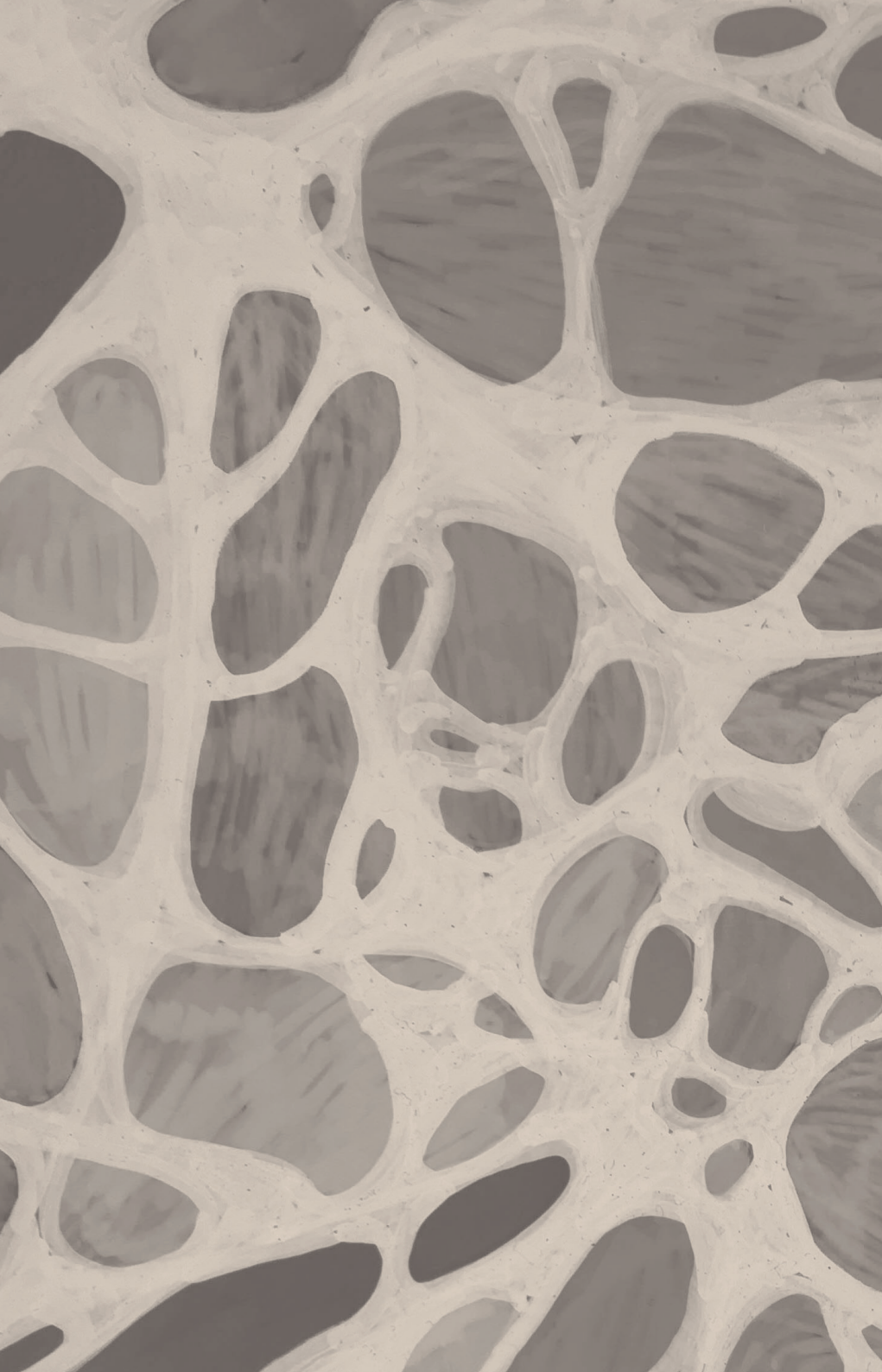


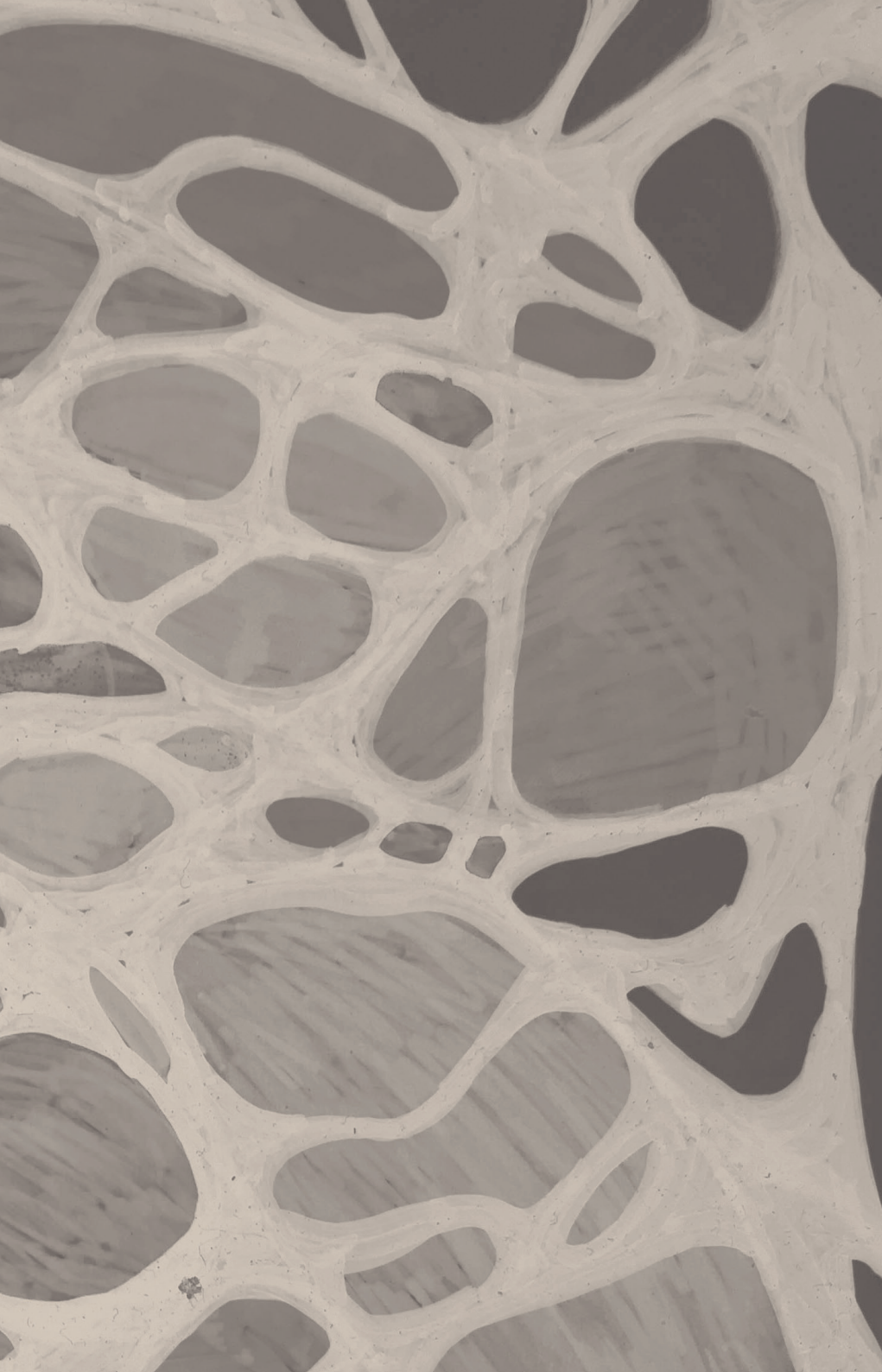


Compartir

*Recetas caseras
de los años veinte*









índice

Presentación	<i>5</i>
Introducción	<i>7</i>
La herencia gastronómica de la cocina mexicana	<i>9</i>
Huevos	<i>21</i>
Aperitivos y acompañamientos	<i>27</i>
Sopas y pastas	<i>35</i>
Carnes y aves	<i>45</i>
Pescados y mariscos	<i>77</i>
Postres y panes	<i>91</i>
Recetas españolas	<i>113</i>
Créditos	<i>119</i>



La cocina es el centro de reunión en muchos hogares mexicanos, el lugar donde se comparten los saberes, los sabores y los placeres, y también donde se teje la memoria de cada casa, de cada linaje familiar.

Herdez forma parte de la historia gastronómica de nuestro país desde mediados del siglo xx; ahora, con la publicación de recetarios antiguos, Fundación Herdez busca contribuir al rescate y resguardo de material histórico con el propósito de enriquecer el Fondo Reservado de la Biblioteca de la Gastronomía Mexicana. Para esta tarea, hemos unido fuerzas con diferentes instituciones gubernamentales y personas de la comunidad interesadas en el tema con el propósito de ubicar, editar y difundir recetarios personales, familiares o institucionales, que no sólo nos hablan de la riqueza gastronómica de nuestro país sino también de las costumbres y tradiciones de sus habitantes a lo largo de los años.

La difusión de estos materiales es una deuda histórica con los personajes y las regiones de donde son originarios estos escritos que dan cuenta de un horizonte histórico cultural particular. El recetario Compartir comenzó a gestarse en Campeche en 1929 y luego, como es tan común, trasladó su sazón a la Ciudad de México, donde América Paullada Repetto reunió alrededor de su mesa a una familia de orígenes culturales diversos. Se trata de recetas sencillas, adaptadas a la realidad familiar y al día a día, pero con la pasión de experimentar, añadir, mezclar y tomar referencias externas, en una ciudad y un país que, poco a poco, se deleitaba en la modernidad urbana sin dejar de usar el metate.

Esperamos que disfruten de este descubrimiento y que, al replicar las recetas de América, puedan también saborear un poco de nuestra historia cotidiana.

Carmen Robles Beistegui
Directora Fundación Herdez



América nació en Ciudad del Carmen, Campeche, el 19 de enero de 1896. Fue la séptima de nueve hermanos de la prominente familia Paullada Repetto.

A su madre le informaron que no viviría mucho puesto que tenía un soplo en el corazón, razón por la cual nunca la obligaron a comer ni a seguir el bordado o las lecciones de cocina que recibían todas sus hermanas, así que dedicó su tiempo a tocar el piano y recitar versos a su madre y sus hermanos en el gran salón de la casa en la calle de Versalles, ya en la Ciudad de México, a la que llegó en 1906 como interna del Colegio Inglés de Mr. and Mrs. Pope en la calle de Rosales, hoy mejor conocida como Reforma norte.

La Revolución dejó a su familia sin dinero ni propiedades y así fue que en 1920 tuvo que trabajar en las oficinas del recién fundado periódico *El Universal*, una actividad no muy bien vista para señoritas de sociedad en ese entonces. En ese trajín del centro de la capital conoció a su futuro marido, un español radicado en Turquía que había llegado hacía poco tiempo a México. El gran problema fue que, habiéndose dedicado a estudiar, a tocar el piano y a leer versos, no sabía cocinar más que un par de platillos del sureste que para su marido eran demasiado folclóricos para lo que debía de servirse en su casa. Por eso, una vez casada, América tuvo que aprender a cocinar con señoras de la alta sociedad, y así nació este recetario en 1929.

No todas las recetas son de esa fecha ya que, conforme fue volviéndose una gran cocinera, agregaba recetas propias y ya no incluía ni el número de ingredientes, ni los tiempos de cocción, ni esas nimiedades que para ella eran de principiantes.

El centro de reunión en su casa de la Condesa siempre fue la cocina; a ella nunca le gustó la formalidad, así que, ya mayor, hizo a un lado la seriedad del comedor. América vivió 101 años y, un día antes de morir, preparó sus famosas croquetas de pollo porque la visitarían sus nietos, bisnietos y un par de tataranietas.

Este recetario forma parte de un concepto que denominamos *Compartir* y busca difundir recetas clásicas, los experimentos culinarios de América e incluso recetas de sus amigos y comentarios al margen. Esperamos que lo disfruten tanto como su familia siempre disfrutó sus creaciones.

Bibiana Guzmán
Socia, Content-Lab



La herencia gastronómica de la cocina mexicana

Roberto Bernal

Fue el propio Hernán Cortés quien registró el primer encuentro gastronómico entre España y los habitantes originarios de estas tierras, ocurrido en el estado de Campeche, puntualmente en Champotón, cuando escribió que «vinieron a nosotros ciertos indios en una canoa, y trujeron ciertas gallinas y un poco de maíz que habría para comer».* En esa ocasión, el conquistador probaría por vez primera el guajolote. A su paso, los españoles irían descubriendo —no sin fascinación y sorpresa— una dieta que todavía tiene como base tortillas, tamales, hongos, escamoles, larvas y gusanos de maguey, pero también un sinnúmero de vegetales y hierbas comestibles; la carne de aves y pescados, en cambio, estaba destinada únicamente para el consumo de jerarcas sociales. Los mismos cronistas novohispanos atestiguaron que Moctezuma disponía —sólo para la comida— hasta 25 diferentes platillos [fig. 1].

*Hernán Cortés, *Cartas de relación*, México: Editorial Porrúa, 2004, p. 17.

El sincretismo gastronómico, como el del lenguaje y el religioso, fue un proceso lento. Los conquistadores, la mayoría de origen gallego, veían con reservas incluir hierbas y productos locales a su dieta; por lo tanto, mantuvieron —al menos los primeros años— un estricto apego a las recetas y procedimientos de la cocina perteneciente a su lugar de origen. Sin embargo, sí incorporaron mujeres originarias al trabajo de la cocina, quienes, bajo vigilancia y de manera progresiva, aprendieron magistralmente la cocina española. El territorio mexicano no fue un terreno fácil para la adaptación de los ingredientes de la gastronomía española, en parte por los conflictos armados que se suscitaron durante los primeros años de la Colonia, pero también por lo agreste de los terrenos. Al mismo tiempo, la importación era un tema complejo, ya que implicaba altos costos y tiempos prolongados de espera. Esto incidió en que las cocineras echaran mano de lo que encontraban en mercados o en lo que se cosechaba en la región, como un modo de sustituir los ingredientes que hacían falta.

