejándolas cocer hasta que estén tiernas; cuando se les cambia el agua se les añade una jícara de aceite crudo, una cabeza de ajos pequeña, media cebolla picada una hoja de laurel y un poco de pimienta o pimentón picante.

Cuando las judías están casi cocidas, se añade la sal necesaria y dos patatas grandes cortadas en cuadritos del tamaño aproximado de la judía; se deja cocer todo procurando que el guiso se conserve caldoso, y a los cinco minutos de haber mezclado las patatas, se incorpora al conjunto unos 100 gr. de arroz. Cuando todo esté cocido perfectamente se rectifica de sal. Debe quedar caldoso, pero no mucho.

Ignacio Doménech. La Manduca, 221

SALMÓN CON DOS SALSAS.

El salmón, ya sea cortado en rodajas o en filetes, se sazona de sal y jugo de limón. Se mojan los pedazos en aceite y se pasan por pan rallado, asándose en la parrilla o bien al horno.

Se sirven en fuente guarnecida de patatas cocidas al natural y huevos duros. Una salsa fría y una caliente.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 161



SALMONETES A LA ESPAÑOLA

Estando los salmonetes perfectamente limpios y secos se espolvorean de sal y se colocan en una tartera, rociándolos con un poco de vino blanco, una ligera capa de salsa de tomate y una emperejillada compuesta de pan rallado, un ajo y bastante perejil picado.

Se hecha por encima aceite fino y se mete en el horno durante veinticinco minutos, agregando un poco de zumo de limón.

Al servirse se colocan en una fuente adornados con rodajas de limón.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 178

SALMONETES A LA TORTOSINA

Después de limpiar los salmonetes se sazonan de sal, zumo de limón y una regular cantidad de aceite.

Pasada una hora se colocarán en una tartera de asar y se meterán en el horno a cocer con todo el jugo de la maceración, agregando una hoja de laurel y espolvoreándolos por encima con pan rallado.

Hágase una salsa de tomate espesa que tenga sabor de ajo, añadiéndole el jugo de los salmonetes, zumo de limón, perejil picado fino, manteca de vaca y dos anchoas pasadas por el tamiz, procurando que estos ingredientes se mezclen bien; colóquense en fuente con la salsa debajo.

Sírvanse recién hechos.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 178

SALMONETES ASADOS

Se rajan en cruz por la parte más gruesa y se ponen en una cuajadera sobre miga de pan rallado, pimienta, sal, ruedas de ajos, mucho perejil, almendras o avellanas y, por encima, se les rocía de los mismo procurando introducirles bastante por las rajas; se les pone aceite y un poquitín de agua si el pescado es grande. Pueden ponerse al rededor, ruedas de patatas.



SALMONETES FRITOS

Límpiese los salmonetes y después de haberlos secados se sazonan con sal y zumo de limón; se pasan por harina, luego por huevo batido y se fríen con abundante aceite para que obtengan un bonito color dorado. Se escurren y se sirven en fuente con servilleta y adornados de rodajas de limón y perejil frito.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 177

SALSA A LA ANDALUZA (fría)

Es una salsa con yemas de huevo batidas y montadas con aceite fino a al que se agrega puré de tomate y pimientos morrones picados lo más fino posible, sal, pimienta, perejil picado menudísimamente y zumo de limón. Sirve para toda clase de carnes o pescados fríos.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 85

SALSA A LA VINAGRETA

Se pican huevos duros muy menuditos; se les mezcla un poco de perejil, cebollas, pimientos frescos, todo bien picado, y se sazona con sal, vinagre y aceite.

Carmen de Burgos ¿Quiere usted comer bien?, 89

SALSA A LA VINAGRETA

Córtese muy fino, cebolla, pepinillos, alcaparras, perejil, apio y dos huevos duros muy picados. Se pone todo junto en una cacerola; añádase sal y pimienta y remuévase bien poniendo aceite y vinagre en proporción. Esta salsa es buena para carnes, fiambres y pescados.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 84

SALSA ALIOLI A LA AMPURDANESA

Se asa al fuego una pera, cuya pulpa se transformará en un puré o pasta finísima.

En un almirez se machacan seis granos de ajo, y un poco de perejil con la sal. Se trabaja tirándole el aceite, y se le añade una cucharada



pequeña de vinagre, batiendo siempre la salsa continuamente. Cuando ésta esté bien espesa, se le junta poco a poco la pasta de pera. Se rectifica de sal. Salsa muy indicada para pescados hervidos al natural.

Ignacio Doménech, La Teca, 75

SALSA ALIOLI CATALANA

En un almirez se machacan seis ajos y se les pone un poco de sal. Cuando se tiene una pasta bien fina se le echa poco a poco aceite batiendo con la mano del almirez.

Tiene que resultar una salsa muy espesa.

Es una salsa fuerte muy adecuada para carnes y pescados asados a la parrilla.

Ignacio Doménech, La Teca, 74

SALSA ALIOLI CON TOMATE

Se asan a la parrilla dos tomates maduros que sean grandes; se les quitan las pieles y las semillas y se machacan en el almirez. Pueden sustituirse por salsa de tomate concentrada, de la que será suficiente una cucharada grande para hacer una salsera de salsa.

Se machacan en el almirez cuatro o cinco ajos, añadiendo una yema de huevo; se trabaja tirándole el aceite.

Se añade poco a poco el tomate, perejil picao y la sal correspondiente.

Ignacio Doménech, La Teca, 75

SALSA ALIOLI FAMILIAR

Se machacan en el almirez cuatro o cinco ajos con un poco de sal. Cuando estén bien machacados se les añade una miga de pan remojada en vinagre y leche.

Se monta la salsa tirando el aceite en forma de hilillo muy fino y batiendo con rapidez. Cuando esté lista la salsa se le mezcla la pulpa de una manzana asada y transformada en puré. Se rectifica de sal.

Al picar los ajos puede añadirse una o dos yemas de huevo.

Ignacio Doménech, La Teca, 74



SALSA BECHAMEL

Se derrite un pedazo de manteca, se le echa una cucharada de harina, sal, pimienta blanca y se le pone un vaso de leche hirviendo, poco a poco, y moviendo siempre. Las personas a quienes no guste la manteca doran la harina en un poco de aceite bien frito.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 88

SALSA BLANCA O BEJAMEL

S'agafen dues unces de mantega, dues cullerades de farina i un petricó de llet, assahonat-ho amb pebre blanc, sal i nou moscada. Es remena fins que ha arrencat el bull, i allavors es deixa a la vora del foc mitja hora, remenat-la de tant en tant. Si 'espeseix massa, s'aclareix amb llet o caldo.

Art de ben menjar

SALSA "COLBERT"

Es barreja mantega amb una mica de caldo, suc de llimona, sal, pebre, julivert, cerfull i estragó trinxat, remenat-ho fins que quedi con una crema espessa. Es serveix amb peixos a la brassa.

Art de ben menjar

SALSA CON MEJILLONES

Límpiese dos docenas de mejillones pequeños y pónganse en una cacerola con dos copas de vino blanco y una hoja de laurel; pasados unos minutos de cocción, que queden cocidos, se escurren, guardando este caldo para hacer la salsa. A los mejillones se les quita la mitad de la cáscara, dejando únicamente la parte llena. Se coloca una cacerola al fuego con un decilitro de aceite y se rehoga media cebolla muy picada; al comenzar a dorarse se le incluye medio ajo y perejil picado, y un tomate del tiempo mondado y picado. Ya rehogada, se le incorpora media cucharada de harina, y remuévase bien para mojarlo enseguida con el caldo en que se han cocido los mejillones, añadiendo algo de caldo si resultase la salsa demasiado espesa; déjese cocer lentamente,



sazonándose de sal y pimienta blanca en polvo. En este punto se mezclan a la salsa los mejillones junto con un poco de azafrán machacado con un ajo. Esta salsa debe resultar más bien espesa que clara.

Ignacio Doménech, La Manduca, 136

SALSA D'ANXOVES

S'agafen les anxoves netes i senes espines, es piquen ben menudes i's posen en una cassola amb caldo pebre i sal; es diexa que bulli una estona, es cola i s'afexeig una mica de suc de llimona; i já pot servir-se.

Art de ben menjar

ALTRA SALSA D'ANXOVES

Es piquen al morter anxoves, ceba, rave, olives i julivert, afegint-hi sal, oli i vinagre, i es passa per un colador.

Art de ben menjar

SALSA DE CREMA

Se frien cien gramos de manteca y una cucharada de harina, bastante perejil y una cebolleta hecha trozos; se añade un poco de pimienta molido, sal y nuez moscada raspada y un vaso de leche o nata. Se menea mucho todo y se deja hervir un cuarto de hora. Esta salsa es buena para las patatas, bacalao, etc.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 89

SALSA DE TOMATE

En una sartén con un poco de aceite, se fríe cebolla picada; cuando está frita se le añade ajo y perejil trinchado. Cuando todo está frito se le echa una cantidad de tomates maduros, una pequeña porción de pimentón y un poco de harina. Se moja con agua según que se quiera más o menos espesa. Rectifíquese de sal. Se deja cocer bien y se pasa por un colador.

L.V.C.



SALSA DE TOMATEC

Es tallen mitja dotcena de tomatecs i'sfan bullir a amb una mica de caldo, la quarta part de una cabeça d'all, una mica de julivert i unes gotes de vinagre. Quant já es cuit, es cola.

Art de ben menjar

SALSA DE TOMATEC CASSOLANA

Es possa al foc una petita cassola o paella amb oli, i es fregeix mitja ceba ben trinxada, all i julivert. Al començar a daurarse se li afejeixen uns tomàtecs que siguin ben trinxats; es fregeix tot ben bé i se li pot afegir una mica de pasta de tomàtec natural. Es deixa courer, rectificanse de sal, procurant que quedi espesseta.

Moments abans de presentarla a la taula se li barreja una mica dall i oli, procurant no posarni massa.

SALSA DE TOMATEC A LA CATALANA (variante de la anterior).

Es possa una cassola petita al foc amb una mica d'oli fi; s'ofega en ell un prebot fresc, verd o roig, tallat a tiretes, un all i julivert picat, i es remena tot el conjunt amb una cullera. Al quedar ben ofegat es mulla amb salsa de tomàtec cassolana.

Ignacio Doménech, apats, 204

SALSA DE VINAGRE

Es posa en una cassola la quantitat suficient de caldo i vinagre, en part iguals; s'hi afegeix sal, pebre, quatre alls picats, i's té al foc fins que'ls alls s'hagin cuit bé.

Aquesta salsa es indicada per a carn rostida.

Art de ben menjar

SALSA DIAFANA

En una cacerola pequeña honda, se pondrán dos cucharadas grandes de vinagre, una de vino blanco, una cucharada pequeña de mostaza francesa, tres yemas, sal, una pequeña cantidad de caldo, una pequeña



cantidad de leche cocida, sal, pimienta blanca en polvo y 60 gr. de manteca de vaca. Se pone al baño María y se trabaja con un batidor pequeño hasta que quede bien trabada, lisa y brillante. Rectifíquese de sal. Esta salsa, que exquisita para cualquier clase de pescado, debe batirse bastante, y aclararla con leche al resultar demasiado espesa; no hacer cocer el agua del baño María.

Ignacio Doménech, La Manduca, 205

SALSA "EDIT"

Es pica una mica d'all al morter, una molla de pá amb vinagre i dotce atmetlles. Les atmetlles es posen en remull el día abans. Quan es ben picat, s'hi va tirant oli com una mahonesa.

Art de ben menjar

SALSA ESPANYOLA

S'agafa una miqueta de pernil i seba i's trinxa ben menut; s'aixafa un grà d'all al morter i tot es sofrexei ennuna cassola posant-hi una mica de farina (si pot ser torrada millor) fins donar-li el color de camel-lo. També's pot fer tirant-hi un xic de carmel-lo líquit, i es millor. Es té reservat caldo de l'olla, i se'n tira la quan titat necessaria pera la salsa que es necessiti, procurant que quedi espessa. Es passa per un colador, i's guarda.

Art de ben menjar

SALSA GROGA

Es pica al morter pá fregit, alls, comí, un clavel i alguns brins de safrá; es desfá amb aigua o caldo, i s'espeseix amb molles de pá o farina, deixant-hi honar uns quants bulls.

Art de ben menjar

SALSA HOLANDESA

En una pequeña cacerola se ponen a cocer tres cucharadas de vinagre, y retírese del fuego cuando quede a la mitad. En una cacerola puesta al



baño maría (sin hervir el agua) se ponen 50 gr. de manteca de vaca, el vinagre, dos yemas de huevo, sal y pimienta. Se empieza a batir sin parar hasta que empiece a esponjarse y tomar cuerpo, añadiendo una pequeña cantidad de leche, otra yema y un poco más de manteca de vaca. Seguir batiendo hasta que espese más y quede brillante.

Ignacio Doménech, La Manduca, 142

SALSA HOLANDESA

Es posen en un caso dos rovells d'ou, un tros de mantega, un bon raig de suc de llimona, sal i pebre. Es posa el casó al bany maría, i remenat sempre es vá fent la salsa com si fos mahonesa, però en lloc de tirar-hi oli s'hi van tirant trossos de mantega fins que es tingui la quantitat que es desitgi. Te de quedar com una crema clareta.

Art de ben menjar.

ALTRA SALSA HOLANDESA (fórmula mes sencilla)

Es posa a la casola una cullerada de mantega, sal i pebre blanc; quan la mantega es fós a s'hi afegeix una cullerada grossa de farina, i poc a poc un vas d'aigua bullenta, remenant-ho bé. Després es treu del foc i s'hi tira un rovell d'ou dexatat amb un raig de vinagre.