Con la Colonia, España integraría —de forma muy gradual— a la dieta local las carnes de cerdo, borrego, chivo, res y gallina; pero también aceite de olivo, harina, manteca, además de quesos frescos y maduros y, no menos importante, embutidos. En todo caso, la fusión de ambas culturas produciría una alteración notoria en la alimentación

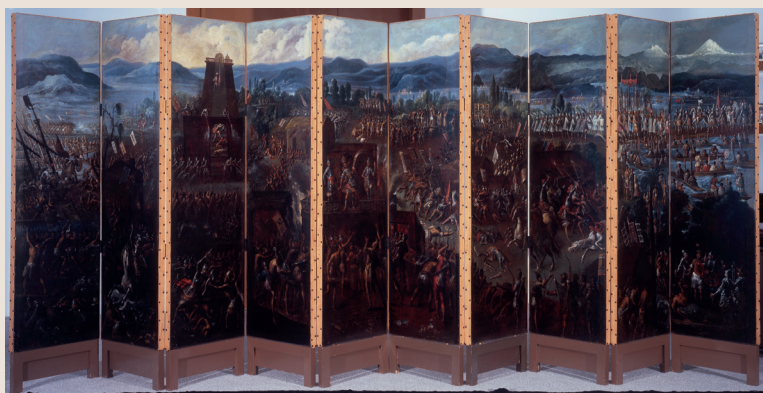


Fig. 1 Juan Correa,
El encuentro de Hernán Cortés y Moctezuma, ca. 1646-1716
Óleo sobre tela
Col. Banco Nacional de México

local y en sus propios procedimientos. Por ejemplo, la incorporación de la manteca en la elaboración de los tamales, que no solamente produjo una consistencia más sutil y refinada, sino que, además, permitió que éstos pudieran recalentarse varias veces. Este sincretismo también tuvo un efecto permanente en la gastronomía con el uso de la carne de gallina y cerdo, la incorporación de la crema y el queso, así como lechugas, cebollas y rábanos; también resultaron fundamentales la harina, el huevo,



Fig. 2 Autor no identificado, Puesto de mercado, 1766, óleo sobre tela, Col. Museo Nacional de Historia, INAH

la mantequilla y el azúcar en la elaboración de dulces y postres [fig. 2]. A su vez, los españoles —así como los mestizos— integraron el chocolate a su alimentación diaria. Las tierras extensas de este país no sólo disponían de terrenos fértiles para la engorda de animales de granja, sino también para la importación y cultivo de multitud de semillas y granos, lo que desencadenó en extensos cafetales y viñedos. Muy pronto, desde la recién bautizada Nueva España, la Corona española sería autosuficiente en la producción de vino, de tal manera que pudo desprenderse de la costosa importación de este producto a través de diversos países de Europa.

Con la Independencia de México, surgió un nacionalismo que rechazaba todo lo que tuviera relación con España. México, ya desde la época del Primer Imperio, miraba hacia Europa, principalmente hacia Francia, gran referente para la alta sociedad mexicana en cuanto a refinamiento, moda, progreso y, desde luego, buena comida. Es innegable que la Intervención francesa tuvo una influencia notable y permanente en la vida social y gastronómica de México. A través de Carlota y Maximiliano —quienes estaban al tanto de las vanguardias en

relación con la arquitectura y las artes—, el Segundo Imperio francés trajo a México lo mejor del teatro, la pintura y la literatura, pero también lo más representativo de la alta cocina europea. Son memorables los banquetes que se ofrecían en el Castillo de Chapultepec, responsabilidad del chef Tudor, quien incorporó el concepto de «jefe de cocina» a la gastronomía de nuestro país; en todo caso, el chef Tudor, respaldado por un ejército de cocineros, pasteleros y panaderos, disponía para los emperadores platillos que fusionaban ingredientes y productos de origen italiano, austrohúngaro y francés. Pero la influencia de la gastronomía europea no se extendería por el territorio mexicano hasta inicios del siglo xx, de la mano del Porfiriato, que es, al mismo tiempo, el periodo de mayor esplendor económico en la historia de nuestro país. En realidad, tal influencia obedecía a un proyecto basado en una necesidad primordial: la modernización de México a través del intercambio comercial, del arte, la ciencia y los libros. En relación con la gastronomía, también nació el proyecto de incorporar a nuestra cocina procedimientos internacionales, para lo cual fue decisiva la importación de cocineros, especialmente del país galo, para recopilar —a través de recetarios— la cocina de vanguardia que se gestaba en el mundo.

De origen oaxaqueño, Porfirio Díaz no ocultó su preferencia por la gastronomía francesa, de tal manera que tuvo a su servicio personal a un chef francés, Sylvain Doumont, quien arribó a nuestro país en 1891 por solicitud de Tomás de la Torre y Mier, acaudalado empresario azucarero. Doumont no tardó en darse cuenta de lo evidente: el gran desierto restaurantero que, salvo por puntuales excepciones —pienso en Tívoli del Eliseo y en Tívoli de San Cosme, probablemente los restaurantes franceses más antiguos en México—, resultaba ser en esa época la capital del país, en la cual sólo había mesones o fondas.

Con el inicio del siglo xx, emigraron a México un gran número de chefs, cocineros y pasteleros franceses para ocupar los trabajos en restaurantes y hoteles que, poco a poco, comenzaron a transformar el rostro de la capital del país y la propia vida de la clase alta mexicana, la cual tenía una imperiosa necesidad de esparcimiento y buena comida. De ese modo, con la aparición del tranvía y el automóvil, fueron más

comunes los paseos en poblados cercanos a la ciudad como lo eran Coyoacán o San Ángel, donde se construyeron hoteles de primera clase que proveían a turistas descanso, grandes salones y un menú elaborado por auténticos cocineros franceses. En la ciudad la situación no era distinta. Cada vez eran más numerosos los *tívolis*; pero también surgieron dulcerías, heladerías y pastelerías de influencia europea. Así nacieron puntos de reunión que, al paso de las décadas, se volverían representativos de la ciudad, como lo fue, por ejemplo, la pastelería El Globo, que en seguida ganó notoriedad gracias a sus finos y delicados panes y pasteles, pero también por sus dulces.

Después de la Revolución mexicana se aceleró el crecimiento de la Ciudad de México que, hacia finales de los años treinta, ya rebasaba el millón de habitantes, gran parte de ellos provenientes de otras regiones del país, a los que se sumaron, principalmente, refugiados españoles, pero también chinos e italianos, quienes vendrían a transformar, entre otras cosas, el comercio y la gastronomía de nuestro país junto a otros elementos naturales de la modernidad como lo fue el surgimiento de los alimentos procesados y envasados [fig. 3], que correspondieron, sin duda, a una época urgida de practicidad: los mexicanos, tanto hombres como mujeres, comenzaron a estar sujetos a horarios estrictos de trabajo. Fue entonces cuando cobró mayor fuerza la noción del desayuno y, con éste, la incorporación de huevos, chilaquiles, frijoles, bolillos, jugos y frutas a la dieta diaria. Si automóviles, edificios, hoteles, teatros y cines transformaron el rostro urbano de la ciudad, la gastronomía hizo lo propio: en esa misma época surgieron cafeterías y restaurantes que hoy forman parte importante de la historia de la ciudad, como Sanborns, el Café de

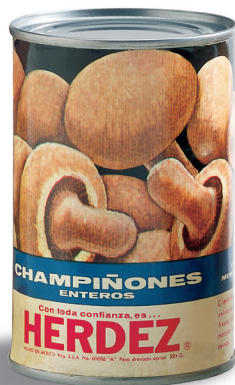


Fig. 3 Champiñones Herdez, imagen tomada del libro *Una empresa hecha con amor*, México: Grupo Herdez, 2001, p. 63.



Fig. 4 Retrato de América Paullada vda. de Elías en el carnaval de Campeche (1911), Archivo Bibiana Guzmán

Tacuba y la churrería El Moro, que tenían entre sus clientes a oficinistas y empresarios; o, entre los más elegantes, el Prendes, que arrebató a los restaurantes franceses los comensales que pertenecían a la élite mexicana y la política. Pero también hubo una proliferación de merenderos y cafés chinos. Sin duda, este incremento de cafeterías y restaurantes obedeció a las propias necesidades de la clase media y alta, que tenían por hábito cenar después de la función de teatro o de cine,

o luego de asistir a los cabarets que habían enriquecido la vida nocturna. Sin embargo, la alta sociedad mexicana no dejó de estar vinculada al pasado reciente y mantuvo su apego a la gastronomía tradicional, pese a la modernidad y a las nuevas tecnologías, más aún en la provincia, donde nunca perdió su carácter de refinamiento y sofisticación. Estos elaborados platillos fueron importados a la Ciudad de México donde se reinterpretaron y se volvieron un modo de agasajar a la familia y los amigos en las fiestas y eventos sociales [fig. 4].

En las haciendas de Campeche, donde se respiraba un aire de bonanza económica debido a la sobredemanda y producción de henequén —y que generó que hacendados de la región se enriquecieran rápidamente— también estaban al tanto de los cambios culturales y gastronómicos que se suscitaban en la capital del país. La distancia territorial no fue un obstáculo para que los campechanos se pusieran al tanto de las novedades en relación con la cultura, el arte y, desde luego, la gastronomía, algo común entre hacendados y sus familias, habitadas a dedicar parte del día a cultivar la música, la literatura,



Fig. 5 El montaje de la mesa según el gusto europeo también se adueñó de la vida cotidiana en muchas familias mexicanas.

la pintura y la conversación sobre la vida política y social del país de la que formaban parte por su actividad económica.

Al igual que en la capital del país, para los hacendados del sureste resultaban relevantes los eventos sociales, los grandes bailes y los grandes banquetes, en los que no faltaba refinamiento, lujo y ornamentos que dejaban en claro que estaban al tanto de lo que ocurría en Europa. Una inclinación común de los hacendados fue reproducir en sus hogares la decoración que veían en los restaurantes franceses, para lo cual importaron desde el viejo continente lo necesario para el rediseño de los espacios de sus casas, sobre todo el comedor, donde se dejaban ver magníficas vajillas, grandes centros de mesa y mantelería francesa [fig. 5]; pero no sólo eso, también importaron cocineros y recetarios de aquel continente. Estas alteraciones arquitectónicas también se extendieron al propio espacio y ubicación de la cocina, que pasó a ocupar, en la mayoría de los casos, la parte trasera de la casa, entre otras cosas para hacer funcional el punto de encuentro que ocupaba entre el comedor y la propia calle.

Para el personal que dirigía las cocinas de estas haciendas, resultó un cambio vertiginoso adaptarse a los nuevos procedimientos y a las nuevas tecnologías que implicaban la interpretación y comprensión



Fig. 6 José Agustín Arrieta,
Bodegón agua semillas cebollas, s/f, óleo sobre tela

de la gastronomía internacional. La primera de ellas fue la conciencia del aseo y, por lo tanto, la importancia de no contaminar los productos. Para ello y por primera vez, se utilizaron distintas herramientas —principalmente juegos de cuchillos— que estaban destinadas a darles un uso exclusivo en el manejo de la carne y los vegetales. También por primera vez aparecieron refrigeradores, que en realidad eran cajas de madera que tenían la virtud de almacenar hielo y conservar en buen estado los ingredientes de la cocina. Al uso de la hornilla y las campanas, que aparecieron en nuestra cocina en el siglo **xvii** se sumaron el empleo de cazuelas, asadores, hornos, sartenes, tenazas, palas y moldes. Con el arribo de la cocina europea, llegaron las técnicas para sellar en el sartén o cocinar a baño María, blanquear las verduras, glasear carne de aves e incorporar vino o coñac al sartén o a las propias salsas. Indudablemente, esto transformó las nuevas tecnologías y nuevos procedimientos de la cocina internacional al fusionarlas a las propias de la región, en las que ya estaban presentes la cocina española, la indígena y la del Caribe, lo que produjo una de las gastronomías más variadas, ricas y originales de México: la campechana.

No cabe duda que la cocina mexicana ha sabido adaptarse y mantenerse vigente frente al auge de la comida rápida y también frente a la cocina internacional que desde hace ya algunas décadas ha cobrado mayor presencia en nuestro país. Ahí también convergen, quizá de manera más arraigada, la cocina mexicana tradicional e indígena, que ocupan un lugar central en la mayoría de las regiones del país, y que no han perdido, entre otras cosas, su carácter rural [fig. 6]; la comida tradicional permanece viva en las ciudades y sus calles a través de fondas, tianguis y restaurantes en los que resulta sencillo poder degustar sabores milenarios, algunos más complejos en su elaboración que otros [fig. 7]. En este sentido, los recetarios resultan primordiales: hablan del paso del tiempo, de las transformaciones del país y de su propia gastronomía. En éstos podemos apreciar cómo han evolucionado los procedimientos —incluyendo la manera de entender la cocina— de la mano de las nuevas tecnologías. Siglos de conocimiento, experimentación y adaptación a los productos regionales e importados están en estos recetarios; pero no sólo eso, también en ellos podemos apreciar cuál es la visión personal que cada uno de sus autores tiene acerca de la cocina, y esa visión resulta notable en el lenguaje y su relación íntima con cada una de las herramientas e ingredientes. Se trata de personas que no solamente dejan ver su interés por cocinar, sino de hacerlo bien, esto es, con dedicación, respeto y auténtico cariño por los ingredientes de la cocina.



Fig. 7 Vista a la plaza principal de Campeche.







Huevos

Huevos a caballo

Ingredientes:

Huevos

Vinagre

Pan con mantequilla para servir

En un trasto hondo, se pone a hervir agua con sal y un chorro de vinagre. Se rompen los huevos y se ponen en el agua hirviendo de uno en uno, es decir, hasta que se saca uno no se echa el otro. Se dora pan, se unta con mantequilla y encima se coloca el huevo cuajado. Deben quedar muy tiernos de la yema. Para sacarlos se usa una espumadera o cuchara honda con agujeritos, para que al voltearlos sobre el pan, éste no se moje.

Huevos a la americana

Ingredientes:

Huevos

Leche, un chorrito

Queso gruyer rallado

Champiñones picados

Mantequilla

Sal, pimienta, nuez moscada

Pan tostado o galletas para servir

Se baten los huevos con sal, leche, pimienta, bastante queso gruyer rallado y un poco de raspadura de nuez moscada. Se unta la tartera con mantequilla, se ponen los huevos con champiñón picado (si es de lata, se lava en varias aguas antes de usarlo) y se cuajan en horno o en lumbre de hornilla. Se sirven sobre tostadas de pan o galletas de soda untadas con mantequilla.

Huevos a la Gran Duquesa

Ingredientes:

8 huevos cocidos

1 pan de sándwich

½ l de leche cocida

50 g de mantequilla

25 g de harina

100 g de queso gruyer

1 lata de puntas de espárragos

Sal, nuez moscada

Se le quita la corteza al pan, se rebana y fríe en mantequilla y se desengrasa en papel. Los huevos se cuecen poniéndolos con el agua fría y dejándolos durante 10 minutos desde que el agua empieza a hervir. Ya cocidos, se les quita la cáscara y se ponen sobre el pan frito. En el centro del platón se ponen los espárragos.

Para la salsa:

Se pone a derretir la mantequilla, se le agrega la harina y se mueve para que no se pegue. Cuando dora, se retira y se le pone poco a poco la leche. Se pone de nuevo a la lumbre y cuando suelta el hervor se aparta y se sazona con sal y nuez moscada. Con esta salsa caliente se bañan los huevos y los espárragos. Encima se le espolvorea con el queso gruyer. Antes de servirse se mete al horno dos minutos para calentar.

Huevos Brousee (revueltos)

Ingredientes:

8 huevos

100 g de mantequilla

Cebolla y perejil picados (una cucharadita)

Sal y pimienta

Rebanadas de pan tostado para servir

Se derrite la mantequilla, se le echa la cebolla picada y, cuando dore, los huevos revueltos ya mezclados con sal, pimienta y perejil. Deben quedar tiernos. Cuando empiezan a cuajar, se retiran del fuego y se les pone otro poquito de mantequilla.

Se regresan al fuego y cuando nuevamente empiezan a cuajar, se quitan. La mezcla se pone sobre el pan tostado y se adorna con perejil.

Huevos dormidos

Ingredientes:

12 huevos cocidos

600 g de puré de jitomate

25 g de harina

100 g de mantequilla

Manteca

Cebolla picada

Ajo picado

125 g de arroz

3 cucharadas de leche

½ lata de jamón del diablo

1 cucharada de perejil picado

Sal y pimienta

300 g de puré de papa teñido de amarillo con yema de huevo para decorar

Para la salsa:

Se pone la mantequilla a la lumbre; cuando se derrita, se agrega la harina y se mueve con una espumadera para que no se queme. Cuando toma color dorado se añade el jitomate colado, se cuece hasta que condense la mitad del agua del jitomate y se retira.

Para el arroz blanco:

Se pone a remojar el arroz en agua caliente por 15 minutos y luego se lava. Se pone manteca (bastante) y cuando toma color se le echan la cebolla y el ajo picados. Se escurre la manteca, se agrega ½ l de agua fría y se sazona con sal. Se pone a fuego lento 40 minutos; quedará el arroz separado y seco. Para formar las coronitas o roscas se toma un moldecito, se unta de mantequilla y se pone el arroz apretándolo mucho para que al vaciarlo en el platón no se desmorone.

Para los huevos:

Después de cocidos los huevos, se parten a la mitad y se sacan las yemas; éstas se mezclan con jamón del diablo, perejil, sal, pimienta, mantequilla y tres cucharadas de leche. Con esta mezcla se rellenan las claras, luego se juntan las dos mitades para darle la apariencia de un huevo entero. Se colocan sobre una coronitas de arroz blanco y se bañan con la salsa. Se decoran con el puré y ramitas de perejil.



Aperitivos y acompañamientos

Canapés de pollo

Ingredientes:

1 pan de sándwich
3 pechugas de pollo cocidas
¼ l de crema de leche
150 g de mantequilla
150 g de queso blanco
1 cucharadita de mostaza francesa
Sal y pimienta blanca

Se toma el pan, se rebana y se le quitan las orillas. Se fríen las rebanadas ligeramente en mantequilla.

Para el relleno:

Las pechugas se muelen en el metate con la mitad de la crema y una vez remolidas se les agrega la otra mitad añadiendo sal, pimienta y mostaza. Se pone el relleno sobre el pan en forma de pirámide. En el centro, se coloca el queso en tiritas y los chícharos. El platón se adorna con pedacitos de mantequilla y queso.

Claret Cups de María Batel

Claret Cup de uvas y fresas

Ingredientes:

- 1 botella de vino blanco
- 1 ½ kg de uvas bien maduras
- ½ kg de fresas
- 3 cucharadas de kirsch (puede usarse coñac o brandy)
- 3 cucharadas de azúcar
- ½ kg de hielo
- 1 limón

Exprimir las uvas en colador o tamiz y echar el jugo en una jarra; hacer lo propio con las fresas y agregar al jugo de uva. Se añade la ralladura de limón, el licor y el azúcar. Revolver mezclando bien. Agregar por último el vino y el hielo en cubitos o pedazos. Revolver y dejar reposar por lo menos media hora antes de servir.

Claret Cup mixta

Ingredientes:

- ½ l de vino blanco
- 1 l de vino tinto
- 5 cucharadas de azúcar
- 6 gotas de licor de angostura
- La cáscara de un limón
- 2 l de agua
- ½ kg de hielo

Se mezclan todos los ingredientes y se dejan reposar. Es una excelente bebida refrescante para los días de mucho calor.

Elote con leche

Ingredientes:

4-5 elotes

1 vaso de leche

1 cucharada de harina

2 cucharadas de mantequilla

Sal

Se ponen a cocer cuatro o cinco elotes no muy duros ni demasiado tiernos. Cuando estén suaves se retiran de la lumbre y se cortan de arriba abajo para evitar cortar el pellejo. Se pone en una cazuela un vaso de leche y se le agrega una taza de agua y una cucharada grande de harina bien desleída. Cuando rompe a hervir se le añaden dos cucharadas de mantequilla y sal al gusto. Si el elote no es muy dulce se le puede echar también un poquito de azúcar. Al último se agregan a esta mezcla los granos de elote y se deja sazonar a fuego manso durante media hora moviendo para que no se pegue.

Sandwich de Covita

Ingredientes:

2 quesos crema

1 libra de jamón molido

2 pimientos

Leche

Todo lo anterior se revuelve con un tanto de leche para formar una mezcla que se unta en el pan.

Empanadas de la tía Nettie

Ingredientes:

Atún de lata

Jitomate

Pimientos de lata

Cebolla

Chiles rojos en rajas

Aceitunas

Alcaparras

Pasitas de uva

Mantequilla

Harina

3 huevos

Azúcar

Se mezcla el atún de lata con jitomate, pimientos de lata, cebolla, chiles en rajas (de los rojos), aceitunas, alcaparras y pasitas. Se derrite la mantequilla (una barra de 100 g para 1 kg de harina, más o menos). Se amasa la harina con los huevos, la mantequilla y la leche; se palotea un poco y se estira del grueso que se quiera. Las empanadas se rellenan con la mezcla del atún y se meten al horno precalentado a temperatura media en una charola engrasada.

Ensalada mixta

Ingredientes:

3 jitomates grandes y colorados

3 lechugas romanitas

2 aguacates
1 papa grande
150 g de chícharos
50 g de nuez pelada
2 cucharadas de vinagre
2 cucharadas de buen aceite
1 cucharadita de mostaza francesa
Sal y pimienta

Los jitomates se sumergen en agua caliente medio minuto, se pelan y se remojan en agua muy fría. Se pican las lechugas, los aguacates, la papa cocida y las nueces, todo en cuadritos; se le agrega el vinagre, el aceite, la mostaza, sal y pimienta y se revuelve bien. Se parten a la mitad los jitomates, se escarban y se rellenan con lo anterior; en el centro se coloca una hojita de perejil o de lechuga. Encima de todo se colocan los chícharos al vapor.

Papas al vapor

Ingredientes:

Papas
Mantequilla
Sal

Se mondan las papas, se envuelven en un lienzo y se ponen en una vaporera especial. Se les agrega la sal cuando termina su cocción; se pelan, se rebanan y se ponen en una budinera engrasada con mantequilla. Se agregan trocitos de la misma y se ponen al vapor de una olla. Al final se rectifica la sal.

Masagrán

Ingredientes:

3 copas de café

6 cucharadas de coñac

6 rebanadas de limón

1 cucharada de azúcar

Hielo picado

Poner el hielo en la jarra (si se tiene en cubitos mejor); volcar encima el café, agregar el coñac, azúcar y limón. Revolver y servir bien helado. Un copete de crema batida en cada vaso conserva el masagrán frío y queda bonito.

Esta es una bebida muy agradable que tiene la virtud de calmar efectivamente la sed.

Salsa vinagreta

Ingredientes:

8 cucharadas soperas de aceite

1 cucharada soperas de vinagre

1 cucharadita de mostaza francesa

50 g de cebolla

1 diente de ajo

1 huevo duro

1 cucharadita de perejil

Sal y pimienta blanca

La cebolla, el ajo, el perejil y el huevo se pican finamente y se ponen en una ensaladera. Se deshace la mostaza y moviéndola se le añade el vinagre, el aceite, sal y pimienta.

Esta salsa, además de ser muy buena con pescado cocido o frito, es muy sabrosa con lengua fría o con costillitas de puerco hervidas con sal y hierbas de olor.

Hot Cakes

Ingredientes:

3 tazas de harina

1 ½ cucharaditas de Royal

1 cucharadita de sal

¼ de taza de azúcar

2 tazas de leche

1 huevo

2 cucharadas de mantequilla derretida

Se bate todo junto, no ha de quedar muy espeso. En una sartén se derrite un poco de mantequilla y se echa la mezcla hasta cubrir el fondo; cuando hace burbujas, se voltea; así caliente se le pone mantequilla y azúcar. Se van poniendo uno sobre otro para que la mantequilla se derrita con el calor. Se pueden servir con miel o con mermelada.



Sopas y pastas

Imitación de ravioles

Ingredientes:

Caldo de pollo

Jitomate

Macarrones

Menestras

Huevos cocidos

Queso rallado

Se guisa el caldo con jitomate asado y colado, cebolla picada y sal. Los macarrones se ponen a cocer nada más hasta dar un hervor y luego se le agregan al caldo. Se hace un picadillo con menestras (como para relleno) y se pone también en el caldo unas rebanadas de huevo cocido y queso rallado al servirlo.

Macarrones a la alemana

Ingredientes:

300 g de macarrones
1 kg de entrecot al horno
100 g de mantequilla
200 g de queso alemán de lata
1 lata de mermelada de frambuesa
Hierbas de olor

El entrecot se limpia de pellejos y luego se limpia con un trapo húmedo para untarle 40 g de manteca y las hierbas de olor; se mete al horno muy caliente durante 30 minutos. A los 15 minutos se baja la temperatura.

Para los macarrones:

Se pone 1 ½ litro de agua a hervir y se ponen los macarrones 20 minutos. Ya cocidos se refrescan, se unta de mantequilla un platón refractario y se le pone una capa de macarrones con queso picado y trocitos de mantequilla, después la carne trinchada y otra capa de macarrones, queso y mantequilla. Todo se hornea 15 minutos y se sirve con la mermelada de frambuesa encima o por separado.

Macarrones con bisteec

Ingredientes:

Macarrones
Mantequilla
Jamón

Huevo cocido
Papas
Jitomate
Cebolla
Bisteces de res

Se ponen los macarrones a dar un hervor. Después, se unta con mantequilla un trasto (como una budinera, por ejemplo) y ahí se ponen los macarrones. Se hace un relleno de jamón picado con huevo cocido y picado, papas cocidas y picadas con jitomate y cebolla también picada. Con esto se rellenan los bisteces crudos y se amarran como tacos. Se colocan encima de los macarrones, se les baña con una salsa de jitomate y se meten al horno.

Ravioles con salsa de jitomate

Ingredientes:

Ravioles (calcular una docena por persona)
Mantequilla
Salsa de jitomate
Cebolla
Queso
1 latita de compuesto de pomodoro con hongos¹

Los ravioles deben hervir 15 minutos en agua abundante en la que además de sal se haya puesto un chorro de aceite para que no se peguen. Mientras cuecen, se prepara en una cazuela

¹ Puede sustituirse por concentrado de jitomate en pasta, que se consigue fácilmente en el mercado [N del E].

con mantequilla la salsa de jitomate colada a la que se le pone algo de cebolla. Para 6 docenas de ravioles, una cucharada de cebolla es suficiente. El jitomate, la mantequilla y el queso van al gusto de cada quien, pero 100 g de mantequilla y otros 100 de queso son suficientes para esta cantidad de ravioles. A medida que se van sacando los ravioles, sin echarles agua fría y sin lavarlos, se ponen en la salsa. Cuando han sazonado, se les agrega una latita del compuesto italiano de pomodoro con hongos. Pueden hornearse o no, dependiendo de que guste la capa dura de queso que se forma en el horno.

Ravioles secos

Ingredientes:

2 docenas de ravioles

10 cuadritos de queso parmesano

Chícharos cambray

2 jitomates

Manteca

Cebolla

Mantequilla

Sal y pimienta

Se ponen a hervir los ravioles como un cuarto de hora (que no se rompan). Se hierva el jitomate (dos son suficientes) y luego se pasan por el colador para que no lleve semillas. Se pone la cazuela con suficiente manteca, se agrega cebolla y el jitomate, pimienta y sal. Debe dejarse freír bastante tiempo para que pierda el sabor de crudeza. Se añaden entonces los ravioles, el queso parmesano

y trocitos de mantequilla. Luego que hierve un ratito, se le pone caldo para que no se peguen, otro poco de queso y se deja hervir a fuego muy lento. Debe quedar con salsa, pero no caldoso. Al servirlo, se le echa encima el resto del queso.

Sopa de garbanzos

Ingredientes:

Garbanzos

Cebolla

Papas

Huevos cocidos

Perejil para adornar

Se remojan los garbanzos desde la noche y al otro día en esa misma agua se ponen a cocer. Se fríe cebolla en bastante aceite y papas crudas en cuadritos.

A esta mezcla se le echan los garbanzos con el agua en que hirvieron. Ya servida la sopa, se le agregan unas rebanadas de huevo cocido y ramitas de perejil.

Sopa de pobre

Ingredientes:

Pollo

Col

Chícharos de cambray

Arroz

Pasta fina
1 rebanada de jamón
Huevos cocidos
Salchichas de lata

Se pone a cocer el pollo con sal. Cuando está suave, se saca y en el caldo se echa la col picada, los chícharos de cambray, un puñito de arroz, otro puñito de pasta fina, la rebanada de jamón bien picado, el pollo deshebrado, unos huevos cocidos y picados. A la hora de servirla, se agregan las salchichas de lata. Conviene dejar el pollo cocido para echar al final, puesto que si hierve demasiado no queda bien.

Sopa de salpimentado

Ingredientes:

Caldo de pollo
Semillas de cilantro
1 ramita de cilantro fresco
Tortillas
Sal y pimienta
Rebanadas de lima o limón para decorar

Cuando se ha sazonado bien el caldo, se muele un poco de semilla de cilantro y se le echa agregándole algo de cilantro fresco (con una ramita basta). Se corta la tortilla en tiras, sin freír, y se le echa también. Se sazona con sal y pimienta gruesa y unas rebanadas de lima agria o limón verde.

Sopa de tortilla en frijol

Ingredientes:

Tortillas

Caldo de frijol

Cebolla

Epazote

Se corta la tortilla y se fríe. Se pone a hervir el caldo de frijol con cebolla y una ramita de epazote; ahí se echa la tortilla frita y se deja hervir un poco.

Sopa tartara

Ingredientes:

Huevos

Rebanadas de pan

Queso rallado

Caldo de pollo

Se baten los huevos y ahí se van pasando unas rebanadas de pan previamente tostadas. En el fondo de la sopera se ponen por capas las rebanadas de pan pasadas por el huevo y entre capa y capa se le echa queso rallado. A la hora de llevarlo a la mesa se le vierte encima el caldo muy caliente y sin guisar, es decir, solamente espumado, pero sin ponerle nada más que la sal.

Notas que América tomó del chef Louis

Todas las pastas se fabrican con la misma masa en el supuesto de que sean todas de un fabricante, pues las hay mejores y peores.

Los espaguetis, tallarines y nouilles resultan más finos que los macarrones porque son dobles, pero eso va en gustos.

Por lo demás, todas las recetas de una pasta son aplicables a las otras: la receta de los macarrones a la italiana podrá aplicarse a los espaguetis. La de los nouilles a la Maltesa, a los macarrones, tallarines, espaguetis.

Las pastas no han de hervir a borbotones sino que deben escalfar en abundante agua.