Art de ben menjar

SALSA MAHONESA (I)

Se ponen en un plato dos yemas de huevo, se revuelven bien y después se añade una cucharada de aceite, pero que caiga de gota en gota, y no se para de revolver. Cuando está cuajada y en su punto, se hecha poco a poco, meneándola siempre, unas gotas de vinagre o limón y la sal. Se sirve con las carnes y pescados fríos, de los que disimula bien las faltas.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 88

SALSA MAHONESA (II)

En una sopera o en una cazuela de barro se ponen tres yemas de huevo crudas, algo de sal y pimienta y unas gotas de vinagre. Se mezcla bien



batiendo con un batidor o una espátula de madera, y a continuación se añade aceite fino a chorrito continuo, revolviendo sin cesar. Una vez las yemas bien trabadas, se sigue meneando y echando alternativamente aceite y de vez en cuando unas gotas de limón. Puede perfumarse de ajo. Si resulta demasiado espesa, se aclara con un poco de vinagre.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 88

SALSA MAHONESA (III)

Al morter es pica una molla de pá impregnada de vinagre i escorreguda. Quan el picat es ben fi s'hi tira un rovell d'ou, i poc a poquet, i remenant sempre, l'oli, fins que's tingui la salsa que es desitji. Llavors s'hi afegeix la sal, unes gotes de vinagre i una cullerada d'aigua, remenantho un moment més.

Art de ben menjar

SALSA MAHONESA (IV)

Es tira al morter bastant suc de llimona i dos rovells drou. A mida que's vá remenant, s'hi va tirant oli, fins que la salsa comenci a esser espessa i já s'en tingui prou quantitat. Quant está llesta s'hi tira la sal que li correspongui i una clara muntada. Si vol que la mahonesa quedi d'un color rosat, abans de posar-hi els rovells d'ou s'hi pioa la molsa d'un tomàtec madur.

Art de ben menjar

SALSA "MAITRE D'HOTEL"

Es posa en un plat un tros de mantega amb julivert trinxat ben menut, sal, pebre, moscada, barrejant-ho bé amb suc de llimona ó un rajet de vinagre.

Art de ben menjar

SALSA PER A VERDURA BULLIDA

Es pica un rovell d'ou dur, es dexata amb una cullerada de vinagre, pebre, sal i un porro trinxat ben menut, i s'hi afegeixen tres o quatre



cullerades d'oli.

Art de ben menjar

ALTRA FÓRMULA SALSA PER A VERDURA BULLIDA

Es sofregeix tomàtec i's pica al morter junt amb un ou mig pres, la sal corresponent i l'oli com una mahonesa.

Art de ben menjar

SALSA PORTUGUESA.

En un mortero se machacan cuatro anchoas. Se añade perejil machacado, cebollas picadas y pepinillos. Se machaca todo ello con un pedazo de miga de pan y luego se deslíe con aceite y vinagre.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 92

SALSA "ROMESCO"

Se asa al fuego una cabeza de ajos que no sea muy grande, dos tomates medianos y cuatro o cinco "ñoras". Al asar las "ñoras" hay que tener cuidado de que no se quemen.

Una vez todo asado, se machaca en el almirez junto con media docena de almendras tostadas; se aclara la pasta con cuatro cucharadas de vinagre y un cuarto de litro de aceite. Se rectifica de sal, se le echa un poco de pimienta blanca en polvo, y se deja reposar por espacio de dos o tres horas. Pasado este tiempo se pasa la salsa por un colador chino, batiéndola bien con una espátula o batidor, y se sirve.

Cuanto más tiempo tenga la salsa, resultará de mejor gusto.

Ignacio Doménech, La Teca, 85

SALSA RUBIA

Se tuesta harina que quede rubia y se humedece poco a poco con caldo del puchero, sin parar de menearlo. Se deja cocer un poco. Esta salsa es muy delicada y a propósito para volatería, guisados y carnes.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 89



SALSA TÁRTARA

Es trinxa un ou dur, cogombres, tápares, dues o tres escalunyes, cerfull i estragó, tot ben menut, barrejam-ho amb mostassa, sal, pebre, un rajet de vinagre i l'oli necessaria, poc a poquet com si fos una mahonesa.

Art de ben menjar

SALSA VERDA

Es piquen dos ous durs, una mica de cerfukk, un grà d'all, una mica de ceba, una xicra de vinagre, dues d'oli mitja d'aigua i la sal correspondent, batent-se ben batut.

Es salsa indicada per a tota mena de peix bullit.

Art de ben menjar

SALSA VERDE

Se pone en un mortero, previamente cocidas, hojas de espinacas, de berros, de estragón, de perifollo y de perejil. Se machacan bien y se les agrega agua hirviendo con sal. Se hace un puré que se pasa por un tamiz. Se mezcla con salsa mahonesa.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 91

SALSA VERDE

Se hace hervir perifollo, cebolla, estragón y perejil. Machacarlo en el mortero después de cocido, pasarlo por un tamiz muy fino y mezclarlo comuna buena salsa mahonesa.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 85

SANWICH ARGELIANO

Son unos emparedados pequeños de forma redonda o triangular. Las dos caras que han de juntarse se empapan de miel, y por encima de esta se cubre con nueces mondadas y trituradas.



TECONSA
SESORIA

BAZADOS
TILO

BANCO
PASTOR

Deive

MERCEDES
BELLEZA

No
Carmi

POLICIA
LOCAL

CONCELLO DE
Tiro 77 06 02

C-059

SANWICH ARGELIANO

Tostadas de pan se untan con manteca de vaca al natural, trabajada en pomada; encima se cubren dos rodajas finas de plátanos, que luego se rocían ligeramente con unas gotas de ron. Se cubren con las otras rebanadas de pan y se prensan.

Ignacio Doménech, La Manduca, 247

SARDINAS A LA NEVERA

Estando las sardinas bien limpias se les quitan las espinas y se sazonan de sal y jugo de limón; se pasan por aceite crudo y se empapan con pan rallado mezclado con algo de ajo picado fino. Hecha esta operación, se ponen en una placa untada de aceite y se asan al horno. Se sirven con rodajas de limón.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 170

SARDINAS ATLÁNTICAS (entremés)

En el fondo de una fuente se pone una ensalada de patata cocidas cortadas en láminas finísimas; se les mezcla lechuga, sal, aceite, vinagre y un poco de mahonesa. Encima de este lecho de ensalada, se dispone una lata de sardinas en aceite bien puestas encima de la ensalada, y se adorna con pedacitos de huevo duro.

Ignacio Doménech, La Manduca, 128

SARDINAS EN SALSA

Se pica ajo, perejil y tomate; se fríe un ajo crudo machacado con azafrán y pimienta. Se echan las sardinas crudas, sal y un poco de agua y se dejan cocer un rato. También se hace este plato de merluza.

Carmen de Burgos ¿Quiere usted comer bien?, 192

SARDINES ARREBOSADES

Quan son netes, se'ls treu l'espina deixant-les obertes. Es salen i arrebossen amb páratllat, ou batut i altre cop pá ratllat, freigint-les en oli ben calent.



SARDINES ESCABETXADES

Es netegen i salen les sardines, s'enfarinen i es fregeixen amb oli bullent, es treuen, i en el mateix oli s'hi tira un brot de farigola, un d'orenga, una fulla de llorer i una cabeza d'all. Quan aixó a sofregit una mica s'aparta del foc i s'hi afegeix sal, una mica de pebre negre, pebre Vermell, i una quantitat de vinagre igual a la meitat de l'oli que hi ha en la paella. Es torna al foc deixant-ho bullir una mica, i quan es fret es tira sobre les sardines, fent qu hi hagi prou salsa per a cobrirles.

Es guarden en una eina de terra.

Lo mateix que les sardines es poden escabetxar altres peixos.

Art de ben menjar

SEMOLA D'ATMETLLES

Es posa l'aigua necessaria al foc. Quan bull s'hi tira sal i una unça i mitja d'ametlles torrades i ben picades. Es deixa bullir un ratet i s'afexeix la sémola com si fos de caldo.

En la sopera s'hi tindrán dos rovells d'ou desfest amb una copa de llet. S'hi tira la sémola poch a poch per que els ous no es coquin, i's serveix.

Art de ben menjar

SIPIA OFEGADA

En una olla am boli s'hi tira la sipia a trossos, una cabessa d'all, un trosset de xocolata i una ceba tallada. Damunt de l'olla s'hi posa un plat amb aigua, i's deixa que vaigi cohent amb poc foc. A mitja courer, s'hi tira una xicra de vi ranci i patates xiquetes, mantenint-ho al foc fins que les patates sien toves.

Com mes grossa sia la sipia, millor es per a ferla ofegada.

Art de ben menjar

SOPA A LA HABANERA

Para unos tres platos de sopa se disuelven dos cucharadas de maizena con un poco de agua fría.

En una cacerola se ponen tres cuartos de litro de caldo pasado por un



colador fino, y cuando empiece a cocer, se le añade la maicena, y una cucharada de puré de tomate. Se remueve bien el conjunto y se le echan dos buenas cucharadas de fideos finos triturados, una o dos hojas de hierba buena fresca picada. Pasados unos cinco o seis minutos de cocción se rectifica de sal y puede servirse. Procúrese que no sea espesa.

Ignacio Doménech, La Manduca, 92

SOPA A LA PAISANA

Es tallen a rodanxes pastanagues, naps, porros, ápit y una bona quantitat de patates; també es pica cerfull i enciam, i's fá bullir si pot esser amb caldo de bullir broquil, unes tres hores. Es serveix amb quadradets de pá frexit, i amb una lliura de pésols si n'és el temps.

Art de ben menjar

SOPA CREMA DE ESCAROLA

Para una sopa de seis comensales, se cuecen con agua y sal dos escarolas bien limpias; cuando falte poco para quedar cocidas, se les añaden un buen trozo de miga de pan. Cuando todo quede bien cocido, se escurre y se exprime bien el agua, pasándose escarola y pan por un tamiz. El puré resultante se pone en una cacerola, mezclándole un litro de caldo pasado por un colador fino, y medio litro de leche. Mézclese con un batidor, sazónese de sal y hágase cocer lentamente una pequeña cantidad de tapioca. Al momento de servirse se le mezclan dos yemas de huevo batidas con una pequeña cucharada de leche, y algo de manteca de vaca o de nata. Sírvasse con unos costroncitos de pan, recién fritos con manteca. Rectifíquese de sal.

Ignacio Doménech, La Manduca, 171

SOPA DE AJO A LA CATALANA

Se pone en una cazuela agua en proporción a la cantidad de sopa que se desee. Se prepara el pan cortado. Cuando el agua hierve, se le echan dos o tres ajos, un poco de aceite crudo y el pan cortado. A los 10



minutos de ebullición puede servirse. Se le puede añadir un huevo batido por cada dos o tres personas, el cual se mezcla bien en la sopa.

Ignacio Doménech, La Teca, 32

SOPA DE AJO A LA MADRILEÑA (para dos)

En una sartén o cazuela con dos cucharadas de aceite se fríen dos ajos hasta que tomen color; en este punto se añaden unos 50 gr. de pan cortado en rebanadas finas, se rehoga bien y se le mezcla un poco de pimentón. Se moja con medio litro de agua y la sal correspondiente. Se deja cocer durante unos minutos. Se le puede mezclar un huevo batido.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 56

SOPA DE ALMEJAS

Se fríe aceite, ajo y cebolla en cantidad abundante, y cuando todo esté doradito se echa tomate picado, y una vez frito se le agrega un ajo machacado en el almirez con unos granos de pimienta. Antes de que se queme, se agrega una cucharada de pimentón y un poco de agua. Se sazona con sal y se ponen las almejas, unos pimientos verdes asados y mondados, a rajitas, y el agua que se desee. Así que hierva se tiene el pan cortado en la sopera y se vierte sobre él el caldo en el momento de servirlo.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 76

SOPA DE ALMEJAS

Medio kg de almejas, un pimiento, tomate, cebolla, pimentón, perejil.

En un poco de aceite se fríe el tomate, cebolla y el pimiento, todo ello hecho pedacitos, y se le añaden las almejas sin cocer para que se vayan abriendo y quede todo sofrito; se le pone un poco de pimienta, pimentón, un ajo cortado y perejil, añadiendo agua como para seis platos de sopa, dejándolo cocer todo hasta que las almejas estén en su punto. Se prepara el pan cortado muy fino y puesto en la sopera; se quitan las conchas de las almejas y se vierte la sopa sobre el pan, añadiendo unas gotas de limón.



SOPA DE ALMENDRAS Y AVELLANAS A LA CASERA

Se corta pan finamente y se tuesta en el horno a color dorado, y a continuación se pone a cocer con caldo del puchero, y a medida que cuece se deshace con un batidor.

Se machacan en un almirez un poco de azafrán, un ajo y unas almendras y avellanas tostadas; se disuelve esta picada con un poco de caldo y se junta a la sopa.

Debe procurarse que quede un tanto espesa.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 43

SOPA DE BLEDES

Es bullen monjetes seques. Apart es tallen a trossos petits, un plat de fulles de bledes i's tiren a una olla am boli, fent que s'hi sofregexint i afegint-hi sal, pebre i clavel. Es pasen les monjetes per un colador, i'l puré es fá bullir amb les bledes. Es serveix amb trossets de pá fregit.

Art de ben menjar.

SOPA DE CEBA GRATINADA

Es posa al foc una olla amb aigua, un bon raig d'oli, una ceba blanca tallada a trossos, tres unces de llesques ben primes de pa torrat, i sal, fent-ho bullir una hora. Llavors es pasa per un colador de forats grossos i's torna a fer bullir un moment, procurant que la sopa quedi ben espesseta.