Calculando el tiempo en que se han de servir, pues no conviene cocerlas con anticipación, se pondrá una cacerola al fuego con abundante agua y sal (2 ½ l de agua y 25 g de sal por ½ kg de pasta). Y cuando hierve a borbotones, se echa la pasta, se aviva el fuego y, cuando va a soltar el hervor, se retira la cacerola y se deja a un lado del fuego para que se cuezan sin hervir más (aproximadamente durante 25 y 30 minutos).

El agua ha de estar muy caliente pero sin que rompa el hervor.

Cuando sea la hora, escúrranse y pónganse en una escurridora de agujeros grandes y téngase encima de la cacerola en la cual se habrá dejado líquido para que el vaho las conserve húmedas, pues si se secan no son luego tan buenas.

Cuanto más frescas sean las pastas, serán mejores y se cocerán antes.

Habiendo advertido que el procedimiento de cocción es el mismo, pues todas tienen la misma masa, se sabe que la diferencia entre las diversas formas de prepararlas, principalmente los espaguetis, estriba únicamente en la salsa.

Del sabor y manera de preparar la salsa estriba directamente la sabrosura de un platillo hecho a base de pasta.



Carnes Y aves

Ajiaco cubano

Ingredientes:

Carne de res

Jitomate

3 dientes de ajo

Limón

Calabaza

Plátano macho verde y maduro

Elote

Yuca

Garbanzos

Sal

Se compra carne de res gorda, se corta y se pone al fuego en una olla con tapa; se agregan los jitomates partidos, tres dientes de ajo, sal y un limón exprimido. Luego que se haya frito un poco, se le echa agua, calabaza, plátano macho verde y también maduro, elote tierno y yuca, todo en pedazos; se agregan los garbanzos cocidos. Se deja hervir hasta que la carne se sazone bien.

Albóndigas a la Susana

Ingredientes:

- ½ kg de carne de res
- ¼ kg de carne de cerdo molida
- 1 huevo
- 4 rebanadas de pan de caja
- 3 cucharadas de cebolla
- 1 cucharadita de sal
- ¼ de cucharadita de pimienta
- 1 pizca de salvia
- 4 cucharadas de mostaza
- 1 ½ tazas de leche

Se mezclan en la licuadora el pan, la leche, la cebolla, el huevo y la salvia, y se le pone a la carne. Se hacen las albondiguillas pequeñas, se envuelven en harina y se fríen hasta dorar.

Aparte, se hace la salsa con consomé y harina dorada en la que se ponen las albondiguillas a dar un hervor. Este plato se acompaña muy bien con una salsa blanca espesa, hecha a base de zanahoria, papa, chícharo, apio y ejotes muy tiernos. A las albóndigas se les pueden agregar papitas o champiñones.

Albondigón

Ingredientes:

- Carne molida de res
- Ajo
- Pimienta

Hierbabuena
Semillas de cilantro
Vinagre
Huevos cocidos
Hierbas de olor

Para la salsa tártara:

Huevo
Vinagre
Perejil
Mostaza
Aceite
Sal y pimienta

Se compra la carne molida; se prepara con sal, ajo, pimienta, hierbabuena y semilla de cilantro, todo bien deshecho en un poquito de vinagre. Se extiende la carne sobre una servilleta húmeda y se le ponen huevos cocidos enteros; se enrolla la carne, se amarra y se pone en agua hirviendo con sus hierbas de olor. Cuando está bien cocida, se saca, se deja enfriar y luego se rebana y se pone en el platón. Se sirve fría con una salsa, la que se quiera, pero ha de ser una salsa fría también. La salsa tártara le va muy bien. Se hace como sigue: si es poca carne con un huevo será bastante. Se cuece el huevo, se aparta la yema, se deshace en un poquito de vinagre y se le añade la clara picada, un poquito de perejil picado y un tanto de mostaza. Cuando esté todo bien revuelto se le pone sal, pimienta y aceite.

Arroz con pollo

Ingredientes:

Un pollo tierno

Un pescado de un kilo

¼ kg de chícharos cambray

¼ kg de arroz valenciano

10 cucharaditas de azafrán

1 lata de pimientos morrones

El pollo en pedazos se fríe a dorar. El pescado en rebanadas finas se fríen a dorar también. En una cazuela honda, para que quepa todo, se fríe ligeramente el arroz después de lavado; se le echa el azafrán que ha sido diluido en agua muy caliente. Si se quiere se le pone un jitomate chico y sin semilla. Se echa entonces todo en el arroz: el pollo frito, el pescado, los chícharos cocidos y parte del pimiento morrón en pedacitos; se cubre con suficiente agua para que se cueza todo parejo y se deja a fuego manso durante 20 minutos. Si al sacarse no ha quedado bien suelto el arroz, se le quita toda la lumbre a la hornilla y se deja la cazuela destapada para que con el calor se acabe de evaporar. El resto de los pimientos se ponen en tiras formando un adorno.

Asada en cazuela

Ingredientes:

Carne de res

Jitomate

Vinagre

Manteca
Limón
Sal y pimienta

Se prepara la carne con limón, pimienta y sal. Se deja reposar. Se cortan unos jitomates en cuatro pedazos y se remojan en vinagre. Se pone la manteca en una cazuela y se fríe la carne hasta que dore. Se agregan los jitomates, un chorro de aceite y se deja sazonar.

Beef Steak

Ingredientes:

Lomo de res
Ajos molidos
Limón
Galletas de soda molidas
Chile dulce
Perejil
Limón para adornar
Sal y pimienta

Se corta el lomo en rebanadas finas y se golpea; se le pone sal, pimienta, ajos molidos y limón. Se deja reposar un rato y se empaniza después en un polvo de galleta de soda y se fríe. En otra cazuela se fríen rebanadas de chile dulce previamente asado, desvenado y lavado, y un poco de perejil. Esto se le pondrá encima a la carne después de servirla adornándola con trozos de limón.

Beef Steak (2)

Ingredientes:

Carne

Jugo de limón

Ajo

Manteca

Mantequilla

Perejil

Sal y pimienta

La carne se prepara remojándola un rato en jugo de limón, sal y pimienta en polvo y unos dientes de ajo machacados. Después se fríe en manteca, se saca y revuelca en mantequilla derretida y perejil picado. Se sirve caliente.

Beef Steak de metate

Ingredientes:

Carne de res molida

Ajo

Cebolla

Chícharos, papas, rábano y lechuga para servir

Sal y pimienta

Se prepara la carne con ajo, cebolla, pimienta y sal y se deja reposar. Luego se pone la carne en el metate y se va bajando con el brazo del metate hasta formar los *steaks* del tamaño que se

deseo. Se fríen en manteca muy caliente y se sirven con chícharos o con papas cocidas o fritas o con rábanos y lechuga.

Carne a la gallineta

Ingredientes:

Carne

Jamón

Tocino

Vino blanco

Ajo

Canela

Cebolla

Hojas de laurel

Perejil

Manteca

Papas

Sal y pimienta

La carne se mecha con jamón y tocino y se remoja en vino blanco, sal, ajo asado y pimienta molida. Ha de reposar por lo menos una hora. Luego se pone un poco de agua a hervir y se le agrega el vino, una rajita de canela, una cebolla, hojas de laurel, un manojito de perejil y una cucharada de manteca. Se deja a fuego manso a cocer y reducir un poco. Cuando está en su punto se le echan unas papas chiquitas enteras fritas en manteca.

Carne adobada

Ingredientes:

Carne

Achiote

Ajo

Orégano

Vinagre

Harina

Sal y pimienta

Lechuga o chícharos para adornar

Se corta la carne en rebanadas delgadas y se cuece con sal. Se hace un adobo con achiote, ajo, pimienta, orégano y vinagre. Se revuelve en esto la carne y luego en harina deshecha en agua pero que esté espesa, luego otra vez en el adobo y se fríe. Se sirve adornándolo con lechuga, chícharos o con lo que se quiera.

Nota: con plátano macho maduro frito queda muy sabroso.

Carne con papas y pan frito

Ingredientes:

Filete o lomo

Ajo

Papas

Pan frito

Naranja agria

Sal y pimienta

El filete (o lomo) se corta en rebanadas y se prepara con dientes de ajo enterrados, sal, pimienta y naranja agria. Se fríe en manteca y mantequilla en partes iguales muy caliente. Se sirve con papas en ruedas muy finas y doradas y pan frito.

Carne en jitomate

Ingredientes:

Lomo de res

Jitomate

Chile dulce

Cebolla

2 cabezas de ajo

Vinagre

1 cucharada de harina

Jugo de limón

Sal y pimenta

A un buen lomo de res se le pone pimienta molida y jugo de limón. Se pone al fuego con un poco de agua y sal. Cuando se ha cocido un poco se le agregan bastantes jitomates, chile dulce, cebolla y dos cabezas de ajo asado. Con todo esto frito, se le agrega un chorrito de vinagre y una cucharada de harina para que espese. Se deja reducir a lumbre baja y se separa antes de que se consuma del todo.

Carne sabrosa

Ingredientes:

Carne

Vinagre

Orégano

1 diente de ajo

2 clavos de olor

Manteca

Cebolla

Jitomate

Chiles dulces

Pimienta en grano y sal

Se golpea la carne y se remoja con vinagre, dos hojas de orégano, un diente de ajo, dos clavos, unos granos de pimienta y sal; se pone al fuego con manteca, cebolla, jitomate rebanado (quitándole la semilla) y chiles dulces. Cuando se dora, se le pone agua o caldo y se deja hervir a sazonar con poquita lumbre.

Charizos

Ingredientes:

Carne de cerdo

Achiote

Ajo

Vinagre

Tripas para rellenar

Comino

Sal y pimienta

Se pica o muele muy fina la carne de cerdo; se muele achiote, ajos, pimienta y comino; se recoge con muy poco vinagre y se adoba la carne poniéndole su punto de sal y se guarda. Al otro día se embuten las tripas y se cuelgan afuera o se meten al refrigerador.

Choux de pollo

Ingredientes:

Para la pasta:

¼ l de agua

59 g de mantequilla

80 g de harina

¼ de cucharadita de sal

2 huevos completos y una yema

Una cucharadita de Royal

Para el pollo:

2 pechugas de pollo cocidas y picadas

2 cucharadas de harina

¼ de l de leche

Cebolla

Perejil

Sal

Nuez moscada

Azúcar

Mantequilla

Limón

Lechuga para decorar

En un cazo hondo de peltre se pone el agua, la sal y la mantequilla. Se pone al fuego y cuando comience a hervir, sin retirarlo de la lumbre, se echa la harina mezclándola muy bien con una cuchara de palo, batiendo hasta que la pasta esté bien compacta. Se retira y se deja enfriar por diez minutos. Entonces se le van agregando los huevos uno por uno sin dejar de batir. Por último se le pone el Royal y se bate otro poco.

Se engrasa de mantequilla y harina el molde (de preferencia una corona para poder quitarle el fondo) y se mete al horno cuidando que no se pase de dorado. Se pone luego en el platón y encima se le pone el pollo en bechamel y lechuga al gusto.

El pollo se prepara de la siguiente manera: en manteca caliente se fríen dos cucharadas de harina y se le agrega $\frac{1}{4}$ de litro de leche y cuando empieza a espesar se le agrega cebolla y perejil finamente picados, pimienta, sal, nuez moscada y un poquito de azúcar. Cuando se sienta sazonado, échesele el pollo que estará cocido y picado. Se retira del fuego y se le pone una cucharada de mantequilla y unas gotas de limón.

Nota: Prepárese primero el relleno para que enfríe.

Costeada de pollo

Ingredientes:

Un pollo tierno

$\frac{1}{4}$ de taza de arroz

10 cucharaditas de almendra

10 cucharaditas de pasitas sin hueso

10 cucharaditas de aceitunas

2 o 3 huevos
Cebolla
Jitomates
Clavos de olor
1 raja de canela
Pimienta gruesa
Papas

Se parte el pollo en pedazos y se fríe en bastante manteca bien caliente. Cuando está dorado, se saca y en esa misma grasa se fríe cebolla en aros y jitomates partidos en cuatro pedazos y sin semillas. Siempre se fríe primero la cebolla. Se coloca nuevamente el pollo para que se impregne de este condimento y se sazona con sal; inmediatamente después se le pone clavo (dos o tres), una rajita de canela, dos o tres pimientas gruesas deshecho todo en un poquito de vinagre y luego agua suficiente que lo cubra para que hierva parejo. Poca lumbre pero constante. Las almendras (ya peladas), las papas y las aceitunas se echan antes de poner el agua. Debe quedar una salsa no muy floja.

El arroz se cuece con sal, completamente blanco. Cuando está listo se retira y se deja enfriar, luego se le rompen los huevos y se mete un ratito al horno.

Al servirlo, se pone en el platón o trasto (si se hizo en un refractario es mejor dejarlo ahí) y encima se le pone el pollo.

Filete a la mexicana

Ingredientes:

1 kg de filete de buey
300 g de manteca

1 clavo de olor
1 chile ancho
1 raja de canela
1 diente de ajo
1 jitomate regular
1 y 1/6 de l de agua
½ l de pulque
400 g de puré de chícharos
½ kg de puré de papas
Sal y pimienta

Se limpia muy bien la carne, se pone a freír en manteca hasta que tome un color dorado. Luego se vacía con todo en una olla.

Se desvena el chile ancho, se muele lo mismo que el jitomate, clavo, laurel, ajo y la canela; todo esto se vacía en el agua y se deja hervir a fuego lento por 30 minutos. Luego se agrega el pulque y se deja en el fuego otros 30 minutos agregando sal y pimienta y se deja hervir una hora. La cocción tarda dos horas.

Decorado: Se parte en trocitos el filete, se pone en el centro del platón, se unta de mantequilla y con una duya se cubre una tercera parte de la carne con puré de chícharos; en el centro se coloca el puré de papa. Quedará verde, blanco y colorado.

Gallina en pepitoria (receta española)

Ingredientes:

1 gallina
Cebolla
Harina

Perejil
Puerro
Zanahoria
Laurel
Hierbabuena
1/2 copa de Jerez
1 yema de huevo
Sal

La gallina, una vez limpia y en trozos, se sazona con sal y se fríe hasta dorar. Se aparta y en la grasa se fríen cebolla menuda y harina, se añade caldo o agua, una rama de perejil, un puerro, una zanahoria, una hoja de laurel, un poquito de hierbabuena (que me parece innecesaria) y media copita de Jerez. Al momento de servir la se ponen las piezas en el platón, se cuele la salsa y así caliente se le deshace una yema de huevo cruda fuera del fuego, porque sería fácil que se cortara. Si se recalienta ha de ser al vapor.

Nota: mi suegra acostumbraba cocer un huevo y en vez de poner la yema cruda, la ponía cocida, desleída con un poquito de la salsa, y la clara ya cocida la picaba menudita y se la echaba al guisado al momento de servirlo.