Es coloca en una eina qu evagi al forn, s'hi posa a sobre una bona capa de formatge i algún trosset de mantega, i's fica al forn fins que estingui ben daurada.

Art de ben menjar

SOPA DE CEBOLLA (popular)

Se corta una cebolla en lonjas finas, y se rehogan en una cacerola con aceite, y cuando empiezan a tomar color se le agrega el caldo a agua sazónada con sal y pimienta; déjese cocer durante unos diez minutos.

Se preparan a parte tres yemas de huevo con un poco de vinagre.



En una sopera se preparan de antemano unas rebanaditas de pan finas y tostadas.

Cuando vaya a servirse la sopa, se vierte el caldo en la sopera, agregándole las yemas y removiendo un poco la sopera para que traben bien el huevo.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 42

SOPA DE FIDEOS O DE ARROZ A LA MARIONA.

Se hace la sopa usual con caldo, que quede un poco clara. Cuando está cocida se le mezcla una buena cucharada de salsa de tomate, un huevo duro picado y una porción de queso de bola rallado.

Ignacio Doménech, La Teca, 37

SOPA DE MACARRONES CON QUESO

Con caldo del puchero previamente pasado por un colador fino, se cuecen 125 gr. de macarrones finos para 4 personas. Cuando están bien cocidos puede servirse la sopa y al mismo tiempo en plato separado, 125 gr. de queso rallado.

Cada comensal se sirve el queso a su gusto.

Ignacio Doméneche, La Teca, 35

SOPA DE MEJILLONES CATALANA

Se ponen a hervir en un poco de agua, de ocho a diez mejillones por persona, a fin de abrirlos y poder quitar las cáscaras.

Se pone al fuego una cazuela de tierra con una buena cantidad de aceite, en la que se fríe una cebolla trinchadísima y cuando empiece a dorarse se le añaden tres o cuatro tomates pelados y picados; cuando todo esté bien refrito se remoja con el caldo de los mejillones, aumentándole suficiente agua para todos los comensales.

Cuando empiece a hervir, se le añade el pan tostado y una copa de aguardiente fuerte; se deshace el pan con una cuchara o con un batidor y se mezclan los mejillones junto con la siguiente picada.

Se machacan en un almirez dos ajos, perejil, un poco de canela y



pimienta y cuando quede en una pasta muy fina, se mezcla a la sopa. También puede unírsele un poco de queso.

Ignacio Doménech, La Teca, 38

SOPA DE MUSCLOS

Es fan sofregir musclos, que s'haurán tret de les closques. Quan já están sofregits, es treuen de la cassola i en el mateix oli es posa una ceba tallada ben menida; es deixa enrosir afegint-hi tomàtec i dos grans d'all picats amb julivert; s'hi posa sal una mica de pebre Vermell i uns brins de safrá.

Tot aixó es tira en una olla amb l'aigua bullenta que es nevéssiti per a la sopa, i s'hi ajunta el pá.

Es compten una dotzena de musclos per persona.

Art de ben menjar

SOPA DE PAN A LA DIABLA

Se pone a freír medio litro de aceite, en el cual se echa un poco de cebolla y perejil picado; después que están fritos se quitan con la espumadera. Se cortan uno o dos chorizos en rodajas delgadas y se fríen ligeramente, apartándolo para que se conserven calientes. En el mismo aceite se fríen rebanadas de pan muy delgadas, hasta que se consuma el aceite y se echan en la sopera junto con el chorizo. Se vierte encima el caldo caliente y se sirve enseguida.

SOPA DE PAN A LA PAYESA

Se tuesta una regular cantidad de pan cortado muy fino, y se pone a cocer en una cazuela con caldo. Mientras cuece, se le echa una cebolla y un ajo picados y fritos en un poco de aceite.

Se pica un huevo duro por cada plato de sopa, y se echa en ella. Se machacan en un almirez un poco de azafrán, un ajo y unas almendras tostadas, y se añade a la sopa; se deja cocer bien, y se sirve.

Para que resulte más económica, puede suprimirse el huevo duro.

Ignacio Doménech, La Teca, 32



SOPA DE PAN CON HUEVO

Se cortan rebanadas de pan finas, que se fríen en aceite, y se colocan en el fondo de la sopera. Se preparan aparte seis yemas de huevo, desliándolas con un poco de caldo, y se vierten con cuidado en la sopera, agregando la cantidad de caldo hirviendo que se necesite para la sopa. Se sirve al momento.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 42

SOPA DE PAN CON HUEVO

Se pone un puchero con agua al fuego, y al romper a cocer se sazona con sal y un poco de canela. Se le agrega una regular cantidad de pan cortado en rebanadas finas, dejando que cueza durante unos minutos, y revolviéndola a fin de que quede bien fina.

Al servirse, se vierte en la sopera y se le añaden tres huevos enteros batidos, revolviéndolos bien en la sopa. Se sirve bien caliente.

Ignacio Doménech, LaLa nueva cocina elegante española42

SOPA DE PAN CON LECHE

Se coloca el pan tostado en rebanaditas en la sopera y se cubre de leche cocida, en la que se habrán batido yemas de huevo. Se sazona con canela y azúcar.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 70

SOPA DE PESCADO

Se pone el pescado en una cacerola con ruedas de ajo crudo, tomate, perejil, zumo de limón, aceite crudo, pimienta molida, y un poco de azafrán y canela.

Se le añade el agua, se sazona con sal y se pone al fuego haciendo hervir todo hasta que esté bien cocido. Se vierte el caldo sobre la sopa en el momento de servirlo.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 76



SOPA DE PESCADO A LA MALLORQUINA

Se pone al fuego una cazuela con aceite y en ella se rehoga una cebolla picada a pedacitos, y cuando empieza a tomar color, se añade un poco de ajo y perejil picados y tres o cuatro tomates del tiempo bien picados; se remueve la mezcla con una cuchara de madera y se rocía con dos vasos de vino blanco. Se deja reducir un poco y se le junta caldo de pescado. Se añade una buena cantidad de pan tostado, se sazona de sal, y se deja hervir durante unos veinte minutos, quedando terminada.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 47

SOPA DE PESCADOR

Es fá un caldo de peix, si pot ser de cabra millor. En aquest caldo s'hi couen pops tallats ben petits. Quan son cuits, s'hi afexeixen patates tallades rodones i no gaire grixudes. Es fá una salsa mahonesa amb all, es desrá amb una mica de caldo no massa calent i's tira a l'olla. Allavors es torna al foc, i a l'arrencar el bull es treu. En lloc de pop spot ferse amb altre peix que no tingui espines.

Art de ben menjar

SOPA DE RAP

Es fa bullir una lliura de cap de rap i una rodanxa de mitja lliura. Apart, en una cassola, es sofregeix una ceba ben grossa, tres grans d'all, julivert, tres tomatecs, y de la rodanxa de rap bullida s'en fan dauets, que també es tiren al sofregit. Quan tot es ben ros, s'hi tira el pá i si donen unes quantes voltes, afegint-hi el caldo de fer bullir el rap, que já s'haurá colat. Aleshores es fá una bona picada d'amtlls, avellanes, un parell de anous i uns brins de safrá, i es deixa que bulli una estoneta més.

Convé que aquesta sopa sigui un xic espessa.

Art de ben menjar



SOPA DE RAPE

En una cacerola se rehoga con aceite fino, media cebolla picada fina, un diente de ajo junto con un par de tomates finos; cuando todo quede rehogado se mojará con agua aromatizándola bien con un poco de laurel y tomillo y se añade el rape cortado en trozos, dejando hervir suavemente el conjunto durante cinco minutos.

En un almirez se machacan un poco de azafrán, el hígado del rape frito, unos pocos piñones, unas cortezas de pan fritas, un diente de ajo y perejil. Cuando todo quede hecho una pasta se deslia con unas gotas de aceite y se vierte en el caldo.

Para servirse, se vierte la sopa en la sopera y por encima se le echan unas rebanadas de pan tostadas, espolvoreándose con un poco de perifollo picado fino.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 46

SOPA DE RAPE

En una olla con litro y medio de agua se cuece medio kilo de cabeza de rape con un poco de laurel, tomillo, orégano y una pequeña porción de apio. Déjese cocer durante unos 20 minutos. En el mismo caldo se cuece 250 gr. de rape, el cual se quitará a los 10 minutos de cocción para cortarlo en trocitos. se pone una cazuela al fuego con aceite, y en ella se fríe una cebolla cortada y dos granos de ajo. Cuando esté un poco dorado, se añaden un par de tomates pelados y cortados. Una vez esté todo bien refrito, se le echa el rape y 125 gr. de pan (tostado o no) mezclándolo bien, y se añade el caldo pasándolo por un colador fino. Se deja cocer a fuego lento.

Es un almirez se machacan un ajo, una buena cucharada de almendras y avellanas tostadas, un poco de azafrán y un poco de canela, obteniéndose una pasta fina, que se deshace con un poco de caldo de la misma sopa. Rectifíquese de sal y cuézase.

Debe quedar entre clara y espesa.

Ignacio Doménech, La Teca, 44



SOPA DE RAPE A LA CATALANA

Prepárese primeramente un excelente caldo de pescado de la manera siguiente.

En una olla con la cantidad necesaria para la cantidad de sopa que quiera hacerse, se ponen espinas de pescados y cabezas de los mismos, bien limpios, en cantidad abundante más una o dos cebollas a trozos, dos o tres zanahorias también cortadas a trozos, una hoja de laurel, tomillo, sal y un chorrito de vino blanco. Hágase cocer dicho caldo poco a poco y durante bastante tiempo. El rape se corta en trozos pequeños y se reserva hasta casi el último momento. En otra olla puesta al fuego con aceite fino, se fríe una cebolla grande trinchadísima y un ramo de hierbas aromáticas; cuando la cebolla se dora, se le añade una buena cantidad de puré de tomate o tomates pelados y picados. Rehóguense bien estos y mójense en el caldo de pescado pasado por un colador fino. Déjese cocer a un lado del fuego poco a poco. Puede añadirse algo de salsa de tomate. Se corta en hojas finas una buena cantidad de pan, que podrá tostarse ligeramente en el horno, y una vez tostado se le añadirá el caldo que hierve. Pasados unos veinte minutos se deshará el pan completamente, batiendo fuerte con la ayuda de un batidor. Cuando esté bien deshecho se le añadirá el siguiente picado. Se machacan en un mortero unas hebras de azafrán, más dos ajos y unas almendras tostadas. Cuando estos ingredientes estén convertidos en una pasta finísima se deslíen, con un poco de aceite y algo de caldo de la sopa que hierve, incorporándolo luego a esta. Déjese hervir a fuego fuerte echándole por último el rape cortado; y siguiendo la ebullición diez minutos más. Rectifíquese de sal y sírvase.

Ignacio Doménech, La Manduca, 225

SOPA DE SEMOLA a la Carmenchu

En una cacerola se pone a cocer caldo usual pasado por un colador fino, añadiendo al caldo una cucharada de pasta de tomate por cada cuatro platos de sopa. Se hace cocer la sémola echándola en forma de lluvia y que resulte más bien clara que espesa.



Al momento de servir se bate una yema de huevo que se añade a la sopa sin que esta hierva, unas hojas de hierbabuena fresca muy picada y costrones de pan recién fritos a bonito color.

Ignacio Doménech, La Manduca, 141

SOPA DE SÉMOLA LEOPARD.

Se prepara una sopa de sémola algo más clara que de ordinario y momentos antes de servirse se le mezcla una cantidad regular de acederas cortadas en tiras finas y rehogadas antes con un poco de manteca y unas claras de huevo también cortadas en tiras finas.

En el fondo de la sopera se pone una yema de huevo por cada dos personas, más una cucharadita de nata; se bate bien con un poquito de caldo y se le echa la sopa de sémola. Rectifíquese de sal.

Ignacio Doménech, La Manduca, 179

SOPA DE TAPIOCA “ZARINA”

Con caldo del puchero, bien colado, se pone a cocer una regular cantidad de tapioca, añadiendo por cada dos personas una cucharada de salsa de tomate, y una regular cantidad de yema de huevo duro picada.

Ignacio Doménech, La Teca, 43

SOPA DE TIRABEQUES

Se cuecen 250 gr. de tirabeques, bien limpios y cortados en pedazos gruesos, en dos litros de agua. Se fríe una cebolla picada, tomate del tiempo y perejil, y una vez frito se añade a los tirabeques.

Se preparan unas albondiguillas que se juntan con la sopa, y se sirve.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 49

SOPA DE LOS “ZINCALOS”

Se pone al fuego una olla con agua y sal, añadiéndole ajo picado, un poco de aceite crudo, un poco de vinagre y un poco de pimienta blanca. Cuando ha hervido bastante y todo está bien cocido, se le echa



pan cortado en rebanadas muy finas, y se deja cocer nuevamente.

Se baten dos huevos, y con mucho cuidado se mezclan a la sopa, que tiene que resultar un tanto espesa.

Una vez mezclado el huevo, se retira del fuego, y se sirve acto seguido.

Ignacio Doménech, La Teca, 31

SOPA D'OUS

Es pica al morter una mica de safrá, julivert, un all i dos rovells d'ou durs; es desfá tot amb caldo o aigua, tirant-hi també algunes gotes de llimona.

En una cassola es té el pá tallar, sobre el que s'hi tira lo preparat anteriormente, afegint-hi el caldo o aigua necessaris i unes rodanxes d'ou dur.

També es molt bona amb caldo de peix.

Art de ben menjar

SOPA MEZCLADA (escudella)

Se prepara con caldo del puchero sin colar, en el que se hace hervir una cantidad regular de legumbres cortadas en pedacitos algo grandes, tales como patatas, nabos, col verde, judías blancas cocidas de antemano y apio.

Veinte minutos antes de servirse la sopa se le añade una cantidad regular de arroz y fideos; además una picada de azafrán con un poco de rancio de cerdo. Se sirve algo espesa y recién cocida siempre.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 42

SOPA MEZCLADA (ESCUDELLA)

En un puchero se pone el caldo para la sopa y en él se hace hervir una regular cantidad de col verde, patatas, nabos, apio, todo cortado en pedazos algo grandes, judías blancas cocidas de antemano; antes de servirse la sopa se añade una cantidad regular de arroz y fideos y un poquito de azafrán. Se sirve algo espesa y recién cocida siempre.



SOPA "PARE LLIBORI"

Es prepara una espléndida sopa de sémola més clara que de costúm, a la que moments abans de servir-la es barreja una regular cantitat d'agrelles tallades a tires fines y sofregides en mantega fina, iclares d'ou fures també tallades a tires.

Al Fons de la sopera es posa un rovell d'ou per cada dues persones, mes una culleradeta de nata, debantent-ho molt bé en una mica de caldo, tirant-hi després la sémola. Rectifiquis de sal.

Ignacio Doménech, La Teca, 35

SOPA PARISIEN

Se pone a cocer en agua 300 gr. de patatas mondadas y después de cocidas se pasan por el prensa purés. En un litro de agua en el cual se habrá desleído dos cubitos de caldo, se disuelve el puré de patatas. Se bate la yema de un huevo y se incorpora a la sopa; se bate una cucharada de crema de leche y se añade al puré, junto con la sal suficiente. Póngase esta sopa al baño maría, pues si hierve se corta.

SOPA PURRUSALDA

Se corta un manojo de puerros en rajitas y unas patatas en la forma llamada paja. Se reogan los puerros en aceite y cuando comienzan a dorarse se mojan con agua y se añaden las patatas, sal, un poco de pimienta y algo de nuez moscada; se deja cocer todo, y cuando está cocido y algo epeso, estando bien de sal, puede servirse.

Se suele poner en esta sopa un trozo pequeño de bacalao.

Ignacio Doménech, La Manduca, 210

SOPA REAL

Se preparan huevos duros, se machacan las yemas, se pican las claras y se echa en el caldo, añadiendo pedacitos de jamón picado.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 72



SOPES MALLORQUINES

Es fá bullir una capsa no massa grossa de bróquil.

Apart en una paella es fá un sofregit de ceba, tomàtecs, alls i julivert; quant es ben sofrefir s'hi afegeix caldo del bróquil, i's deixa couer una bona estona.

En una eina que pugui anar al forn i després a taula, s'hi colocrá una capa de llesques ben primes de pá mallorquí (es un pá especial sense sal que es troba en les cases que venen productes mallorquins) una capa de bróquil, i unes quantes cullerades del sofregit de la paella, fins que's tinga la cassola plena. A cada caoa que's posi de pá s'hi tirarà per sobre oli crú, com si s'amanis. La última capa que sia de verdura. Es posa una estona al forn, i's serveix.

S'ha de fer de manera que el pá quedi ben mullat, pero que no sobri caldo.

Aquesta sopa es pot fer amb tota mena de verdures.

Art de ben menjar

SUBRIC DE ESPINACAS A LA MORNAY

Una libra de espinacas cocidas y exprimidas del agua, dos o tres huevos, 50 gr. de queso rallado, 50 gr. de harina, una cucharada de perejil picado, sal, pimienta y manteca de vaca o aceite fino.

Se trinchan las espinacas y se ponen en un recipiente hondo, mezclándoles los huevos crudos, harina, queso, perejil, unas gotas de vino blanco, una buena cucharada de leche, sal y pimienta. Trabájese con una espátula de madera hasta que todos los ingredientes queden bien mezclados.

Se pone al fuego una sartén grande con una regular cantidad de aceite requemado o manteca, y se fríen los subrics de la siguiente forma: se ponen cucharadas de pasta de manteca que queden bien separadas unas de otras, se aplastan un poco y se extiende la pasta por si sola, quedando como unas tortillitas de forma redonda. Se doran por ambos lados, se sirven colocados en una fuente redonda formando una corona; encima se colocan los demás, formando un círculo, en cuyo



hueco se pone una buena salsa bechamel, bien sazonada de queso que ha cocido en la salsa.

Sírvase el plato recién hecho.

Ignacio Doménech, La Manduca, 107

TOMATECS GRATINATS

Es parteixen els tomàtecs pel mitg, es treuen les llevors i un xic de molsa, i's posen en una plata que vagi al forn. Apart en una cassola es fá sofregir amb mantega una ceba tallada ben petita, pernil i xampanyons també trinxats, una mica de molsaque s'haurá tret del tomàtecs, pá rallat, sal, pebre i un xic de caldo. Amb tot aixó es fña una pasta, de la que se'n oplen els tomàtecs, posántlos-hi a sobre una mica de formatge ratllat.

Art de ben menjar

TOMATES A LA NAPOLITANA

S'escapsen de dalt, es treuen les llavors, s'omple d'all's i julivert ben trinxat, sal, pebre i pá ratllat. Es posen en una plata amb oli, se'ls en tira una mica per sobre, i's fiquennal forn a daurar. Serveixen para acompanyar carn o peix.

TOMATES A LA POLONESA

Pequeños tomates vaciados, que se llenan de una farsa compuesta de miga de pan frita con manteca, huevo y ajo.

Se estofan con aceite fino y zumo de limón.

Ignacio Doménech, La nueva cocina española moderna, 234

TOMATES RELLENOS CON ADORNOS DE MEDIO HUEVO

Tres huevos duros. Seis tomates. Se limpian los tomates, se les corta la tapa y se vacían. Se hace una masa de carne o pescado picados mezclado con salsa mahonesa, se rellenan los tomates y se cortan los tres huevos duros por la mitad, adornando cada tomate con medio huevo.



TORTILLA A LA HÚNGARA

Para una ración.

Se trinchán una cebolla y se pone en una cazuela con aceite y sal. Se tapa la cazuela y se deja que se cueza en forma lenta durante media hora o más, removiéndolo de vez en cuando. Se pone una sartén al fuego con aceite o manteca y se refríe un tomate maduro, al que se le añaden los huevos batidos con su sal correspondiente y tan pronto empiece a cuajarse el huevo para ir a doblar la tortilla en forma a la francesa, se le coloca la cebolla estofada, escurrida de grasa.

Ignacio Doménech

TORTILLA A LA PARISIEN

Es una tortilla con patatas y un poco de perejil picado.

Ignacio Doménech

TORTILLA A LA PARMESANA

Es una tortilla a la francesa en la que se añade a los huevos batidos una cucharada sopera de queso de parma rallado. También puede emplearse otra clase de queso.

Ignacio Doménech

TORTILLA A LA SUIZA

Se hace una tortilla a la francesa con manteca y queso rallado.

También puede añadirse una buena cantidad de pedacitos de pan del tamaño de granos de arroz, y fritos en manteca o aceite.

Ignacio Doménech, La Teca, 63

TORTILLA AL RON

Se baten los huevos con un poco de azúcar en polvo, y se hace la tortilla. Se coloca doblada en una fuente, se espolvorea de azúcar y se le echa encima ron en cantidad suficiente. Se le enciende y se sirve ardiendo.

L.V.C.



TORTILLA CON PATATAS Y JAMÓN

Al ponerse a freír las patatas cortadas en trozos finos se añade un poco de jamón muy picado.

Cuando todo quede bien frito se le echan los huevos batidos, formando una tortilla redonda, algo gruesa, dorada por ambos lados.

Ignacio Doménecha, La Manduca, 92

TORTILLA DE ATÚN “ELISENDA”

Se prepara un puré de patatas espeso, que se sazona con un poco de leche, sal, manteca de vaca y pimienta, añadiendo también una regular cantidad de espinacas hervidas. Se exprime todo bien, pasándolo por un colador. Se corta un pedazo de atún en escabeche, en pedazos pequeños, y se calienta con un poco de salsa de tomate clara.

Se mezcla el resto del escabeche con los huevos batidos, sal y perejil picado, y se hace una tortilla a la francesa que sea un poco tierna.

Se pone la tortilla en una fuente larga, se colocan por encima los pedazos del escabeche, se adorna con el puré, y se riega con la salsa de tomate.

Ignacio Doménech, La Teca, 63

TORTILLA DE PAN

Se baten los huevos con miga de pan rallado, un ajo picado, perejil y pimienta y se procede a hacer la tortilla con buen aceite frito.

Carmen de Burgos, ¿Quiere usted comer bien?, 219

TORTILLA DE PAN (otra)

Se corta en rebanadas finas y se deja remojar en leche cocida. Se baten los huevos con un poco de sal se añade el pan empapado de la leche y se echa en una sartén que tenga aceite fino caliente. Se forma una tortilla plana y cuando esté bien dorada de ambos lados, se retira del fuego y se sirve bien espolvoreada de azúcar.

L.V.C



TORTILLA DE PATATAS Y ESPINACAS

En una sartén grande con aceite requemado se fríen medio kilo de patatas cortadas a pedacitos finos; sazónense de sal. Cuando estén casi fritas, se añaden una regular cantidad de espinacas cocidas de antemano con agua y sal, bien escurridas y muy picadas a cuchillo. A esa mezcla de patatas y espinacas, se añade perejil picado. Se baten cuatro huevos sazonados de sal, y se vierten a la sartén formandose una tortilla redonda, plana y bien dorada por ambos lados.

Ignacio Doménech, La Manduca, 163

TORTILLA DE PESCADO

Tres huevos, una cebolla regular, una pescadilla regular, aceite y pan rallado. Se hierve la pescadilla con cebolla, laurel y sal. Después se desmenuza finamente; píquese igual la cebolla. En una sartén se calienta el aceite, se echa la cebolla, y cuando esté dorada se le mezcla el pescado que habrá sido mezclado anteriormente con el huevo y el pan, y hágase la tortilla redonda o en forma de rollo.

TORTILLA DE PLÁTANOS

Se baten los huevos con su correspondiente sal.

Se cortan los plátanos en rodajas de medio centímetro y se mezclan con el huevo batido. Se pone una sartén al fuego con la manteca o aceite necesario para hacer la tortilla y cuando esté caliente se tira la mezcla, formándose una tortilla plana. Se espolvorea de azúcar y se sirve.

L.V.C.

TORTILLA GUISADA

Después de hecha la tortilla de patatas, se fríen ajos, perejil y un poco de tomate. Se echa en ese aliño la tortilla, y se le añade un poco de agua, sazonándola con un poco de sal y pimienta molida. Se deja cocer hasta que quede en salsa.

L.V.C.



TORTILLA GUISADA

Se hace una buena tortilla de patatas, que se corta en pedazos.

Se prepara una abundante salsa de tomate. Se colocan los trozos de tortilla en la cazuela, y se echa la salsa por encima, de forma que cubra la tortilla.

Pueden añadirse unos guisantes cocidos.

Se deja cocer durante unos minutos y se sirve.

L.V.C.

TORTILLA SIN HUEVO

Composición tortilla (para cuatro personas).

Se dispone de un barreño pequeño, frotándose el fondo con un ajo para que quede bien perfumado. Se pone una cucharada de las de sopa de perejil trinchado y una hoja de apio (nada de troncho) todo muy picado; una pizquita de azafrán en polvo o a falta de este, un cuarto de cucharada de las de café de pimentón encarnado; una cucharada de las de café de bicarbonato puro; seis cucharadas soperas de harina, la sal suficiente y 10 o 12 cucharadas soperas de agua fría; cuatro o seis gotas de aceite.

Se baten todos los ingredientes hasta que no hagan grumos, déjese reposar esta composición líquida durante 15 minutos.

Momentos antes de hacer la tortilla, se batirá un poco la pasta, a fin de unificar de nuevo todos los componentes puede mezclarse con huevo.

Cocina de recursos y Ignacio Doménech, 64

TRUCHAS A LA CATALANA

Se machaca un ajo y perejil, un poco de comino, sal y manteca, y se disuelve con agua y vinagre.

Se hace cocer junto al fuego incorporándole las truchas fritas en pedazos y cebolla frita con aceite.

Déjese cocer durante unos cinco minutos y sírvase adornada con limón rizado.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 153



TRUCHAS RELLENAS A LA JIRONESA

Después de separar las espinas de las truchas y sazonadas previamente con sal y zumo de limón, se rellenan con la siguiente mezcla; aceitunas picadas, cebollas perejil, pimientos morrones, almendras picadas, setas, mezclado con aceite y vinagre y un poco de pimienta blanca.

Se rocían con aceite y se pasan por miga de pan rallada. Se envuelven en una hoja de barba mojado en manteca y se asan a fuego lento.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 153

TRUITA A LA FRANCESA

Es posa a la paella una miqueta de llard, molt poch; solamente la paella quedí untada, já n'hi ha prou. Quan es calent, s'hi tiren els ous ben batuts, am buna mica de julivert. Un rajet de llet i la sal corresponent; es remenem un moment a la paella i aleshores es doblega la truita donant-li forma arrodonida i llarga, i fent que quedí crua de dintre.

Art de ben menjar.

TRUITA A LA JARDINERA

Es bullen pesols i puntes d'espàrrechs. Es fregreixen patates tallades ben fines. Es batennels ous, s'hi tira sal i s'hi ajunten els pesols, espàrrechs i patates.