Jamón americano en vino

Ingredientes:

1 jamón entero
3 hojas de guayaba
3 hojas de naranja
3 hojas de laurel
Pimienta gruesa

Canela
Clavo de olor
2 botellas de vino de Jerez
6 cucharadas de azúcar

Se remoja el jamón por 24 horas. Al otro día se lava y se pone a la lumbre en agua ya caliente con tres hojas de guayaba, tres de naranja, tres de laurel y algunas pimientas gruesas. Se coloca el jamón en la cazuela (que ha de ser honda) con algunas hojas debajo procurando que el agua lo cubra bien. Se tapa y se deja hervir por tres horas. Luego se saca, se despelleja, se clavetea con pedacitos de canela y clavo y se vuelve a meter en la olla hacia abajo. Se le echan 2 botellas de vino de Jerez y 6 cucharadas de azúcar. Se vuelve a poner al fuego tapado cuidando de moverlo de vez en cuando. Cuando esté reducida la mezcla se saca, se le pone bastante azúcar por encima y se termina en la plancha muy caliente.

Lengua dulce

Ingredientes:

Lengua de res
Ajo
Orégano
Comino
Canela
Clavo de olor
Pimienta de Tabasco
Azafrán

Cebolla
Jitomate
Chile dulce
1/2 vaso de Jerez
Vinagre
Pan molido
Sal y pimienta

Se cuece la lengua con dientes de ajo, orégano y sal. Cuando esté cocida, se saca, se pela y se rebana. Se muele pimienta, orégano (poco porque es fuerte), comino (como siete), un pedacito de canela, uno o dos clavos, una pimienta de Tabasco y azafrán. En manteca caliente se echa cebolla, jitomate, chile dulce y dientes de ajo. Se añade la lengua, el recaudo antes dicho, medio vaso de Jerez, vinagre, sal y algo del caldo del cocimiento de la lengua si es que gusta el caldo grasoso, si no, se puede agregar agua. Ya para quitarla se le pone un poco de pan molido para espesar la salsa.

Nota: este mismo guiso, pero sin el azafrán y agregándole aceitunas, almendras peladas y pasitas, es un estofado que también queda muy sabroso.

Lengua en aceite

Ingredientes:

Lengua de res
Hierbas de olor
Zanahoria
Pimientos

Aceitunas
Cebolla
Vinagre
Pimienta blanca
Sal

Se cuece la lengua con sal y sus hierbas de olor. Se pela y rebana fina. Se pone en una cazuela honda y encima se le agrega bastante zanahoria rebanada (cruda), pimientos frescos asados y pelados en tiras, como diez aceitunas, cebolla en ruedas, un chorrito de vinagre, pimienta blanca en polvo, sal para sazonar y bastante aceite. Se pone en muy poca lumbre el tiempo necesario para que se cueza la zanahoria. El poquito de caldo que se le pone para que cueza puede ser de la misma lengua si gustan los caldos grasosos, o agua en caso contrario. Déjese destapado para que se evapore el agua y quede en su salsa de aceite.

Otro modo de prepararla

Ingredientes:

Lengua de res
Mostaza francesa
Vinagre
Perejil
Cebolla
Sal y pimienta

Se cuece como la anterior y se rebana.

Se prepara en un platón hondo lo siguiente: una cucharadita rasa de mostaza francesa que se desbarata agregándole vinagre

(poco), sal, pimienta, aceite, perejil y cebolla muy menudita. Dentro de esta mezcla se pone la lengua.

Lengua en vino tinto

Ingredientes:

Lengua de res

Ajo

Cebolla

Jitomate

Chile dulce

Pan francés

Vinagre

Sal y pimienta

Se pone a cocer con sal una lengua de res. Luego de cocida se pela y se rebana. Se fríen dientes de ajo, cebolla, jitomate y chile dulce. Se echa la lengua, un pan francés deshecho en vino tinto, su punto de vinagre, sal y pimienta y se deja consumir un poco.

Liebre a la alemana

Ingredientes:

Liebre en trozos

Manteca

125 g de tocino

1/2 botella de vino tinto

1/4 de vaso de vinagre

2 cucharadas de alcaparras

2 cucharadas de azúcar
Setas o champiñones de lata
Cebollitas
Sal y pimienta
Pan frito para decorar

Se pone manteca en una cazuela grande y cuando esté bien caliente se le echan 125 g de tocino cortado en pedazos pequeños. Se enharina cada pedazo de la liebre con cierta anticipación y se echa a freír ahí mismo con sal y pimienta. Se le agrega media botella de vino tinto y un cuarto de vaso de vinagre, las alcaparras y el azúcar, un puñado de setas de lata y otro de cebollitas.

Se adorna el platón con rebanadas de pan frito.

Nota: las setas (hongos o champiñones) se deben lavar con varias aguas luego de sacarlos de la lata.

Liebre o conejo en vino blanco

Ingredientes:

1 liebre o conejo tierno
1 cebolla grande
Vinagre o naranja agria
½ vaso de vino blanco
1 rajita de canela o canela en polvo
2 ajos medianos
Papas
Sal y pimienta

La liebre después de bien lavada se prepara con cebolla, sal y vinagre o naranja agria. Debe dejarse en este remojo por lo menos 12 horas, por lo cual se requiere prepararla con un día de anticipación. Se fríen en manteca muy caliente hasta dorar las piezas de la liebre. Se sacan y en la misma grasa se fríe la cebolla y el recaudo. Se echan nuevamente las piezas de liebre y se les pone el vino. Se deja hervir en este jugo tapado para que conserve el aroma. Luego se le pone el agua caliente y una papita chica y se deja hervir a fuego lento durante dos horas o más según lo tierno del animal. Debe quedar con bastante salsa. Se colocan papas cocidas y fritas aparte, que dan un mejor aspecto al guiso.

Longaniza

Ingredientes:

Carne de cerdo

Ajo

Clavo

Orégano

Achiote

Jugo de naranja agria

Tripas para rellenar

Sal y pimienta

La carne de cerdo cruda se corta en pedacitos pequeños. Se muele ajo, pimienta, clavo, orégano, achiote y sal. Se revuelve esto muy bien con la carne y jugo de naranja agria. Se deja así por 24 horas. Se lava la tripa y limpia con naranja agria y se embute. Todo lo demás es igual al chorizo, sólo que la longaniza no tiene amarras.

Medias noches de pollo

Ingredientes:

Para la pasta:

600 g de harina
5 huevos
10 g de levadura
1 cucharada de sal
1 cucharada de azúcar
200 g de mantequilla
¼ l de leche cocida

Con 50 g de harina se prepara la levadura y se deja reposar 20 minutos. Con el resto de la harina se hace un círculo y en el centro se ponen la sal, los huevos y el azúcar; se disuelve bien y luego se va incorporando la harina con la leche, poniéndola poco a poco. Se agrega la levadura y se sigue amasando. Cuando está ya muy tersa se extiende y coloca en el centro la mantequilla, se enrollan las orillas de la masa hasta envolver la mantequilla y se corta en porciones que se vuelven a juntar; esto se repite varias veces para que incorpore bien la mantequilla. Se golpea sin amasar (si se amasan mucho, las pastas con grasa se tuestan); se pone la masa en una cazuela y se deja reposar cinco horas. Después se aparta la masa, se hacen pequeñas porciones de 50 g cada una, se aprietan bien y por último se les da una forma alargada. Se aplastan, se barnizan y se ponen a reposar una hora y se meten 10 minutos al horno caliente.

Nota: esta receta es para los lugares donde no puede conseguirse este pan, pero aquí en la Ciudad de México lo tienen en las buenas panaderías.

Para el relleno:

- 1 pollo cocido
- 1 nabo cocido
- 1 zanahoria cocida
- 1 lechuga
- 1 huevo cocido
- 1/8 de l de mayonesa

Se deshebra el pollo y se hace un picadillo poniéndole la lechuga, el nabo, zanahoria y huevo todo muy picado; luego se le pone sal y pimienta y se revuelve con la mayonesa. Se abren los panecitos que ya tenemos listos a la mitad y se rellenan.

Mondongo

Ingredientes:

- Mondongo (panza)
- 3-4 cabezas de ajo
- 6-8 cebollas
- Calabacitas
- Plátano macho
- Papas
- Pepinos
- Chile dulce
- Perejil
- Vinagre
- Sal y pimienta
- Lima agria para decorar

Se corta en pedacitos el mondongo (o panza) y se limpia perfectamente bien. Se asan 3 o 4 cabezas de ajo y 6 u 8 cebollas según la cantidad que se prepare. Se cortan calabacitas tiernas, plátanos machos, papas, pepinos y chile dulce. Todo esto se pone en una olla honda con un poco de pimienta, perejil molido (molido y deshecho en un poco de caldo del mondongo), sal y vinagre. Dentro se echa el mondongo ya cocido y se deja sazonar. Se sirve con ramitas de perejil y rebanadas de lima agria.

Patos con alcaparras

Ingredientes:

Patos silvestres
Hierbas de olor
Rabos de cebolla
Ajo
Jitomate
1 vaso de vino blanco
Alcaparras
Aceitunas
Sal

Los patos se limpian enteros y después se queman por dentro con una brasa bien encendida para que pierda el bravío (estos patos son silvestres). Después se ponen a cocer con hierbas de olor y rabos de cebolla por lo menos dos horas. Cuando estén bien cocidos se abren por la mitad y se fríen en manteca muy caliente con cebolla y ajo; se le agrega jitomate (sin semilla) y un vaso de vino blanco, las alcaparras y, si se quiere, aceitunas.

Si queda poco caldoso puede ponerse un poco de agua que debe hervir para sazonarse. La salsa, si gusta espesa, se le fríe harina o se le echa pan molido. Eso es al gusto.

Pipián

Ingredientes:

Carne de cerdo

Pepita de calabaza

Achiote

Sal y pimienta

Masa de maíz para espesar

Se pone a cocer el cerdo y luego se aparta un poco del agua en que se coció y se deja enfriar. La pepita muy limpia se tuesta, se pela y se muele con pimienta y achiote. Se baja del metate con el agua que apartamos, se cuela y se le echa al puerco. Se espesa con un poquito de masa.

Nota: este guiso también puede hacerse con huevos cocidos y col en vez de carne.

Pollo al horno

Ingredientes:

Pollo

Naranja

Manteca

Chícharos

Manzanas o papas

Se unta con naranja un pollo tierno (nunca limón, le da feo gusto), agua, manteca y sal. Se deja reposar por lo menos media hora y se mete al horno en una charola untada con bastante manteca y algo de agua o caldo para que le quede salsa. Hay que tener cuidado de moverlo continuamente para que no se dore demasiado del mismo lado. Se le puede desleír una cucharada de harina en el jugo que va soltando para que quede la salsa más espesa. Se acompaña con chícharos, manzanas en pedazos o papas chiquitas cocidas aparte y puestas a dorar con el pollo.

Pollo con salsa de almendra

Ingredientes:

1 pollo grande y tierno

2 jitomates grandes

1 clavo de olor

25 g de pan frito

4 pimientas

1 hoja de laurel

50 g de manteca

Sal y pimienta

El pollo se mata sin degollar. Si es la víspera, se cuelga de las patas y se deja en un lugar fresco; luego se limpia de los órganos interiores, se lava y seca y se prepara como para el horno, es decir con las patas juntas atadas.

Los jitomates se asan y pelan, se muelen con las almendras peladas, las pimientas, el clavo, la hoja de laurel y el pan frito.

Esta salsa se bate bien con los 50 g de manteca, sal y pimienta y se le unta al pollo por dentro y por fuera; se mete al horno por lo menos 40 minutos. La salsa debe quedar muy espesa.

Pollo relleno

Ingredientes:

Pollo

Mantequilla

Harina

2 teleras

Leche

1 huevo

Menudos del pollo

Papas o chícharos

A un pollo tierno se le adoba untándole una mezcla de mantequilla y harina por fuera y por dentro sazonándolo con sal.

El relleno se hace con dos teleras, un poco de leche, un huevo y los menudos bien picados; se fríe todo en mantequilla. Se rellena el pollo y se prepara la charola de horno con bastante mantequilla o manteca y algo de agua para que haga salsa. Si se quiere salsa espesa, se echa en este mismo jugo del pollo un poco de harina para que espese. Se sirve con papas o con chícharos muy tiernos bien cocidos o con hojas de lechuga.

Pollos a la reina

Ingredientes:

2 pollos

3 zanahorias

Cebolla

Sal

En 2 litros de agua se ponen 2 pollos de tamaño regular, 3 zanahorias mondadas y rebanadas con sal y cebolla; se pone todo al fuego. Una vez que empiece a hervir se deja por una hora; luego se dejan enfriar y se saca cuatro partes de cada pollo.

Para la salsa:

100 g de mantequilla

100 g de harina

$\frac{3}{4}$ de l de leche

Nuez moscada

$\frac{1}{2}$ limón

25 g de perejil

Sal y pimienta

Se pone a fundir la mantequilla y se incorpora la harina cernida; se bate echándole la leche poco a poco agregando sal, pimienta, el jugo de medio limón y nuez moscada; se bate hasta que esté bien consistente. Se van pasando por esta salsa los pedazos de pollo, luego en el huevo batido y luego en pan molido. Se fríen en mucha manteca caliente que cubra perfectamente los pedazos (de otro modo se suelta la pasta). Cuando hayan dorado se ponen en el platón. Al final, se fríen 25 g de perejil hasta que sequen, se cuele y se le pone al pollo.

Roast Beef

Ingredientes:

Lomo o filete

Ajo

Jugo de naranja agria

Papas

Sal y pimienta

Después de quitarle todos los pellejos del lomo de vientre (filete o cualquier carne que se prefiera), se lava ligeramente, se mecha con 8 o 10 dientes de ajo y se le pone sal, pimienta y el jugo de una naranja agria. Esta preparación debe hacerse por lo menos una hora antes de freír la carne en manteca muy caliente de manera que se dore sin soltar el jugo. Debe quedar dorada pareja y con su jugo. Se sirve con papas enteras al vapor o cocidas y doradas en mantequilla o en el mismo jugo de la carne.

Ternerita braseada

Ingredientes:

1 kg de pierna de ternera o roast beef

3 zanahorias

3 jitomates

2 cebollas

Hierbas de olor

1 l de agua o caldo

100 g de manteca de cerdo

Sal y pimienta

Se limpia de pellejos la carne. Se seca y se pone a freír hasta que tome un color dorado. Junto con la carne se fríen la cebolla y las zanahorias ya picadas o rebanadas.

La carne ya dorada se pone en una olla. Cuando las verduras están fritas, se le escurre un poco de la grasa y se agregan los jitomates en cuartos. Cuando éste toma la consistencia de salsa se le agrega la carne y se le ponen las hierbas de olor y el caldo o agua; se dejan cuatro horas a fuego lento. La sal y la pimienta se ponen a la mitad de su cocimiento, al fin de este tiempo la salsa se ha reducido a la mitad o menos. Se saca la carne, se rebana, se cuele la salsa y se agrega a la carne.

Riñón frito

Ingredientes:

Riñón de res

Vinagre

Ajo

Comino

Sal y pimienta

Se limpia el riñón quitándole muy bien todo lo blanco y se corta en pedazos muy pequeños. Se deshace en vinagre un ajo grandecito, unos cuantos cominos, pimienta y sal al gusto. En esto se remoja el riñón y se deja reposar cuando menos una hora. Se fríe al momento en manteca muy caliente.

Tórtolas en vino blanco

Ingredientes:

4 tórtolas

1 vaso de vino blanco

1 ajo grande

3 clavos

Canela en polvo

Sal y pimienta

Las tórtolas se despluman, se lavan y se abren por la mitad a lo largo. Se fríen en manteca hasta que doren. Cuando estén al calor que se desee, se les pone lo que antes dijimos deshecho en el molcajete con un poquito de vinagre. Se deja sazonar y se le pone el vino. Se deja hervir por cinco minutos, se le agrega agua y se tapan. Deben quedar muy suaves.

Nota: la salsa se espesa con los mismos hígados del ave ligeramente hervidos y molidos cuando se muele el recaudo. A falta de ellos, porque a veces las venden vacías, se espesa con harina, la cual se dora antes de echar el vino.

Otro modo de prepararlas

Se abren al centro, se fríen en bastante manteca muy caliente, se sacan y ahí mismo se fríe una cebolla en ruedas y un jitomate grande sin semillas (uno para dos tórtolas). Cuando esta mezcla está bien frita, se echa una cucharada grande de harina a dorar y se agregan las tórtolas, moviendo parejo para que se impregnen de esta fritanga. Se le agrega agua y se dejan hervir hasta que se ablanden bien (la sal y la pimienta se agrega al freírlas).



Pescados y mariscos

Bacalao a la vizcaína

Ingredientes:

Bacalao

Harina

Jitomates

Cebolla

Perejil

Pimientos

Pan frito

Se corta el bacalao en cuadritos y se remoja desde la noche anterior. Al otro día se pela y se envuelve en harina, luego se fríe en aceite. Se cuecen bastantes jitomates y se cuelean. En aceite muy caliente se fríe cebolla picada, hojas de perejil, el jitomate y unos cuantos pimientos en pedacitos. Se le echa el bacalao y se deja hervir a sazonar. Se adorna con rebanadas de pan frito y el resto del pimiento en tiras.

Bacalao de un estilo

Ingredientes:

Bacalao

Jitomates

Pimientos de lata

Ajo

Cebolla

Perejil

Sal y pimienta

Se pone a hervir el bacalao hasta que se ablande. Después se limpia y se hacen pedazos chicos. Se asan jitomates y se muelen con pimientos (de lata). Se muelen ajos y cebollas y se ponen en aceite bien caliente. Se agrega el jitomate, pimienta en polvo, perejil muy picado y luego el bacalao. Se cuida hasta que deje de hacer bombitas y sale la manteca sola.

Bacalao estilo «María del Valle»

Ingredientes:

Bacalao

Harina

Jitomates

Pimientos de lata

Cebolla

Perejil

Pan frito para adornar

Se corta en cuadritos el bacalao (americano) y se remoja desde la noche anterior. Al día siguiente se pela y se revuelca en harina, luego se fríe en aceite. Se cuecen bastantes jitomates y se cuelan. En aceite muy caliente se fríe cebolla picada, hojas de perejil y el jitomate con unos pimientos picados. A esta mezcla se le añade el bacalao y se deja cocer. Se adorna con pan frito y los demás pimientos.

Calamares rellenos

Ingredientes:

Calamares

Cebolla

Perejil

Ajo

Huevo cocido

Jitomate

Sal

Se limpian los calamares de la tela exterior y se quita todo el relleno de babas. Se dejan los animales sin abrir y se les quita la cabeza. Se fríen en bastante aceite, cebolla y un poquito de perejil y ajo. Junto se le ponen las colitas de la cabeza en pedacitos y huevo cocido picado. Se fríe como $\frac{1}{4}$ de hora; se reserva. Se fríe cebolla, jitomate y sal; ahí se ponen a freír los calamares ya rellenos con la fritanga anterior y luego se les agrega un poco de agua para que cuezan a fuego lento.

Camarones secos

Ingredientes:

Camarones

Calabacitas

Plátano macho

Papas

Jitomate

Cebolla

Chile dulce

Perejil

1 cabeza de ajo

1 puñito de arroz

Comino molido

Sal

Se cortan en pedacitos las calabacitas tiernas, plátano macho y papas; se cuecen. Se fríe jitomate, cebolla, chile dulce y perejil; en esta salsa se echan las verduras y los camarones agregando comino molido, una cabeza de ajo asado y la sal necesaria. Al poner a cocer la verdura se le echa un puñito de arroz.

Caracoles de mar

Ingredientes:

1/2 kg de caracol de mar

Ajo

Jitomate

Cebolla

Perejil

Harina

Sal y pimienta

Se limpian los caracoles para quitarles la piel amarillenta, se cortan en trocitos y se fríen con bastante aceite. Después se sacan y ahí mismo se fríe ajo, jitomate, cebolla y perejil con un poco de harina para dorar con sal y pimienta. Se vuelve a echar el caracol y se revuelve para que se impregne de sabor. Después se le pone agua, se tapa y deja hervir. Cuando los caracoles son tiernos, con hora y media es suficiente, pero si son recios, cuatro horas por lo menos. Siempre es mejor elegir los más chicos.

Otro modo mejor de prepararlos

Se limpian igual y se fríen en bastante aceite sazonándolos con sal y pimienta. Cuando han tomado un ligero color crema parejo, se les echa bastante perejil picado (como dos cucharadas grandes), media cebolla grande picada y dos ajos picaditos. Se fríe esto ligeramente y se le pone un poco de harina para dorar también. Muévanse un poco. Después de dos o tres minutos de mover todo hasta que se impregne de sabor, se agrega un poco de agua y se deja hervir en fuego manso tapado por unas dos horas. Debe quedar en salsa.

Ceviche

Ingredientes:

1 libra de pescado (debe ser pescado duro)

5 limones para jugo

1 cebolla

2 jitomates medianos
2 chilitos
½ cucharadita de orégano
10 aceitunas
3 pepinillos
1 lechuga
1 naranja
Aceite y vinagre al gusto

Se corta el pescado en lonjas quitándole el pellejo y las espinas; se corta en trocitos chicos y se pone en un recipiente hondo al que se le agregan el jugo de limón y sal. El limón debe cubrirlo para que el pescado se cueza parejo (6 horas serán suficientes). Cuando está perfectamente cocido, se tira el jugo de limón y se le agrega vinagre y jugo de naranja; después se pica muy menudito el jitomate, la cebolla y chiles verdes o jalapeños de lata, y se agrega un buen chorro de aceite de oliva y orégano. Las aceitunas, los pepinillos y la lechuga pueden ponerse encima enteros o bien en tiritas. Eso queda al gusto.

Escabeche para pescado

Ingredientes:

Cebollas
Vinagre
Pimientas
Orégano
Chiles verdes

Se ponen a hervir las cebollas cortadas en aros con vinagre, pimientas gruesas, orégano, chilitos verdes o sin chiles. Se dejan hervir un rato.

Huachinango con mayonesa

Ingredientes:

750 g de huachinango

¼ l de Jerez

100 g de mantequilla

¼ de lata de trufas

12 aceitunas

¼ de l de mayonesa

2 lechugas romanas

Perejil

Sal y pimienta

Se lava el pescado y se limpia. En una charola se coloca el pescado y se le pone jugo de limón, sal y mantequilla (se unta por dentro y por fuera). Se le hacen unas cortadas por los lados simulando postas. Se le ponen encima trocitos de mantequilla y se baña con el vino.

Se pica menuda la lechuga bien lavada y se revuelve con una cucharada de mayonesa para colocar esto en el fondo del platón. Encima se pone el pescado ya horneado durante 40 minutos y se cubre con el resto de la mayonesa. Se adorna con las aceitunas, las trufas y las ramitas de perejil.

Hueva de pescado con huevo

Ingredientes:

Hueva de pescado

Huevos

Jitomate

Cebolla

Se cuece la hueva, se pela, se deshace y revuelve con huevos. Se le sazona y se fríe para formarla en torta o en un trasto refractario al horno.

Para la salsa:

Se asa el jitomate y se fríe con cebolla en aros. Con esta salsa se baña la torta al servirla.

Pámpano sarcochado

Ingredientes:

Pámpano

Cebolla

Ajo

Orégano, sal y pimienta

Después de limpiar el pescado se pone a hervir en un poco de agua con rabos de cebolla, ajos, orégano, sal y pimienta para sazonarse.

Pescado con mayonesa

Ingredientes:

Pescado
Orégano
Pimienta de Tabasco
Hojas de laurel
Rabos de cebolla
Chiles dulces
Mayonesa
Rábanos
Lechuga

Se cuece el pescado con orégano, pimienta de Tabasco, hojas de laurel, rabos de cebolla y chiles dulces. Se saca, se escurre y se coloca en un platón, donde se cubre con mayonesa. Se adorna con rábanos y lechuga.

Pescado estilo Tía Rebe

Ingredientes:

Filetes de pescado
Papas
Hierbas de olor
Yemas de huevo
Perejil
Sal

Se pone a hervir el pescado con agua que lo cubra, hierbas de olor y sal, teniendo cuidado de que los filetes no se rompan. Una vez que están cocidos se sacan y se acomodan en un refractario. Con el agua en que se coció el pescado se hace una salsa bechamel ligeramente dorada. Se retira del fuego y se le añaden unas yemas de huevo. Las papas peladas y en trozos o enteras (si son chicas) se ponen alrededor del pescado en el refractario y se baña todo con la salsa. Encima como adorno se le pone perejil muy finamente picado.

Pulpa con salsa de pan

Ingredientes:

Pulpo

Limón

Cebolla

Jitomate

Ajo

Chile dulce

Perejil

Pan francés (telera)

Manteca o aceite

Vinagre

Sal

Se corta el pulpo después de haberse lavado con agua y limón para cortarle la baba. Se fríe en manteca o aceite. Cuando toma color de coral, se saca y ahí mismo se fríe cebolla, jitomate, ajo asado, chile dulce y perejil. Se remoja en agua un pan francés (telera), se deslíe y se le echa al pulpo; se agrega la salsa con un chorrito de vinagre y sal. Se deja hervir para sazonar.

Pulpo en su tinta

Ingredientes:

1 kg de pulpos (tiempo de hervir, por lo menos dos horas)

1 cebolla grande

1 cucharada de harina

1 taza de caldo o agua

Se compran los pulpos, siempre los más pequeños. Se les quita la piedra del centro y la bolsa de la tinta. La cabeza generalmente se tira.

Las patas se golpean y se lavan con agua de limón para quitarles la baba. Se cortan en pedazos muy pequeños y se echan a freír con bastante aceite caliente. Cuando toman color de coral todo parejo, se sacan; en ese mismo aceite se echa a freír la cebolla muy picada. Cuando dora, se hace a un lado y se echa la cucharada de harina. Como dora con mucha rapidez, conviene tener listo el caldo para echarle y moverlo rápidamente. Se le agrega entonces el pulpo y la tinta del mismo diluida con un poco de agua. Se sazona con sal al gusto y se deja hervir tapado a fuego manso. Si se seca, hay que ir poniendo agua siempre caliente.

Robalo a la napolitana

Ingredientes:

Para el pescado:

1 kg de robalo de centro

1 cebolla

2 hojas de laurel
1 zanahoria
1 limón
1 cucharada de vinagre
6 pimientas
50 gramos de sal gruesa
1 l de agua

Para la salsa:

½ l de leche cocida
75 g de mantequilla
1 limón (el jugo)
25 g de harina
4 anchoas
2 cucharadas de alcaparras
6 aceitunas
6 trufas
1 cucharada de perejil picado
Sal y pimienta

Se pone a cocer el pescado con el resto de los ingredientes. Luego de cocido, se le quita la piel y se sirve en rebanadas en un platón.

Para la salsa, se pone a derretir la mantequilla, se le agrega la harina y cuando ésta toma color café se le pone la leche moviéndola constantemente y dejándola hervir para que espese. Se agrega la sal, la pimienta, el jugo de medio limón y el resto de los ingredientes muy picados. Con esta salsa se baña el pescado. La orilla del platón se decora con puré de papas.

Torta de hueva de lisa

Ingredientes:

Hueva de lisa

Huevos

Jitomate

Perejil

Vinagre

Lechuga

Rábanos

Cebolla

Sal y pimienta

Se cuece la hueva, se pela y se muele muy bien, se hace la torta con huevos batidos. Se sirve con salsa de jitomate hecha del siguiente modo: se asan los jitomates y se muelen con perejil; se le pone aceite, vinagre, un poco de pimienta y sal. Se pone sobre la torta y se adorna con lechuga, rábanos, cebolla y jitomates en ruedas.

La hueva cuando es fresca (en la otra receta que incluimos, es seca) no se hierva, sólo se pasa en manteca muy caliente y se va a comer con mayonesa. Si se quiere revuelta con huevo, aún siendo fresca, se pone a hervir envuelta en un trapo por poco tiempo para que no se deshaga. Luego se revuelve con el huevo ya sea en un sartén en lumbre o al horno.



Postres y panes

Bavaroise

Ingredientes:

500 g de azúcar

8 yemas de huevo

¾ de l de leche hervida

½ vara de vainilla

500 g de fresa

20 g de tapioca

15 hojas de grenetina

Colorante artificial

En ¼ de litro de leche se pone a hervir la tapioca por diez minutos. Aparte, en una cacerola se ponen el azúcar y 8 yemas, se mezclan bien y se va agregando la leche con la tapioca poco a poco. Se agrega la vainilla y se mueve sin quitarlo del fuego hasta que suelte el hervor. Se va agregando la leche poco a poco.

Se aparta y se incorpora la tapioca. Se agregan a esto las fresas pasadas por un colador y cuando se está enfriando se agrega la gretina. Se mueve hasta que se disuelve, se cuela y se le pone un poco de colorante artificial y se vacía en el molde húmedo para luego cuajarlo en hielo.

Braza de gitano

Ingredientes:

Para el relleno:

15 g de harina
100 g de azúcar
1 huevo y una yema extra
1 chorro de Jerez
Jugo de limón
¼ l de leche

El relleno debe hacerse primero para que se enfríe. Se prepara todo mezclándolo y poniéndolo a hervir. En cuanto hierve se retira.

Para la masa:

6 huevos
5 cucharadas de harina
6 cucharadas de azúcar
1 cucharadita de Royal

Se baten las claras a punto de merengue; se le agregan las yemas, el azúcar y la harina junto con el Royal, todo bien cernido. Se unta

un trasto con manteca y harina, se le pone la masa y se mete al horno por 20 minutos. Para envolverlo se humedece una servilleta y se espolvorea de azúcar. Se voltea el trasto del horno sobre la servilleta. Inmediatamente le pone el relleno y con la misma servilleta se enrolla. Se espolvorea con más azúcar.

Buñuelos

Ingredientes:

1/4 kg de harina de arroz
8 huevos
½ l de agua
2 cucharadas de manteca
1 cucharadita de sal
2 cucharadas de coñac

Se pone a hervir el agua y se le agrega la manteca y la sal, ya que hierve se retira y rápidamente se le echa la harina (cernida de antemano) y se mueve muy rápido con una cuchara de madera. Se debe mover sin cesar para que no haga bolas y al mismo tiempo para que se enfríe. Cuando está completamente frío, se le agregan los huevos uno a uno moviéndolos muy bien para que se incorporen parejo. Se pone en la lumbre una sartén hondita con bastante manteca y se van echando cucharaditas sin que gotee hasta que doren bien. Sucede a veces que el calor es muy fuerte, entonces se dora por fuera pero quedan crudos por dentro, en este caso se pinchan o se abren del medio y se vuelven a echar.