A la paella s'hi posa una miqueta de llard, i quant es ben calent shí tira tot plegat remenant-ho una miqueta axí que's comença a pendrer s'embolica com una truita a la francesa.

Es millor que quedí torrada de fora i crua de dintre.

Art de ben menjar

TRUITA DE PÁ

Es posen a remullar uns 60 gr. de pá amb una mica de llet, 25 gr. de formatge ratllat, una mica de julivert picat, i sal. Quan el pá sigui ben remullat, si tira tres rovells d'ou, y es bat bé; s'afeixeixen les tres clares batudes a punt de merengue. Es posa una paella grossa al foc a amb la meitat d'oli i meitat de llard, i si tira la pasta. Es col·loca al foc molt suau



i estapa bé la paélla. Quan la truita sigui ben rossa de tots dos costats, esposa en una plàtera y s'adorna amb salsa de tomàtec ben espesseta, y patates fregides.

L.V.C.

ALTRA TRUIT DE PÁ

Es posa el pá en remull; quan es ben tou, s'escorre força i amb llard ben calent es freixeix una estoneta; es baten bé els ous amb sal, i's fá la truita.

Art de ben menjar

TRUITES (peix)

Es fan bullir amb una mica d'aigua, sal i una crosta de pá.

En una cassola es fan sofregir amb mantega herbes "juliene" trinxades, i xampinyons, afegint-hi la crosta de pá pasada per un colador, amb una mica de l'aigua del peiz.

Es deixa bullir aquesta salsa i es tira a sobre de les truites que s'haurán tret de l'aigua, i es serveix.

Les truites son exquisides fregides sencillament amb oli, i al treurer-les de la paella empolsantles de sal. Es serveixen acompanyades de llimona.

Art de ben menjar

TRUITES DE PEIX GRATINADES

Es bat mitja dotzena d'ous amb una raig d'aigua i sal s'ennpoden fer almenys dotze truites. En una paella petita amb un juch de llard, s'hi tira unes quantes cullerades dels ous preparats i's van fent triutes planes. Al damunt de cada una s'hi posa lluc, rap byllit i algún musclo o uns quants escamarlanchs, tot trinxat, es cargolen i's posen en una plata que vagi al forn amb mantega i formtatge per sobre.

Es fan gratinar, i's serveixen.

Art de ben menjar



TUNYINA AMB SALSA

S'agafa la tunyina tota ennun tal i's co-locar en uan cassola mab bastanta ceba, tomatec, tápare i la sal correspondent. Aixó es deixa courer bastanta estona sense afegirhi gens d'aigua, per que la ceba i el tomatec já en fan la necesaria. Quan la tunyina es cuïta es treu, es deixa refredar i s'en fan tallets.

La salsa es cola, s'hi afegeix unes quantes tápare más s'hi col-loquen els talls de tunyina i s'hi fa dar un bull.

Art de ben menjar

TUNYINA AMB SALSA

En una paella s'hi posa oli, quan es ben calent, s'hi tira una rodanxa de llimona, sense la pela, una o dues cebes, un xic de llorer i un brot de farigola. Quan já quasines ros, s'hi afegeix la tunyina, tota en untros, amb una mica de prebrenemell. Quan es ben daurada es treu i s'hi posa mitja ceba trinxada, tomàtec, tallat, mitja cullerada de vinagre, un pols de sucre i una cullerada escassa de farina. Tot aixó es deixa courer una estoneta afegint-hi un xic de pebre vermell i de negre, i aigua. Quan es cuït, es passa pel colador i es tira en una cassola sobre de la tunyina amb unes quantes tápare.

Es deixa bullir una estona, i es serveix molt calent.

Art de ben menjar

VERDURA JAPONESA

Es parteixen quatre tomàtecs en quatre trossos, quatre patates bllides amb pell i fetes a daus ben petits, mongetes tendres bullides i dos ous durs, trayent-ne els rovells i partint les clares en quatre trossos. Es trinxen me nut un enciam i's guarneix la plata a grupos, combinant el color de totes les verdures. A sobre s'hi posa la sgüent salsa. Es piquen al morter els dos rovells durs, s'hi tira un raig de vinagre, i's treballa amb oli necessari per a la quantitat de salsa que cal fer.

Art de ben menjar



VERDURA MODERNA

Es tallen a rotllos ours durs, patates bullides, i butifarra catalana; s'hi afegeixen anxoves, julivert i alls i s'amaneix bé am boli, vinagre, sal i pebre.

Art de ben menjar

VERDURA ORIENTAL

En augua ben salada s'hi bull coliflor tallada a ramets pastanagues, naps, pésolls, mongetes tendres i col de Bruseles. Quan es fret, es posen al mit de la plata els brots de la coliflor ben ajuntats, de manera que sembli sencera, i al voltant, en grupets, les demás verdures, les pastenagues inlo restant tant com es.

Es barrejà bé en una tassa oli, vinagre, sal, pebre, i's tira sobre les verdures, guarnint-les amb ous durs, cogombres i julivert, tot trinxat.

Art de ben menjar

VERDURA RUSSA

Es fan bullir patates, pastanagues, remolatxes, monjets tendres, pésols i col de Bruselles. Es tallen les patates pastanagues i remolatxes a rodanxes, colocant-se en una plata tot barrejat amb les monjetes, pesols, rrodes d'ou dur i trossets de pernil. Per damunt s'hi tira una mahonesa clareta i unes quantes tápare i cogombres.

Art de ben menjar



POSTRES e BEBIDAS

ALBARICOQUES ESTIVALES

Albaricoques maduros, deshuesados, que se cortan en tiras algo gruesas, espolvoréense en azúcar glas, se rocían de marrasquino y se ponen a enfriar en un recipiente colocado entre hielo picado.

Se trabaja una buena cantidad de nata, echando azúcar glas con algo de vainilla, o canela, y enfríese también entre hielo.

Momentos antes de servirse, se mezclan los albaricoques con la nata, y se coloca en un frutero de cristal, dándole forma alta y alisada.

Se guarnece todo el derredor con bizcochos cortados y rociados con marrasquino.

Ignacio Doménech, La Manduca, 271

ARLEQUI (gelat)

Es necessiten dues geladores.

Crema: En un casó s'hinposen vuit rovells d'ou i nou unces de sucre, i's bat una bona estona. Després s'hi afegeix un litre de llet, previament bullida, amb un tros de vainilla, es posa el foc i's remena bé fins un moment abans de bullir. Quan es freda es fica a la geladora.

Granisant: En altre cassó s'hi posa mitj litre d'aigua mitja lliura de sucre, el suc d'una limona i unes quantes gotes de carmí vegetal. Es remena una bona estona i's posa en un'altra geladora.

Al servir-se es posa en la copa meitat de crema i meitet de granisat.

Art de ben menjar

ARROPE MANCHEGO (CONFITURA)

En un perol grande pónganse 3 kg. de uvas blancas y 3 de uvas negras, ambas bien maduras; con una cucharada grande o espátula se espachurren bien a fin de que suelten todo su jugo; póngase a cocer durante cuatro o cinco minutos.

Terminada esta cocción, se pasa todo el conjunto por un tamiz, o



colador, de forma que solo queden los pellejos de las uvas y las pepitas. Con todo el puré líquido resultante puesto en un perol bien limpio, se pone a cocer para que se reduzca a la mitad; en este punto se le añaden en cantidad regular, melocotones, peras, membrillos, melón, manzanas, todo mondado y cortado a pedazos, un tronco de canela en rama y una pequeña parte de azúcar. Déjese cocer lentamente; muévase a menudo, hasta que esté bien espeso y bien cocido todo.

Ignacio Doménech, La Manduca, 271

BISCUIT "GLACE"

Es baten bé en un cassó una dotzena de rovells d'ou.

En altre cassó es fá almibar amb un litre d'aigua, una lliura de sucre i una mica de vainilla, i al comensar a bullir es tira sobre els ous, que no s'han deixat de batre. Tot plegat es torna al foc, remenant'ho continuament, i al arrencar novament el bull es retira altre cop.

Quant es fret s'hi tira mitja lliura de nata, batent-ho una estona mes.

Es col·loca en la geladora, deixant-li dues hores, ben voltatvde gel i sal granada.

Art de ben menjar

BISCUIT "GLACÉ"

Es fá un almíbar bastant fort amb un got i mitj d'aigua set unces de sucre i un tros de vainilla, deixant-lo sobre la cuina per a que's mantingui valent. En un cassó col·locat damunt de gel, s'hi posen dotze rovells d'ou, batent-los mitja hora i tirant-hi poc a poc l'amibar calent. Es muten sis clares, i quan están a punt de merenga s'hi ajunte sis cullerades de sucre, barrejant-ho amb els rovells i ficant-ho al motllo, que's tapa i col·loca entremitjnde gel i sal granada. Per a quedar ben gelat, té d'estar-hi al menys tres hores, i s'ha de tapar amb una manta per a que l'aire no desfaci el gel.

Es necessiten uns vuit quilos de gel i tres de sal.

Art de ben menjar



BIZCOCHOS AL CHOCOLATE

Se mezclan 200 gr. de azúcar, 125 gr. de chocolate rallado, 70 gr. de harina, cinco claras de huevo y un poco de vainilla.

Se baten las claras a punto de merengue, y se les añade toda la combinación anterior, removiendo con suavidad.

Con esta pasta, se marcan placas untadas, de igual modo que para los macarrones de almendras.

Cocción a horno suave.

Ignacio Doménech, La Manduca, 200

BIZCOCHO BORRACHO AL RON

250 gr. de azúcar, 6 huevos enteros, 5 yemas de huevo, 400 gr. de harina.

Se ponen en un perol los huevos, las yemas y el azúcar, y con una varilla de alambre se bate bien por espacio de 20 minutos, hasta que haya adquirido un cuerpo espeso y espumoso; luego se agrega la harina, mezclándolo bien, y se pone en un molde cuadrado a cocer al horno.

Cuando esté cocido, se saca y deja enfriar. Se corta a pedazos de unos 7 cm de largo por 3 de ancho, bañándose con un jarabe tibio aromatizado al ron. Se espolvorea con azúcar y con un hierro candente se doran por ambos lados.

Puede variarse el ron por otro licor.

Ignacio Doménech, La Manduca, 96

BIZCOCHOS BORRACHOS DE GUADALAJARA

12 huevos; 460 gr. de azúcar; 460 gr. de harina floja.

Se ponen los huevos en un cazo incorporándoles el azúcar con un batidor. Después de batirlos un poco, se temple un momento al fuego, o dentro de agua caliente, sin dejar de batirlo, y se continuará hasta que quede completamente frío y bien incorporado. Luego se echa la harina, y con una espátula de madera se mezcla. Se tendrán preparadas unas cajas de papel como las de las mantecadas, repartiéndose en ellas el batido para cocerlas en horno templado.



Se prepara un jarabe con 500 gr. de azúcar moreno y 500 gr. de blanquillo con medio litro de agua; se pone a hervir, y cuando esté a 30º se retira del fuego y se le añade una copita de coñac.

Los bizcochos, que tendremos cortados en trocitos cuadrados, se rocían con el jarabe y se espolvorean de canela por encima.

Ignacio Doménech, La Manduca, 189

BIZCOCHO DE NARANJA

Se ponen en un cazo cuatro yemas de huevo, 100 gr. de azúcar y la corteza de una naranja rallada, batiéndolo todo muy bien.

En otro cazo cuatro claras de huevo convertidas en espuma blanca y consistente, a impulsos de un batidor. Se mezcla todo, uniendo a la mezcla 100 gr. de harina tamizada y la masa resultante se mete en un molde liso untado ligeramente con manteca y enharinado. Se cuece en horno flojo, y una vez cocido se espolvorea con azúcar.

Ignacio Doménech, La Manduca, 209

BIZCOCHO RARO

Cantidades: 4 huevos enteros, 10 claras de huevo, 300 gr. de azúcar, 250 gr. de harina, dos cucharadas de azúcar quemado (color), dos onzas de chocolate fundido.

Hacer el bizcocho corriente y al final agregar el chocolate y el color.

Luego que esté cocido y frío, cortarlo en lonchas finas y largas y glasearlos con jarabe y azúcar granillado.

Ignacio Doménech, La Manduca, 211

BRAZO DE GITANO

Se ponen en un perol pequeño dos huevos enteros más dos yemas, tres onzas de azúcar y un poco de piel de limón rallada. Se monta en conjunto con un batidor de alambra, batiendo bien durante una hora. Se montan las dos claras de huevo a punto de merengue, se mezclan con lo anterior y se le añade tres onzas de harina, meneándolo todo bien, poco a poco y solamente para que no se formen grumos.



Se prepara un papel de barba untado con manteca o aceite y que tenga las puntas dobladas; se extiende la pasta encima de este papel y se coloca sobre una plancha lisa, poniéndola a cocer en el horno que no sea muy caliente. Se saca del fuego cuando esté rubio.

Una vez cocido, se vuelca encima de una mesa de mármol, se le quita el papel, y se le pone por encima una capa de crema bien espesa, perfumada de vainilla o limón. Se alisa bien la crema, se enrolla estando todavía caliente; esta operación hay que hacerla con cuidado y limpieza. Finalmente se espolvorea con azúcar lustre.

En lugar de la crema de vainilla puede emplearse una crema de chocolate, nata, o mermelada espesa de frutas.

Ignacio Doménech, La Teca, 213

BUÑUELOS

En un plato se mezclan dos cucharadas de harina con agua fría, obteniéndose una pasta fina y bastante espesa. Se le añade una cucharada de azúcar, unas gotas de zumo de limón y una clara de huevo batida a punto de nieve.