Se espolvorean con azúcar al gusto.

Changos zamoranos

Ingredientes:

2 l de leche

2 tazas de azúcar

1 raja de canela

4 yemas de huevo bien batidas

1 pastilla de cuajar

Se pone la leche al fuego hasta que caliente pero sin hervir y se agregan las yemas revolviéndolo bien. Disuelva la pastilla de cuajar en un poco de agua y añádala a la leche. Ponga esto en un trasto y métalo al horno para que cuaje con lumbre baja.

Haga el almíbar poniendo la raja de canela en él y eche los pedazos de la cuajada. Se deja hervir un buen rato; la receta dice dos horas, pero me parece mucho tiempo. Se obtienen seis porciones.

Choux à la crème

Ingredientes:

130 g de harina

60 g de mantequilla

4 huevos

¼ de cucharadita de sal

¼ l de agua

Se pone el agua con la sal al fuego y cuando hierve se le añade la mantequilla. La harina cernida se agrega cuando la mantequilla suelte el hervor y se mueve fuerte con una espátula de madera;

cuando la pasta se despegas del traste, se retira. Se deja enfriar y se le van poniendo los huevos uno a uno, moviéndolo bien para que se unan a la mezcla. Ya bien batida y cuando esté muy tersa la masa, se ponen en cucharadas sobre la charola engrasada y se meten al horno (no muy caliente) por 25 minutos. Se sacan del horno, se les hace una abertura y se rellenan con la crema, se espolvorean con el azúcar molida para que parezca harina.

Para la crema del relleno:

¼ l de leche

100 g de azúcar

15 g de harina

1 cáscara de limón verde

Se ponen el azúcar y la harina cernida y se les agrega el huevo y la yema. Se mezcla muy bien con el batidor de globo y se va agregando la leche poco a poco, así como la cáscara de limón para luego poner al fuego. Se mueve constantemente y cuando suelta el hervor se aparta y se cambia de traste. El sabor de limón puede cambiarse por el de vainilla, esto es al gusto.

Crema de Nantes

Ingredientes:

½ l de leche cocida

¼ de l de crema de leche o nata

150 g de azúcar granulada

Cáscara de naranja

1 raja de canela

10 hojas de grenetina oro
200 g de ciruela pasa
200 g de azúcar para el almíbar
½ l de agua
1 raja de vainilla
3 yemas
Jugo de naranja

Se ponen los 150 g de azúcar con las yemas y se va incorporando con la leche sin dejar de batir. Se agrega la raja de canela y la cáscara de naranja, se pone al fuego y se sigue moviendo; cuando suelte el hervor, se aparta (no debe dejarse hervir porque se corta) y se mueve constantemente hasta que se enfríe. Luego se le pone la grenetina y la crema de leche. Cuando se ha deshecho la grenetina, se cuela y se pone en el molde humedecido con agua. Las ciruelas pasas se ponen primero en ½ litro de agua y se deshuesan, se agrega la vainilla, el azúcar y el jugo de naranja; se pone al fuego hasta que se deshagan las ciruelas y se saca la vainilla. El molde se pone en hielo y cuando cuaje la crema se remoja un minuto en agua tibia para que afloje y salga del molde con facilidad.

Nota: las ciruelas van en el centro de la crema.

Dulce de chayote

Ingredientes:

2 kg de chayotes con espinas
1 barra de mantequilla
3 huevos

50 g de almendras
100 g de pasitas
Azúcar al gusto

Se ponen a cocer los chayotes sin sal hasta que estén suaves. Una vez cocidos, se les saca la pulpa y se dejan escurrir para quitarles la mayor parte del agua (también se pueden exprimir en un trapo húmedo).

Las almendras se pelan y se doran en mantequilla. Los chayotes se muelen en la licuadora y se vacían en un refractario; se añaden las almendras, la mantequilla previamente derretida, las pasitas y el azúcar. La mezcla debe quedar dulce.

Se mete al horno hasta que quede recogido y doradito por encima (no debe quedar aguado).

Para servirlo, se pueden usar fuentes de postre o las mismas mitades de los chayotes ya vacías.

Dulce de nuez

Ingredientes (para 4-6 personas):

150 g de nuez
1 lata de leche condensada
1 taza de agua
¼ de taza de crema
6 huevos

Se ponen en la licuadora la leche condensada, la taza de agua y la nuez entera y se bate hasta que la nuez quede en pedazos más pequeños, no totalmente triturados. La mezcla se vacía en una olla

y se pone a fuego lento hasta que hierva. Al soltar el primer hervor, se empieza a mover continuamente; dependiendo de lo espeso que se quiera, se puede dejar de 5 a 10 minutos.

Sobre esta mezcla, ya fuera del fuego, se agregan 6 yemas previamente batidas a través de un colador sin dejar de mover la mezcla para que las yemas no se cuajen. Previamente se bate la crema y se agrega después de las yemas a la mezcla, también a través de un colador y muy lentamente. Se deja enfriar antes de servir y si se quiere para otro día se guarda en el refrigerador.

Dulce de piña

Ingredientes:

2 piñas verdes de tamaño regular

½ kg de azúcar

½ l de agua

1 raja de canela

Se pelan las piñas, se parten en rebanadas gruesas de 1 ½ cm. Se ponen a hervir hora y media y después se hace un jarabe con el azúcar, el agua y la canela. Se pone al fuego, se espuma y cuando suelta el hervor se le añade la piña ya cocida y escurrida. Da un hervor y se aparta. Durante ocho días se le da un hervor cada 24 horas y de esta forma queda la piña confitada.

Galletas de doña Rebe Corra

Ingredientes:

¾ de kg de harina

300 g de manteca

100 g de mantequilla

3 yemas de huevo

200 g de azúcar

½ taza de leche

4 cucharaditas de Royal

Se hace una fuente cerniendo la harina con el Royal. Se le ponen las yemas, la mantequilla, la manteca, dos huevos completos y se le agrega la leche para amasar. La masa ha de quedar flojita y no se debe de engrasar la charola. Se meten diez minutos en la parte inferior del horno y diez minutos en la parte superior a que dore. Al sacarlos del horno, se revuelcan en azúcar.

Islas flotantes

Ingredientes (para 4-6 personas):

1 ½ l de leche

1 cucharada de maicena

4 huevos

1 cucharada de vainilla

1 cáscara de limón verde (pelado en forma de rizos)

Azúcar al gusto

Se baten las yemas y junto con la leche y los rizos del limón se ponen a hervir en una olla junto con el azúcar. Previamente se baten las claras a punto de turrón.

Cuando la leche suelta el primer hervor, con una cuchara grande se toma una porción de clara y se coloca en la leche hirviendo a fuego lento y se baña con esta hasta que haya cuajado; así con el resto de las claras. Estos pequeños turrónes que se forman con las claras bañadas en leche se colocan en un refractario rectangular. Se cuela la leche que quedó en la olla y se vuelve a poner a fuego lento para añadir las yemas batidas a través de un colador, la cucharada de vainilla y la de maicena para que la mezcla espese un poco más. Para servir, los turrónes se bañan con la salsa cuando ésta haya enfriado.

Los suspiros

Ingredientes:

½ kg de harina

125 g de manteca

2 huevos

1 taza de azúcar

Se bate la manteca, se le agrega la harina y se bate bien; se le ponen los huevos y el azúcar, se revuelve y se amasa. Se cortan en pedazos de ½ cm de grueso. Se meten al horno caliente alternándolos entre la parte superior e inferior. Al sacarlos, cuando todavía están muy calientes se revuelcan en azúcar y canela.

Mantecados

Ingredientes:

12 huevos

450 g de harina

450 g de azúcar

400 g de mantequilla

Se ponen el azúcar y las yemas en una cacerola y se baten; las claras se ponen por separado y se baten a endurecerlas. Luego se les agregan las yemas batidas y se revuelven bien. Se añade la harina cernida y por último la mantequilla derretida y fría y se mueve poco a poco hasta que se revuelve. La harina se va agregando en tres tantos. Ya que está bien batida la masa, se ponen las cajitas de papel a la mitad y éstas se ponen en la charola del horno y se hornean por 15 minutos.

Manzanas embutidas

Ingredientes:

8 manzanas

1 huevo

¼ kg de harina

50 g de mantequilla

150 g de manteca

2 cucharaditas de Royal

Se hace una fuente con harina y en medio se le pone una cucharada de sal, otra de azúcar y la manteca; se mezcla con una cuchara y se

agrega agua fría hasta formar una pasta suave; se pone el Royal. Se divide la masa en tantas partes como manzanas se vayan a hacer. Se extiende con el palote una de las porciones y se pone en medio la manzana pelada, deshuesada y se rellena con mantequilla y azúcar. Se envuelve la manzana con la masa y se le hacen unos piquetitos con tijera para que por allí reviente; se barnizan con huevo y se meten al horno. Cuando se sacan del horno se le puede poner crema o mermelada de fresa en los piquetes.

Para la crema:

100 g de azúcar

1 yema de huevo

¼ de l de leche

1 cucharada de harina

Canela

Se pone la leche con el azúcar y la canela en la lumbre y la harina deshecha en la leche; cuando haya espesado se le agrega la yema.

Palitos japoneses

Ingredientes:

450 g de harina

300 g de mantequilla

100 g de azúcar molida

5 yemas de huevo

1 raja de vainilla

Se cierne la harina y en el centro se ponen las yemas, el azúcar y la vainilla molida con el azúcar y cernida también. Se mezcla bien y se le pone la mantequilla amasándola con el cuchillo solamente para incorporarla. Se cortan porciones y se enrollan como palitos, se ponen en latas engrasadas y se meten al horno muy caliente por ocho minutos. Se barnizan con huevo antes de hornearlos.

Pan de Cristina

Ingredientes:

Harina

Azúcar glas

Mantequilla

8 huevos

1 cucharadita de Royal

Pasas, nueces o almendras para decorar

La harina, el azúcar glas y la mantequilla van a partes iguales. Se baten las claras a punto de merengue, se agregan las yemas y se van incorporando los demás ingredientes; la mantequilla previamente fundida (sin que se fría), la harina y el azúcar cernidos con una cucharadita del Royal. Se engrasa el molde, se vierte la mezcla y se hornea. Se le pueden poner pasas, nueces o almendras.

Panetela

Ingredientes:

6 huevos

5 cucharadas de harina

6 cucharadas de azúcar

1 cucharadita de Royal

Se baten las claras a punto de merengue y por separado se baten bien las yemas y se le agregan a las claras junto con el azúcar, el Royal y la harina, todo bien cernido. No se bate mucho. Se unta la charola de hornear de manteca y harina y se mete al horno con la mezcla. El trasto siempre se coloca a la mitad del horno porque la masa crece.

Pastel (receta de Fita)

Ingredientes (para 30 personas):

8 tazas de harina

8 cucharaditas de Royal

4 tazas de azúcar

¾ de kg de mantequilla

18 huevos

Un chorro de vainilla

Se derrite (sin freír) la mantequilla, se revuelve con el azúcar y se van agregando uno por uno los huevos completos (sin batir) y la harina cernida y mezclada con el Royal. Se bate hasta incorporar. Se engrasa el molde y se mete al horno. Cuando está dorado y coci-

do, se saca y se abre por el centro (para formar dos capas) y se pone el relleno que se quiera. Si es de crema, ha de quedar espesa. A las tapas de pan se las rocía con vino Jerez (si gusta), se vuelven a juntar las tapas y se bañan con el glaseado.

Preparación del glaseado

Ingredientes:

4 claras de huevo

Azúcar glas

Jugo de limón

1 chorro de leche

Nueces, cerezas o coco para decorar

Se baten 4 claras sin alzar junto con el azúcar glas, jugo de limón (esto hay que tantearlo) y un chorro de leche. Se va batiendo hasta que se sienta durito y con esto se cubre el pastel. Se pueden agregar nueces picadas, cerezas o coco.

Pastel de fresa

Ingredientes:

300 g de harina

200 g de azúcar

4 huevos

9 yemas

9 claras

100 g de mantequilla

½ cucharadita de vainilla

Para el decorado:

- ½ kg de fresas escogidas
- ½ l de crema pastelera
- ½ l de leche
- 25 g de harina o maicena
- 200 g de azúcar
- 2 yemas de huevo
- ½ cucharadita de vainilla
- 1 copa de ron o brandy fino

Se baten las 9 yemas y cuando hayan levantado se le agregan los cuatro huevos enteros, batiendo entre uno y otro lo bastante hasta lograr punto de cordón. Se le agrega la harina, la mantequilla fundida, la vainilla y las claras batidas a punto de turrón. Se mete en un molde redondo engrasado y enharinado al horno templado. Se introduce un cuchillo y cuando sale limpio se saca del horno, se desmolda y se deja enfriar. Se parte por la mitad (por la parte baja del pastel), se pone la mitad de la crema pastelera y se acomoda en ella la mitad de las fresas con las que se cubre la superficie del pastel y se agrega el resto de las fresas. Si se quiere envinado, se baña con un poco de ron o brandy.

Pastel de limón

Ingredientes:

- 1 limón grande verde rallado
- 1 taza de azúcar
- 2 cucharadas de sagú²
- 2 huevos
- 1 tasa de agua hirviendo
- 1 cucharada de manteca
- 30 g de harina
- Agua de sal
- 1 cucharadita de Royal

Se deshace bien el azúcar (si es molida solamente se cierne), se junta con la cáscara rallada de limón, se añade el sagú y dos yemas de huevo. Cuando esté bien revuelto se le echa el agua hirviendo y sin dejar de molerlo se pone a la lumbre hasta que haga bombitas. Se retira.

Con la manteca, la harina y el agua de sal, se forma una tortilla bien extendida y se coloca sobre el molde del pastel; se mete enseguida al horno por 6 o 7 minutos a que medio se cocine, luego se saca y se coloca la mezcla que se preparó primero y se extiende bien. Las claras se baten bien hasta que queden como merengue, añadiéndoles 3 cucharaditas de azúcar y una de Royal; se pone encima del pastel y se mete al horno hasta que se cocine el merengue. Si se tienen más claras aparte de las ya mencionadas, pueden agregársele al batir y de esta forma queda más gruesa y abundante la capa de merengue.

²El sagú es una planta originaria de Cozumel, Quintana Roo. Con la fécula de su raíz se preparan diversos platillos, como atole y polvorones [N. del E.].

Pastel jarocha

Ingredientes:

250 g de galletas Marías
100 g de mantequilla
1 lata de leche Clavel
1 paquete de gelatina
Ralladura y jugo de un limón
Azúcar al gusto

Se desbaratan las galletas de forma muy fina. Se mezcla la gelatina con una taza de agua hirviendo y se le agregan la leche y el limón. Aparte, se acrema la mantequilla con la galleta. Se extiende esta mezcla en el molde y encima (ya fría) se le echa la gelatina. Se cuaja en el refrigerador. El adorno es al gusto.