Se pone una sartén con aceite al fuego y cuando esté bien caliente se le echa la pasta a cucharadas.

Una vez los buñuelos estén bien dorados, se escurren de aceite y se espolvorean de azúcar.

BUÑUELOS DE LAS ABUELITAS

En un plato sopero se pone un polvito de canela o limón rallado, un huevo, 60 gr. De harina, 40 gr. de azúcar y una copita de leche. Se empasta bien, friéndose en sartén con poco aceite, dorarlos y servirlos espolvoreados de azúcar y un poquito de canela.

Ignacio Doménech, La Manduca, 264

CACAO

En una pequeña cacerola se ponen 20 gr. de cacao en polvo, y una pequeña cucharada de azúcar. Se deslíá con un decilitro de agua



caliente. Hágase cocer; se bate vivamente con un batidor o varillas de alambre; añadiendo en seguida medio litro de leche hirviendo. Se hace hervir nuevamente durante unos momentos, y sírvase en tazones o puesto en una jarrita.

Ignacio Doménech, La Manduca, 268

CACAO “Marquissette”

Se mezcla en una tarrina 40 gr. de cacao y 125 gr. De mantequilla a medio fundir. En otra tarrina se trabajan tres yemas de huevo y 100 gr. De azúcar en polvo. Después de haber trabajado esta pasta, con un vaso de leche hirviendo se vierte en una cacerola hasta que quede unida o espesa, poniéndola sobre el fuego y removiéndola con una espátula, pero cuidado de que no llegue a hervir; logrado este punto, se le agrega a esta crema la mantequilla y el cacao. En cuanto está frío del todo, se vierte en un molde rodeado de hielo picado.

Cuando quede bien cuajado se desprende del molde puesto en una bonita fuente y se sirve.

Ignacio Doménech

CACHARRITOS DE ALBARICOQUE de D. Tomasito

Se dispone de unos recipientes pequeños de porcelana de los que se usan para servir huevos al horno, que son altos y redondos, Se llenan hasta la mitad de mermelada de albaricoque, encima se pone almendra triturada y alrededor tres o cuatro guindas en almíbar, llenando el centro con un poco de corteza de naranja picada fina.

Ignacio Doménech, La Manduca, 147

CAFÉ

Para servir café después de las comidas, se mezclan partes iguales de Moka y caracolillo.

Se pone una cucharadita de café bien llena por cada taza de agua. El agua debe de estar hirviendo; se deja colar y reposar y se sirve muy caliente.



El café que ha servido para la primera tanda se mezcla con una o dos cucharadas de achicoria, y el conjunto se escalfa con agua hirviendo, en la misma proporción. Sirve para mezclar con la leche.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española

CHAUKELE (POSTRE ALSACIANO)

Se dispone la siguiente pasta. Se muelen 100 gr. de almendras dulces, que se pueden machacar en el mortero, uniéndole 90 gr. de azúcar. Incorporado este, se le mezclan cinco huevos, juntando bien los tres componentes, se le añade luego una copita de ron, formando con el conjunto una crema un tanto espesa.

A esta pasta se la añade poco a poco tanta harina como admita, de manera que pueda dominarse sobre la mesa para estirla con el palo de pastelería.

Con el mármol o mesa espolvoreada de harina, se estira la pasta, dejándola con un espesor de algo más de medio centímetro; se corta a pedazos cuadrados y se enrollan, mirando que tengan unos 8 cm. de largo. Se pasan por harina y se fríen en abundante manteca o aceite requemado.

Se retiran cuando suben a la superficie, y se ponen a gran fuego para que se dore; se espolvorean de azúcar.

Ignacio Doménech, La Manduca, 120

CHURROS

Cantidades: harina corriente tamizada, 400 gr; ¼ litro de agua; 2 de aceite, 8gr, de sal.

Se hace una pasta de la siguiente manera: Se pone una cazuela al alumbre con el agua y el aceite y la sal, cuando empiece a hervir se le tira la harina, moviéndola continuamente con una espátula de madera hasta que quede bien compacta; trabajada la pasta durante un minuto, se retira la cazuela del fuego. Es conveniente obtener una pasta espesa pero que pueda dominarse con el marcador o la jeringa de enmoldar, Si debido a la calidad de la harina quedase demasiado espesa, se le añade



un poco de agua caliente y se trabaja enérgicamente. Se tiene preparada una sartén con abundante aceite y cuando éste esté hirviendo se llena la jeringa con la pasta y se moldean los churros encima del aceite, cortando la pasta a la medida que se quiera. Se fríen rubios y resecos, se escurren bien y se espolvorean de azúcar.

Ignacio Doménech, La Teca, 244

COCA DE MONIATOS (azucarada)

Con medio kg. De pan crudo, se coloca encima de la mesa espolvoreada de harina, se le hace un hueco bastante ancho en el centro espolvoreándolo de azúcar, llenándose de moniatos cocidos, pelados y manchados, a los que se les mezclará un poco de aceite o manteca, azúcar, unos granitos de anís. Se forma la coca, amasando antes un buen rato; se deja hasta que se levante la pasta. Se estira y se pone en una lata; se le hacen unos hoyuelos, poniendo en ellos unas gotitas de aceite y azúcar abundante. Se cuece al horno, procurando que quede bien dorada por ambas partes.

Ignacio Doménech, La Manduca, 152

COMPOTA DE MANZANA al estilo de Vasconia

Dos quilos de manzanas que se mondan y cortan en seis pedazos, echándolos dentro de un recipiente con un poco de agua acidulada de zumo de limón a fin de evitar que se pongan negras. Terminada esta operación, se escurren del agua, poniéndolas en otra cacerola para cubrirlas con un litro de vino tinto, un poquito de canela, medio litro de agua y 350 gr. de azúcar. Póngase a cocer, retirando la espumilla que hace al romper el hervor, y pasados unos 20 minutos de cocción, retírense, enfriándose.

Ignacio Doménech, La Manduca, 26

COPA JACQUES (helado)

La copa Jacques está basada en dos clases de helado de frutas puestas dentro de una copa de champagne; encima y en medio de los dos



helados se coloca una buena cucharada de diferentes frutas (macedonia) maceradas con kirsch.

Ignacio Doménech, La Manduca, 186

CREMA BORRACHA (flan de ron)

Baten bien seis yemas y dos claras y se mezclan con gr. De azúcar. Se tiene preparado un molde con caramelo y en él se vierte la mezcla, bien batida, junto con dos cucharadas de ron.

Se pone a cuajar en el baño maría y a los 20 minutos se deja enfriar.

Al momento de servir se saca del molde, se espolvorea con un poco de azúcar, se le vierte un poco de ron por encima y se le prende fuego.

CREMA D'AVELLANES

Es piquen be al morter quatr unces d'avellanes torrades es tiren junt amb mitja lliura de sucre en mitj litre de llet i's deixen bullir una estona. Apart es fá crema amb sis rovells d'ou, mitja lliura de sucre, un pols de sal, una cullerada de farina i tres petricons de llet. Quan comensa a esperssirse es trey del foc i's deiza refredar. Després s'ajunta amb la llet en que han bullit les avellanes que s'aura colat. Es munten bé les clares i barre janho tot es tire a la geladora.

Pera colocar el gelat en las copes es té d'usar cullera de fusta.

Es pot servir amb xocalata se nata barre jan-ho cadascú a taula.

Art de ben menjar

CREMA DE MAIZENA FRITA

Se pone a cocer medio litro de leche con un poco de corteza de limón. Cuando empieza a hervir se le añaden cuatro cucharadas de maicena disuelta antes en un poco de agua o leche; hágase cocer lentamente y sin parar de mover con una espátula de madera; añadir 100 gr. De azúcar.

Cuando el conjunto quede bien espeso, se deja enfriar extendiéndolo encima de una fuente larga, procurando que tenga igual espesor (1½ cm). Cuando esta pasta esté fría, se corta en pedacitos cuadrados o un



poco alargados, mojándose con huevo batido y se empanan con miga y pan rallado.

Poco antes de servirse se fríen como las croquetas, con aceite o manteca, retirándose bien doradas y crocantes, espolvoreándose con azúcar y un poco de canela.

Ignacio Doménech, La Manduca, 111

CREMA DE XOCOLATA

Amb vuit rovells d'ou, tres petricons de llet, nou unces den sucre i mitja lliura de xocolata desfeta amb aigua, tot ben barrejat, se'n fámina crema remenant-la continuament fins que s'espesexi. El foc no té de esser masa viu es deiza refredar i es posa a la geladora.

Art de ben menjar

CREMA LUSITANA

En una cacerola se ponen 4 huevos enteros con dos yemas y se baten bien con ocho onzas de azúcar, y luego de pasado un ratito se le mezclan media onza de almidón y un cuartillo de leche (cocida antes). Póngase sobre el fuego, y no déjese de menear la crema un solo momento. Al empezar a hervir, se le añaden dos cucharadas de las de sopa de agua de azahar.

Retírese enseguida del fuego, y se vierte en una fuente de cristal, adornándose todo su alrededor con cortezas de naranjas confitadas.

Ignacio Doménech, La Manduca, 159

CREMA PASTELERA FINA

Géneros y proporciones: 250 gr. De azúcar, 100 gr. De harina tamizada; 7 yemas de huevo y dos huevos enteros; 1 litro de leche; un palito de vainilla o de canela o una piel fina de limón.

En una cacerola se mezcla y trabajan con unas abrillas el azúcar, la harina las yemas y los huevos.

Se le añade la leche recién cocida con el aroma y se pone la cacerola sobre fuego, sin parar de menear y pasando las varillas o batidor por el



fondo y paredes de la cacerola con el fin de que la crema no se agarre. Cuando se ve que empieza a cocer por el centro, se retira, quedando terminada.

Ignacio Doménech, La nueva cocina elegante española, 279

CREMA PRALINE

Es fá ina crema amb sis rovells d'ou, tres petricons de llet, una cullerada de farina i nou unces de sucre. Quan es freda s'hi ajunten les clares muntades i un bon tros de crocant ben picat al morter; es barreja bé i's posa a la geladora.

Art de ben menjar

DULCE DE CIDRA

Mondadas las cidras y despojadas de la parte interior del zumo, se cortan en tiras alargadas y se ponen en agua durante unos cinco o seis días, renovándose dos veces cada día. A continuación, se ponen al fuego con agua, retirándolo a poco de levantar el hervor. Bien escurridos, se pesan y con ese peso en azúcar y el agua correspondiente (a razón de kilo de fruta, kilo de azúcar y medio litro de agua) se forma un almíbar en el cual se hará cocer bastante tiempo.

R.M.B.

DULCE DE LOS ÁNGELES

Se cuece medio litro de leche con un poco de corteza de limón. En otra cacerola se ponen 3 huevos enteros y 2 yemas, 100 gr. De almendras dulces bien molidas, 75 gr. De Maizena disuelta en un poco de agua fría (para evitar que haga grumos). Trabájese todo con un batidor agregando poco a poco la leche hervida. Se pone sobre fuego regular y trabájese continuamente hasta que en la cuchara se recoja una ligera capa de crema. Se prepara una fuente con el fondo cubierto con una capa de bizcochos remojados con almíbar y encima se echa la crema; cuando esté fría se espolvorea con azúcar y un poco de canela.

Ignacio Doménech, La Manduca, 108



DULCE DE MEMBRILLO

Mondados y quitados los corazones de medio kg. De membrillos, se dividen en cuatro partes cada uno, echándolos en un recipiente con agua fría para evitar que se oscurezcan. Enseguida prepararemos un perol con un litro de agua y coceremos en él los membrillos hasta que se hagan papilla. A continuación, los escurriremos bien en el cedazo, y al jugo que obtengamos le añadiremos un cuarto de kg. De azúcar y lo pondremos a cocer hasta que se espese.

Una vez frío lo pondremos en moldes.

ENSALADA DE FRESAS O FRESONES A LA ROMANOF

Se limpian las fresas o fresones; se espolvorean de azúcar y se riegan con Marrasquino. Enfríense entre hielo picado. También se pone a enfriar una buena cantidad de nata montada y espolvoreada con azúcar lustre.

Al momento de servirse, se ponen las fresas en una ensaladera de cristal, cubriéndolas con la nata, y adornándolo con algunas fresas por encima.

Ignacio Doménech, La Teca, 243

ENSALADA DE MANZANAS CON MALVASIA

Se reúnen 3 partes de manzanas reinetas y una parte de mandarinas jugosas.

Se mondan las manzanas y se cortan en pedacitos delgadísimos, extrayendo primero el corazón o centro de cada manzana; una vez cortadas, se ponen en una vasija agregando las mandarinas, mondadas y cortadas en lonjas muy delgadas, separando las pepitas, se rocían con vino de malvasía.

Se espolvorea con azúcar glas y se coloca en una ensaladera o compotera de cristal, sirviéndose tal como quede.

Puede presentarse formando un adorno de guindas confitadas en aguardiente o rodajas finas de plátanos.

Ignacio Doménech, La Manduca, 257



ENSALADA DE NARANJAS

Se cortan en rodajas algunas naranjas bien maduras, sin quitarles la piel pero sin las pepitas. Se colocan en frutero, y se rocían con azúcar molido. Regarlas con ron o kirsch.

ENSALADA DE NARANJAS

Naranjas bien maduras que se cortan (una vez bien mondadas) en cuatro pedazos verticales; se les extraen las pepitas y se cortan en lonjas finísimas.

Colóquense en una ensaladera de cristal, y rocíense con kirsch y azúcar. Sírvasse bien fría.

Ignacio Doménech, La Manduca, 204

ENSALADA DE NARANJAS BURGUESITA

Con cuatro o cinco naranjas grandes y jugosas, puede hacerse una espléndida ensalada para cuatro comensales. Mondadas y repeladas, se cortan en rodajas delgadísimas separando todas las pepitas. Colóquense en forma de corona en el fondo de una ensaladera de cristal, cúbranse con pedacitos de piña fresca, espolvoréense con suficiente azúcar, y rociar toda la fruta con coñac o curaçao.

En verano se enfriará poniéndola entre hielo picado.

Ignacio Doménech, La Manduca, 256

ENSALADA DE NUECES FRESCAS

Empléense bastantes nueces frescas, antes de que lleguen a su completa madurez. Después de quitarles la cáscara exterior, se parte cada nuez en dos, poniéndolas enseguida en agua acidulada (agua con un poco de sal) para evitar que se pongan negras.

Por cada 200 gr. De nueces se les mezcla 100 gr, de moscatel pelado por grano, mezclando bien ambos componentes.

Pónganse en una compotera de cristal y se espolvorean de azúcar glas jugo de moscatel natural (moscatel machacado y recogido su jugo) y buen vino rancio o dulce, Málaga, etc. En regular cantidad, adornar el



borde de la compotera con rodajas de naranja o de mandarinas.

En verano, enfriase bien entre hielo.

Ignacio Doménech, La Manduca, 260

ENSALADA DE PLÁTANOS

Se escogen plátanos maduros, pero bien firmes. Se mondan y se cortan en rodajas de un centímetro de espesor. Pónganse en una vasija y se espolvorean con azúcar glas, y rocíense con cierta abundancia con kirsch u otro licor.

Pasada una media hora de maceración, se traslada esta ensalada a una ensaladera, quedando terminada.

En verano puede servirse muy fría.

Ignacio Doménech, La Manduca, 256

ESPUMA DE NARANJAS Y FRESAS

En un tazón se ponen el jugo de cinco naranjas y el de dos limones, ambas frutas que estén bien maduras, exprimiendo bien todo el jugo; luego se pasa este por un pañito a otra taza, a fin de separar bien las partículas o semillas.

Se habrá batido de antemano en una terrina con una espátula de madera, hasta que la composición tome cuerpo, seis yemas de huevo y 250 gr. de azúcar en polvo. Cuando quede montado, se sigue batiendo e incorporando poco a poco el jugo de las naranjas, y una vez todo junto, se sigue batiendo.

Se funden de antemano 55 gr. de gelatina (hojas de cola de pescado) con un vaso de agua hirviendo, y cuando esté fundido se pasa por un pañito, dejándose enfriar. Al quedar tibio, se mezcla poco a poco al batido de las yemas, mezclando unas gotas de carmín “Bretón”, a fin de que la composición adquiera color naranja algo pronunciado.

Se le mezclan las seis claras de huevo montadas a punto de merengue, uniéndole seguidamente 250 gr. de fresas bien firmes y una copita de nata montada (a voluntad). Toda esta composición se vierte en un molde acanalado u otro de forma bonita, untado ligeramente de aceite



de almendras dulces.

Colóquese el molde entre hielo triturado y sal gruesa.

Se sirve con bizcochos o galletas finas.

Ignacio Doménech, La Manduca, 23

FLAN

Se quema azúcar en un molde de flan, haciendo caramelo con el que se unta todo el interior del molde. Se hierve un litro de leche con un poco de canela y una corteza de limón, se deja enfriar. Se baten 12 yemas de huevo (o en su lugar 8 huevos con yemas y claras juntas) mezclándolo tres cucharadas de las de sopa de azúcar, y se bate bien. Se mezclan con la leche fría y se echa el conjunto en el molde, que se pondrá a cocer en el baño maría, tapando el molde y poniendo fuego encima de la tapa.

L.V.C.

FLAN DE ALBARICOQUE

Se cuecen los albaricoques a los que se les quitan los huesos y la pasta se pasa por un tamiz. Se les agrega azúcar en cantidad proporcionada y huevos batidos. Se acaramela un molde y se pone la mezcla, cociéndolo al baño maría. Al servirse se le añade un poco de jarabe de grosella o naranja.

La buena cocinera, 306

FLAN DE CALATRAVA

Tres onzas de bizcochos (melindros), cuatro huevos y un litro de leche.

Se ponen en el fondo de un molde los bizcochos cruzados, se baten las yemas de los huevos con azúcar, limón rallado y polvo de canela; se une la leche y bien uno todo se pone encima de los bizcochos. Se pone a cuajar al baño maría con un flan ordinario.

El molde se unta de manteca antes de colocar los bizcochos, en lugar de untarlo de caramelo.

La buena cocinera, 292



FLAN DE CHOCOLATE

Con cinco onzas de chocolate y la leche necesaria, se hace un chocolate bien espeso y se deja enfriar. Se baten cinco yemas de huevo y se añaden al chocolate. Se acaramela un molde de flan y se echa todo bien unido. Se ponen a cuajar al baño maría.

La buena cocinera, 296

FLAN DE CHOCOLATE (OTRA)

Se rallan 100 gr. De chocolate que se mezcla con 100 gr. de harina y 200 gr, de azúcar. Se bate bien un huevo y se le va agregando, sin dejar de moverlo, una cucharada de la mezcla y un poco de leche. Una vez todo, mezclándose pone al fuego una cazuela nueva y con una cucharada de palo se mueve sin cesar unos 30 minutos. A continuación, se echa en un molde que se tendrá preparado con azúcar de caramelo, dejándolo enfriar antes de sacarlo.

FLAN DE FRESA

Se saca el jugo de las fresas, si puede ser sin agua, y en caso contrario se procure que sea tibia. Se baten yemas de huevo con azúcar, se unen con el líquido, se añade canela, y se echa la mezcla en un molde acaramelado, poniéndolo al baño maría.

La buena cocinera, 316

FLAN DE NARANJAS

Para seis yemas de huevo, el zumo de seis naranjas dulces. Se baten las yemas con azúcar, se une el zumo de las naranjas, se sazona de azúcar y se cuele. En un molde acaramelado se pone el líquido con un peso de canela en rama, y se cuaja al baño maría.

La buena cocinera, 316

FLAN DE VAINILLA

En una pequeña sartén se ponen a cocer 60 gr. de azúcar y una cucharada de agua, se menea hasta que el azúcar quede a punto de



caramelo rubio; se reparte por el fondo del molde o moldes. Se cuece medio litro de leche con una barrita de vainilla o corteza de limón, que luego se retira.

En una cacerola se baten cuatro huevos enteros y dos yemas con 125 gr. de azúcar el polvo; se baten bien con un batidor y enseguida se mezcla la leche hirviendo. Una vez bien mezclado y batido este líquido se pasa por un colador y se echa en el molde o moldes.

Se cuece al baño maría.

Ignacio Doménech, La Manduca, 171

FLAN EN FRÍO

Tres huevos, tres onzas de azúcar, tres cucharadas pequeñas de café (muy fuerte) y tres hojas de cola de pescado. Se baten las yemas y conforme se van batiendo, se mezcla el café. Se baten las claras durante media hora de forma que queden bien subidas, mézclese el azúcar y se junta todo batiéndolo bien. Se deslíe la cola de pescado con muy poca agua (puede diluirse en el café). Se pone todo líquido en un molde liso. Se deja enfriar para que se cuaje, si es conveniente se pone entre hielo. Para sacarlo del molde una vez bien cuajado, si no se desprende se mete el molde en agua bien caliente.

La buena cocinera, 294

GELAT DE CAFÉ AMB LLET

S'escalden dues unçes de café amb un litre i mit de llet. Quan es colat, s'hi posen nou unces de sucre, i's fica a la geladora, voltada de gel i sal. Es treu de la geladora amb una Cullera de fusta.

Art de ben menjar

GELAT DE NATA

Es fá una crema amb sis rovells d'ou, nou unces de sucre i mit litre de llet. Quan es feta i freda es barreja amb mitja lliura de nata, i's posa a la geladora.

Art de ben menjar



GELAT DE PLATANS

S'afagen una dotzena de platans ben madurs i's passen per un colador; es posen i's barreigen amb un altre tant de sucre. Amb ous llet i sucre es fá una crema clareta, s'hi afegeix el puré de platans i una copa de ron, ben barrejat, i's fica a la geladora.

Art de ben menjar

GRANISAT DE CAFÉ

Es fá café ben fort. Per un litre d'aigua dues unces de café. S'hi posa força sucre de terrós, perquè un cop gelat perd molt de la dolçor, i's fica a la geladora.

Art de ben menjar

GRANISAT DE LLIMO

En un litre d'aigua s'hi escorren sis llimones i es barreja amb nou unces de sucre. Es posa a la geladora.

Art de ben menjar

GRANISAT DE MADUIXES

S'afaga un quilo de maduixes ben madures, es pasten amb tres petricons d'aigua i's pasen per un colador, fafent que pasi toda la polpa. S'hi afegeix mitj quilo de sucre, es posa al foc, se li fá donar uns quants Bulls, es deixa refredar, i's posa a la geladora.

Art de ben menjar

GRANISAT DE MELÓ

Es pela un meló ben madur i dolç, i's pasa per un colador trayent-ne tot el suc possible. S'hi afegeix el sucre, procurant que tiri per dolç, i j'as pot posar a la geladora.

Seguint el mateix procediment es pot fer granisat de pressecs, tenint en compte que'ls pressecs han de ser mollars.

Art de ben menjar



GRANISAT DE TARONGES

En el suc d'exprimer dotze taronges i dues llimones, s'hi barregen quinze cullerades de sucre i dues copetes de licor de grosella. Es remena bé, i's posa a la geladora.

Art de ben menjar

HELADOS DE FRESAS O FRAMBUESAS

En un recipiente se juntan $\frac{1}{4}$ kilo de puré de fresas o frambuesas (la fruta pasada por un cedazo), añadir el zumo de dos naranjas y un cuarto litro de jarabe a 32º, más un cuarto de litro de agua. Se pasa todo por el cedazo y se pone a helar. Si resulta pálido de color, se le echan unas gotas de carmín vegetal bretón. El mismo helado puede prepararse con melocotones, albaricoques, fresones, guindas, melón, sandía, etc.

Ignacio Doménech, Dietario Jorba, 1933

HELADO DE LIMÓN O DE NARANJA

Por 1 litro de agua se exprimen 3 o 4 limones, bien jugosos, echando azúcar que una vez, bien disuelto resulte a unos 18º.

Déjese por un poco tiempo en maceración junto con las cortezas y luego se exprimen bien.

Se pasa el líquido por un colador fino, se pone en la garrafa de helar y se hiela como se acostumbra para los helados.

Cuando quede medio cuajado, se le incorpora una copa de nata fresca con alguna clara de huevo montada a punto de merengue.

Se continúa helando hasta que resulte bien espeso.

El helado de naranja se prepara de la misma manera, dándole color con unas gotas de amarillo y unas gotas de carmín bretón, colores vegetales que son absolutamente inofensivos.

Ignacio Doménech, Dietario Jorba, 1933

HELADO DE NARANJA

Raspad la corteza de una naranja. Preparad un litro de nata, 300 gr. de



azúcar y el jugo de sus naranjas.

Disuelto el azúcar en la mitad de la nata, puesta al baño maría, se deja enfriar, se le añade el jugo de las raspaduras, así como también en la otra mitad de la nata; se pone en la heladora, y se hiela.

HORCHATA DE CHUFAS A LA VALENCIANA

Se escogen 800 gr. de buenas chufas, se limpian en diferentes aguas y se ponen en remojo durante 12 o 14 horas. Pasado este tiempo se vuelven a lavar, y después que estén bien escurridas, se machacan en un mortero a propósito, cuidando de remojarlas un poco con agua de vez en cuando, con objeto de que las chufas no hagan aceite.

Ya molidas se les incorpora el agua hasta completar cuatro litros y medio, convirtiéndose en leche; se pasa el líquido por un colador fino, o por una servilleta o paño bien limpio.

Se le añade poco más de un kg. de azúcar blanco; se mezcla bien y se vuelve a pasar por un tamiz. Luego se pone a enfriar entre hielo.

Esta combinación puede helarse como un mantecado.

L.V.C.

HUEVOS MOLES (dulce)

En una cazuela sin estañar se ponen 8 yemas con 120 gr. de azúcar cocido a punto de bola flojo.

Se bate continuamente en un ángulo del fuego, hasta que espese y aumente bastante.

Llegado a este punto se le mezclará poco a poco, 6 claras de huevo montadas a punto de merengue y siempre sin parar de batir el conjunto.

Este postre debe servirse recién terminado, pues se funde.

Ignacio Doménech, La Manduca, 143

LICOR DE CAFÉ

Por cada dos partes de agua se pone una de alcohol.

Se cuele el café con agua, que quede fuerte y superior; se cuele dos o



tres veces hasta que quede sumamente fino, se une con el alcohol, y se pone el azúcar adecuado.

Luego se envasa en botellas bien tapadas.

La buena cocinera, 325

LICOR DE NARANJA

Se tendrá dispuesta con antelación una regular cantidad de mondas de naranjas secas de buena calidad.

En un litro de buen aguardiente corriente (o mejor en medio litro de alcohol) se pondrán en maceración dichas mondas, teniéndolas así por espacio de una semana agitándolas un par de veces cada día. Se forma aparte un almíbar con medio kilo de azúcar y un cuarto de litro de agua. Se mezcla este con el alcohol, se agita de vez en cuando, y al cabo de varios días se filtra.

No debe consumirse hasta pasados unos días.

Las cortezas de naranja deben cortarse en trozos pequeños, es conveniente utilizar un frasco de boca ancha para las mezclas, pues las mondas entorpecen la labor en los de garganta estrecha.

Cuando utilice alcohol en lugar de aguardiente, se añadirá medio litro de agua.

R.M.B.

LICOR DE NARANJAS

1litro de aguardiente de Holanda, una libra de azúcar, un canuto de canela, 3 clavos, $\frac{1}{4}$ de nuez moscada, azafrán, las cáscaras secas de seis naranjas.

LICOR DE NARANJAS (OTRA)

Cortezas de cuatro naranjas, 1 litro de aguardiente de Holanda, un pedazo de vainilla.

En maceración durante 8 días, con una libra de azúcar y una copa de agua se hace un almíbar y cuando esté frío se mezcla.



LIMONADA DE JEREZ

Se echa en un vaso una cucharada de azúcar en polvo, disolviéndolo en un poco de agua; se alade una copita de jugo de limón y copita y media de jerez claro. Se llena hasta la mitad con hielo triturado, acabando de llenar el vaso con agua fría. Se mezcla bien y se sirve con frutas del tiempo y unas pajitas.

L.V.C.

MATO DE PEDRALBES

En dos copas de leche bien azucarada, se deslíen dos cucharaditas de almidón de cocinar. Se baten cuatro yemas de huevo, y se mezclan con la leche. Se pone todo en una cacerola y sin dejar de menearlo se pone a fuego lento, dejándolo cocer despacio, hasta que esté muy espeso. A continuación, se pone en los moldes.

La buena cocinera, 294

MAZAPANES RUSOS AL CHOCOLATE

Chocolate 100 gr; azúcar en polvo, 250 gr de almendra, 250 gr galletas o bizcochos rotos, 400 gr, 8 claras de huevo montadas; medio litro de nata, un decilitro de jarabe natural; 100 gr de piñones mondados y 50 gr. De azúcar lustre. Se muelen las almendras mondadas junto con el azúcar, hasta obtener una finísima pasta, que pondremos en una vasija; uniremos las galletas rotas casi pulverizadas, el chocolate rallado, la nata montada y el jarabe para ayudar a remojar las galletas, Se amasa bien esta mezcla, incorporándole las 8 claras montadas a punto de merengue. Se vierte toda la masa en una lata lisa con reborde un poco alto, previamente untada con manteca y espolvoreada con harina (pudiendo forrarse el fondo con papel de barba). Por encima se le echan los piñones y se pone a cocer en un horno no muy fuerte durante unos 40 minutos.

Cuando le falte un poco para quedar bien cocido y poco coloreado, se espolvorea con azúcar lustre tamizado.

Ignacio Doménech, La Manduca, 192.



MERENGUES

4 claras; 250 gr, de azúcar, 25 gr. Azúcar lustre.

Se forma un almíbar con 250 gr, de azúcar y medio cucharón de agua. Se le añaden las claras muy montadas (punto de nieve). Se le da forma; al horno y polvorearlas con azúcar lustre.

Por cada clara de huevo se pone una cucharada de manteca y en ella se van depositando cucharadas de la pasta. Se pone la lata al horno y cuando empieza a dorar se quita, Se rellena de fresa, cereza, mermelada etc. Y se forman los merengues juntando cada dos porciones.

NATILLAS

En una cazuela se pone a cocer $\frac{1}{4}$ de litro de leche con vainilla (canela, limón o naranja, según preferencia).

En otra cazuela se ponen siete yemas, 150 gr. de azúcar, 25 gr. de fécula o harina y se mezcla todo con un batidor añadiendo a continuación la leche. Se pone al fuego moderado, moviéndolo sin parar, y antes de que empiece a hervir se retira. Se conoce que está a punto cuando en la espátula se marca una ligera capa espesa.

Se pasa por un colador fino a una fuente.

Se sirve adornada de bizcochos de soletilla o galletas de vainilla.

Ignacio Doménech, La Teca, 218

“PA DE PESIC”

Material: huevos, azúcar y harina.

Se pesan seis huevos (pesados con cáscara y todo) y se pondrá igual cantidad de azúcar. Se pesan tres huevos cuyo peso será la cantidad de harina.

Se trabajan las yemas con el azúcar. Las claras se montan a punto de nieve, y cuando están, se les añade una raspadura de limón. Se mezcla todo y se le añade un poco de magnesia. Se tiene el molde con un papel de estraza, y se pone al horno durante unos 15 minutos.

Es mejor hacerlo de un día para otro.



PAN PERDIDO

Se corta el pan en pedazos planos cuadrados o ovalados, que no sean muy gordos. Se ponen en una fuente y remójense con una mezcla de ron y yemas de huevos batidas. Se fríen en manteca, dorándolos bien, y se espolvorean de azúcar y canela.

Ignacio Doménech, La Manduca, 49

PANELLETS

Materiales: 200 gr. De almendras (escaldadas y mondadas), 300 gr, de azúcar; 50 gr. De piñones; 1 limón; 25 gr. De azúcar lustre, 35 gr. De cerezas; un huevo y dos claras; una cucharadita de crema.

Se hace un almíbar con 200 gr. De azúcar, medio cucharón de agua y el cremor. Se añaden las almendras pasadas por la maquinilla y el azúcar sobrante con las raspaduras del limón. Se les dá forma y se pintan unos con clara y otros con yema; a unos les pondremos piñones y a otros una cereza en medio. Al horno con azúcar lustre.

PANQUETS (crepes) con mermelada de fruta

Se forman unas tortillitas del espesor de un duro con la siguiente pasta. En un recipiente hondo o en una cacerolita se ponen 125 gr. de harina, un poco de corteza de limón rallado, 3 huevos enteros, una mínima cantidad de sal, y dos pequeñas cucharadas de azúcar en polvo. Se bate todo con un batidor, mezclando seguidamente medio litro de leche cocida fría, se sigue batiendo el conjunto hasta que no forme grumo alguno. Se pone al fuego una sartén untada con manteca de vaca y cuidando de que esta no sea demasiado caliente, se le echa una cucharada de la pasta, moviendo la sartén para que la cubra toda, y se fríe a fuego moderado, dorándola de ambos lados como si fuera una tortilla. Se vuelca sobre la mesa y se unta la cara superior con una ligera capa de mermelada de frutas, o solamente se rocían con anís o ron. Se enrollan y se espolvorean de azúcar. Para mayor rapidez, puede disponerse de dos sartenes. Se calculan tres panquets por ración.



PASTEL DE MAIZENA AL CHOCOLATE

Cantidades para cuatro comensales.

En una cacerola se ponen cuatro yemas de huevo; 150 gr. De azúcar, un poco de vainilla, 100 gr. De chocolate y una cucharada de las de sopa de leche. Trabájese vivamente con una espátula de madera hasta que aumente el doble de su volumen y en este punto se le añaden 50 gr. De Maizena. Cuando todos estos componentes estén bien mezclados, le añaden las cuatro claras de huevo montadas.

Se cuece esta pasta en un molde de forma corona y liso previamente untado de manteca de vaca y espolvoreado de almendra trinchadísima con una cocción floja al horno.

Se conoce que está cocido cuando introduciendo una aguja larga sale seca. Se desmolda y se espolvorea con azúcar.

Ignacio Doménech, La Manduca, 131

PLÁTANOS REAL

Se escogen dos plátanos por persona, que sean muy iguales y no estén del todo maduros. En uno de sus lados se abre una tapa, quitándole la parte de piel correspondiente, y por la abertura se extrae toda la pulpa procurando no romperla, dejando una especie de caja.

Los trozos de plátano extraídos se cortan en rodajitas delgadas y se ponen en un bol con una copa de ron y unas cucharadas de azúcar; cuando han estado en maceración por espacio de una hora se rellenan de nuevo las cáscaras con el fruto, y se colocan en un plato de porcelana resistente al fuego. Se reparte por todos los plátanos el jugo del bol y un momento antes de servirse se pasan por el horno fuerte, sirviéndolos en el mismo plato.

Ignacio Doménech, La Manduca, 181

PLUM-CAKE INGLÉS

Géneros y proporciones: 150 gr. de azúcar, 150 gr. de harina tamizada, 150 gr. de manteca de vaca fina, 4 huevos, 125 gr. entre frutas confitadas secas y variadas, cortadas a cuadraditos y pasas de Corinto



desprovistas de rabitos, una copita de ron y una corteza de limón rallada.

Confección: en una terrina o recipiente de barro barnizado, se trabaja hasta que quede cremosa (en pomada) la manteca, mézclese el azúcar y continúese trabajando; seguidamente y sin parar de remover, se mezclan los huevos uno a uno; después la harina, las frutas y pasas, el ton, el limón y un poco de bicarbonato. Mézclese bien todos estos ingredientes. Se forra un molde hongo cuadrilongo o redondo con papel de barba que sobresalga de la superficie del molde, y se cuece a horno moderado durante unos treinta minutos. Una vez cocido se deja enfriar dentro del mismo molde.

Es una bonita presentación del plum cake echarle por encima, antes de meterlo en el horno, unas almendras peladas y cortadas en filos.

Ignacio Doménech, La Manduca, 251

PONCHE DEL CAPITÁN

Se pone en un vaso de agua una rodaja de limón, dejándola en maceración unas 12 horas, después de las cuales se hierve dicha agua junto con el limón.

Una vez hervida, se exprime el limón y se añade una copa de ron, se endulza con azúcar.

Puede tomarse frío o caliente.

ROSQUILLAS ISABELINA

Cuatro huevos,; 150 gr. azúcar; 50 gr. de cacao; un poco de canela molina; 60 gr. de manteca de vaca; 180 gr. de harina, avellana tostada y triturada y 10 gr. de levadura.

En un perol se ponen los huevos y el azúcar, y se monta batiendo con el batidor de alambre. Cuando quede la pasta esponjosa, se mezcla el cacao y la canela y se continua batiendo para añadir luego la amnteca fundadia fría, la harina y la levadura. Se hace la mezcla poco a poco, moviéndola con una cuchara o espátula. En placas de pastelero ó en latas previamente untadas se marcan unas rosquillas pequeñas, se



pintan con huevo batido y se les echa por encima un poco de avellana y azúcar en polvo, cociéndolas en un horno moderado.

Ignacio Doménech, Dietario Jorba, 1933

TÉ

Primero se calienta la tetera con agua hirviendo; retirada esta se le echa una cucharadita de té por persona; se escalda con agua hirviendo. Déjese en infusión durante 5 o 6 minutos.

Para con el té debe servirse siempre leche fría, y si hay cruda, mejor.

Ignacio Doménech, La Manduca, 268

TÉ

Se calienta previamente la tetera con agua hirviendo; se retira esta y se pone una cucharadita de té por cada taza y se escaldará con tantas tazas de agua hirviendo como cucharadas de té. Se tapa herméticamente y se deja unos minutos en infusión.

Mezclando partes iguales de té negro y té verde, resulta mucho mejor que empleando uno solo.

Ignacio Doménech, Nueva cocina elegante española, 20

TÉ MORUNO

Esta bebida puede tomarse fría o caliente.

Se hace poniendo en la tetera, junto con el té, una o dos hojas de menta y otras dos de hierbabuena, con el azúcar conveniente. Luego se añade el agua hirviendo, y pasados tres o cuatro minutos, puede servirse.

La cantidad de té debe ser una cucharada por persona; la de agua dos por persona. Si se le añade una copa de ron resulta más deliciosa.

TOFONES GELADES (trufas)

Es pasa per la màquina de ratllar una lliura de xocolata; se'n guarda una quarta part i l'altra s'ajunta amb mitja unça de anta i vinticinc grams de sucre de llustre, fent-ne una pasta ben consistent. Es millor, sobre tot a



YEMAS

Es posen sis rovells d'ou i tres unces de sucre en un cassó. Es barregen bé i's posen al foc, remenat-ho sense parar fins que s'espesseixi la pasta. Aquesta es tira sobre d'un marbre, i quant es freda es pasta amb sucre.

Sec, fins que quedi d'una consistència igual a la de les yemes já fetes. D'aquesta pasta s'en fá una tira rodona i's parteix a trossets iguals i que tinguin la grandaria de les yemes, arrodonint-los amb les mans.

S'is volen cremades, s'hi tira sucre al damunt, que's crema amb un ferro rohent.

Si's volen acaramel·lades es tira en un cassó bastante quantitat de sucre, una muca d'aigua i'l cremor de tarte que agafa la punta d'una cullereta, fent-se bullir fins que té punt de carmet-lo. Aixó, coneix ficant el mànec d'una cullera dins l'almíbar i enfonsant-lo tot seguir en aigua freda. Si dins de l'aigua l'almíbar es trenca, já está fet. Es té de provar molt sovint perquè no agafi color. EN aquest almíbar de punt carmet-lo s'hi banyen les yemes, valentse d'una forquilla, i's posen sobre el marbre, que abans s'aurá untat d'oli.

Art de ben menjar

YEMAS DE COCO

Es fá un almíbar bastant espes amb nou unces de sucre i un petricó d'aigua, i s'hi tira mitja lliura de coco ratlla, barrejant-ho bé, es deixa refredar aquesta pasta, i amb les mans mullades, s'en fan unes boletes i's passen per sucre sec. Es poden encaramel·lar amb un almíbar fet de tres unces de sucre, un raget d'aigua i una mica de cremor de tartar. També es poden cremar de la següent manera; es mullen amb un pincell amb el ferro de cremar, molt vermell, es cremen, s'hi tira sucre i's tornen a cremar.

Art de ben menjar



MAY • 65