Torta de arroz con cerezas

Ingredientes:

170 g de arroz
1 l de leche
¼ de l de agua
250 g de azúcar
100 g de mantequilla
3 huevos
1 bizcocho molido
200 g de cerezas en almíbar

Se pone a remojar el arroz durante 15 minutos en agua caliente y se refresca como para sopa. Se pone con $\frac{1}{4}$ de litro de agua a la lumbre hasta que esta se consuma y entonces se le pone la leche; se vuelve a poner al fuego por media hora y se le agrega el azúcar hasta que termine su cocción. Luego se le pone la mantequilla y se deja $\frac{1}{4}$ de hora más a fuego lento, moviéndolo suavemente en las orillas. Como es muy fácil que se pegue, si esto sucede hay que cambiarlo rápidamente de traste.

El molde se engrasa de mantequilla y se espolvorea con el bizcocho molido. Cuando el arroz ha secado, se agregan los tres huevos enteros, se mezclan hasta incorporarlos bien y se pone en el molde una capa con la mitad del arroz, encima otra capa con la mitad de las cerezas partidas a la mitad y la última capa con el arroz. Se mete al horno templado por 20 minutos.

Para la crema:

$\frac{1}{2}$ l de leche

6 yemas

150 g de azúcar

Cáscara de limón, vainilla o canela

Se mezcla el azúcar con las yemas y se le pone la leche poco a poco, sin dejar de batir para que no se engrane; se le añade la esencia y se deja al fuego hasta que suelte el hervor (batiéndolo siempre hasta que ya fuera de la lumbre se enfríe).

Cuando está cocida la torta, se voltea en el platón, se baña con la crema alrededor y en el centro y se decora por encima con la otra mitad de las cerezas.

Turbante

Ingredientes:

300 g de harina

6 yemas

200 g de azúcar granulada

9 huevos enteros

Cáscara de limón

Se engrasan los moldes con mantequilla. Se pone en un cazo el azúcar, las yemas y 3 huevos enteros y se bate a que espese. Se le ponen otros dos huevos y se sigue batiendo hasta que vuelva a tomar el mismo punto. Se agregan otros dos huevos y nuevamente se bate hasta agregar los últimos dos huevos, en total los 9 huevos. Se agrega la raspadura de un limón verde, se cierne la harina tres veces hasta que quede muy fina y esto se agrega a la mezcla y se mueve despacio con la espátula a fin de que se incorpore y no se afloje. Se pone en dos moldes: uno redondo y chaparro y otro en una budinera con hueco en el centro, se ponen al horno templado por 30 minutos.

Turrón italiano para decorar

Reglas para el turrón: utilizar siempre trastos de cobre sin estaño o un cazo chico y recogido.

Ingredientes:

250 g de azúcar de piloncillo

1/8 l de agua

9 claras

1 piña

100 g de cerezas confitadas

Se pone el azúcar en el agua para que se disuelva y se haga el jarabe; se pone al fuego sin dejar de moverlo hasta que suelte el hervor, luego se espuma, se cuela y se deja que tome punto de hebra fuerte, o sea 37 grados en el paso a jarabe. Cuando la clara se levanta toda en el batidor ya se puede batir en círculos.

Cuando el jarabe toma punto se va vertiendo sobre la clara (también a punto), desde una altura considerable y poco a poco. Se bate hasta que se une. Se parte a la mitad la torta ya horneada y se unta con una parte del turrón.

Se tapa con la otra mitad y se barniza por encima con el jarabe de las piñas. Encima se coloca el otro pastel (el del molde con el agujero en el centro), se le hacen seis cortes y en cada uno se pone una rebanada de piña. Se decora en la orilla y en el centro con el resto del turrón y se adorna con la cereza.



Recetas españolas

Huevos

Budín de pescado

Se cuece medio kilo de pescado con sal, vinagre, perejil y cebolla. Luego de cocido se limpia de espinas y piel y se fríe aparte jamón con jitomate. Se junta con el pescado y se revuelve. Aparte, se baten unos huevos y se mezclan con el pescado; se unta un refractario con mantequilla y se cuece al baño María. Cuando está en su punto, se saca del refractario para poner en una fuente redonda y se baña con mayonesa o jitomate; se adorna con huevos cocidos, alcaparras y aceitunas.

Nota: con el caldo que dejó al cocer, se puede hacer una espléndida sopa que se freirá en aceite, un ajo, se agrega jitomate, papitas en trozos y unos pocos pedazos del pescado que habremos dejado.

Huevos a la Filo

Luego de cocidos, se separan las yemas y se pican finamente. Se hace la bechamel, se le agregan las yemas cocidas y se le agrega las mitades blancas. Se pasan por huevo y pan rallado y se fríen. Se bañan con salsa rubia y se meten a horno caliente.

Huevos con picadillo

Se sofríe ternera y jamón con cebolla y jitomate, se echan encima los huevos hechos en agua tipo poché y se meten un rato al horno.

Huevos en bechamel

Se hace la bechamel y se le agrega carne picada y jamón. Esto se deja sazonar, se retira del fuego y se le agregan yemas de huevo crudas. Se rellenan los moldes y se copetean con queso para luego meterse al horno unos minutos.

Carnes

Albóndigas españolas

La carne se muele con jamón, se fríe en cebolla picada y se le echa a la carne previamente sazonada con sal y pimienta y luego un huevo crudo. Se envuelven con harina y huevo batido y se fríen. Luego de freírlas, se hierven en una salsa de harina dorada.

Aspic

En un bol se ponen rajitas de huevo duro, unos langostinos (o camarones) y pechugas deshuesadas, cocido todo. Se vierte el caldo concentrado y se pone a congelar. Al tiempo de sacarlo se despegan con espátula y se sumerge el trasto en agua caliente para que se despegue y se pueda poner donde se va a servir.

También se pueden picar menudo y bañar piezas frías de lengua de pollo o jamón cocido.

Gelatina o caldo concentrado

En ½ litro de agua fría se pone una pata de gallina, otra de vaca, ¼ de kilo de ternera y un trocito de jamón magro. Se deja cocer lentamente sin que hierva. Cuando el agua haya reducido a la mitad se pasa por un paño fino y se le da un hervor con una clara de huevo batida a punto de merengue para clarificarla. Luego se vuelve a colar y se vierte en un bol o molde poniéndolo a congelar. Si se quiere dar color dorado, póngasele un poquito de azúcar quemada al empezar a hervir la mezcla.

Nota: Esta gelatina es buena para enfermos.

Ragout de cordero

Las chuletitas de cordero se sazonan y se fríen. En esa misma grasa se fríe mucha cebolla hasta dorar y se le agrega harina. Se ponen las chuletas con tiras de zanahoria, chícharos, unos jitomates y caldo o agua dejando hervir a fuego manso. Al final se le ponen papitas cocidas doradas en grasa.

Ternera a la Périgord

Se fríe muy fina una cebolla, ajo y perejil. Se agrega la ternera en trocitos. Se sazona y se le pone vino blanco y un poquito de nuez moscada. Al estar tierna se le echa un poco de harina tostada. Aparte, se le agregan champiñones hervidos, trufas o papitas.

Salsas

Salsa de crema

Es muy parecida a la salsa blanca sólo que se le agrega perejil,

cebolla picada muy menudita y, si se tiene, un buen trozo de nata. La nuez moscada le da el sabor.

Salsa de perejil

Se machaca en el mortero una miga de pan mojada en vinagre y una porción de perejil (ramas y tallos). Bien molido todo se le agrega caldo Knorr. Esta salsa se recomienda para usar en pescado o almejas.

Salsa para aves

En manteca se dora harina, se le añade una copita de vino blanco y se deja sazonar. Una vez fuera de la lumbre se le agregan dos yemas batidas y unas alcaparras. Esta mezcla se vierte sobre las piezas de ave cocidas, asadas o fritas.

Salsa para langostinos

Se cuecen los langostinos con un poco de agua, vino blanco, perejil, cebolla y sal. Se limpian y las cáscaras se muelen con algo del agua en la que hirvieron los langostinos y se cuelan con un colador fino. Luego se dora harina y se le agrega este caldo colado hasta que espese. Se separa de la lumbre y se le agrega una yema. Con esta salsa se bañan los langostinos.

Salsa rubí

Se fríe en manteca jamón picado. Se le añade harina y se le deja dorar, se añade caldo y se sazona con pimienta.

Salsa sabrosa

Se sofríen jamón y cebolla en ruedas. Se sazona con sal y pimienta y se le agrega caldo. Todo esto se pasa por un colador y se le agrega una yema de huevo.

Postres

Bizcotela

Se baten seis huevos con seis cucharadas de azúcar y seis de harina. Las claras van a punto de turrón. Se añade el azúcar, las yemas, se bate todo de nuevo y por último se agrega la harina. Se pone en una charola extendida a horno suave y se corta en tiras.

Crema Chantilly

Se baten seis claras a punto de merengue y se le añaden 200 g de azúcar pulverizada. Aparte, se bate mucho medio cuarto de crema. Se mezclan las claras con la crema batiéndolas poco a poco para que no se corten.

Crema de agua

Se ponen a la lumbre 4 ½ tazas de agua y una taza de harina, agregándola poco a poco y moviéndola mucho para que no se hagan grumos. Añadir un poquito de sal, 100 g de mantequilla, una raja de canela y por último 1 taza de azúcar. Se cuece a fuego lento sin dejar de mover por una hora. A medio enfriar, agregar 6 yemas de huevo batidas, se quita la canela y se revuelve un rato. Esta crema es la propia para rellenar «teresicas».³

Marrons glasés

Pelar las castañas y cocerlas muy apretaditas para que no se rompan. Se les quita la segunda piel y se escurren para que suelten el agua. Se hace un almíbar espeso con una varita de vainilla. Cuando espese, se agregan las castañas hasta dar un hervor. Cuando ya se ven cubiertas, se sacan y se ponen a secar sobre una superficie de mármol.

³ Las teresicas son un postre típico de las fiestas de Carnaval en Asturias [N. del E.].



Créditos

Fundación Herdez

Héctor Hernández-Pons Torres

Presidente

Carmen Robles Beistegui

Directora

Compartir. Recetas caseras de los años veinte

Primera edición: septiembre 2021

Los materiales publicados en este cuaderno se reproducen con el permiso de los propietarios de los derechos de autor. Ningún material del contenido o de cualquiera de sus partes puede ser copiado, modificado, publicado, distribuido, vendido o traducido sin el permiso explícito y por escrito de la Fundación Herdez.

Todos los derechos reservados, 2021. Hecho en México

D.R. ©Fundación Herdez, A.C., Calzada San Bartolo Naucalpan núm. 360,

Col. Argentina Poniente, C.P. 11230, CDMX, México.

www.fundacionherdez.com

ISBN: 978-607-8172-60-3

Fotografías: p. 4, San Pascual Bailón, santo patrono de los cocineros. Mosaico.

Museo Galería Nuestra Cocina Duque de Herdez, Fundación Herdez.

p. 8, Metate. Piedra volcánica. Museo Galería Nuestra Cocina Duque de Herdez, Fundación Herdez.

Concepto y coordinación editorial: Content-Lab

Recetas: América Paullada viuda de Elías †

Contexto histórico: Roberto Bernal

Corrección de estilo: Valentina Gatti

Fotografía: Pablo Morales

Diseño editorial: Yosceline Hernández

Transcripción: Anilú Elías

Identidad gráfica: Rigo Rocha

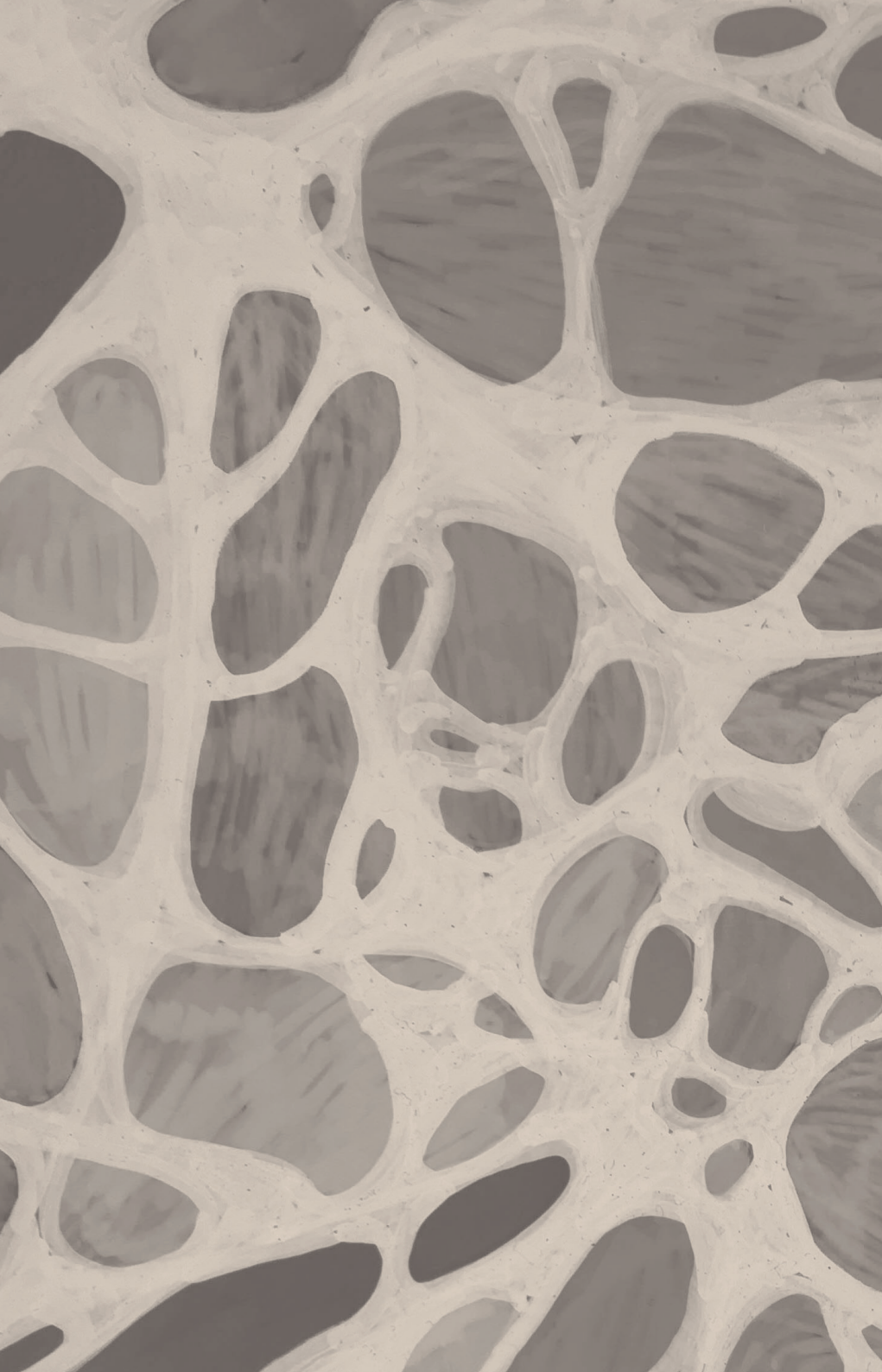
Impresión: CPG-Consultores en Producción Gráfica

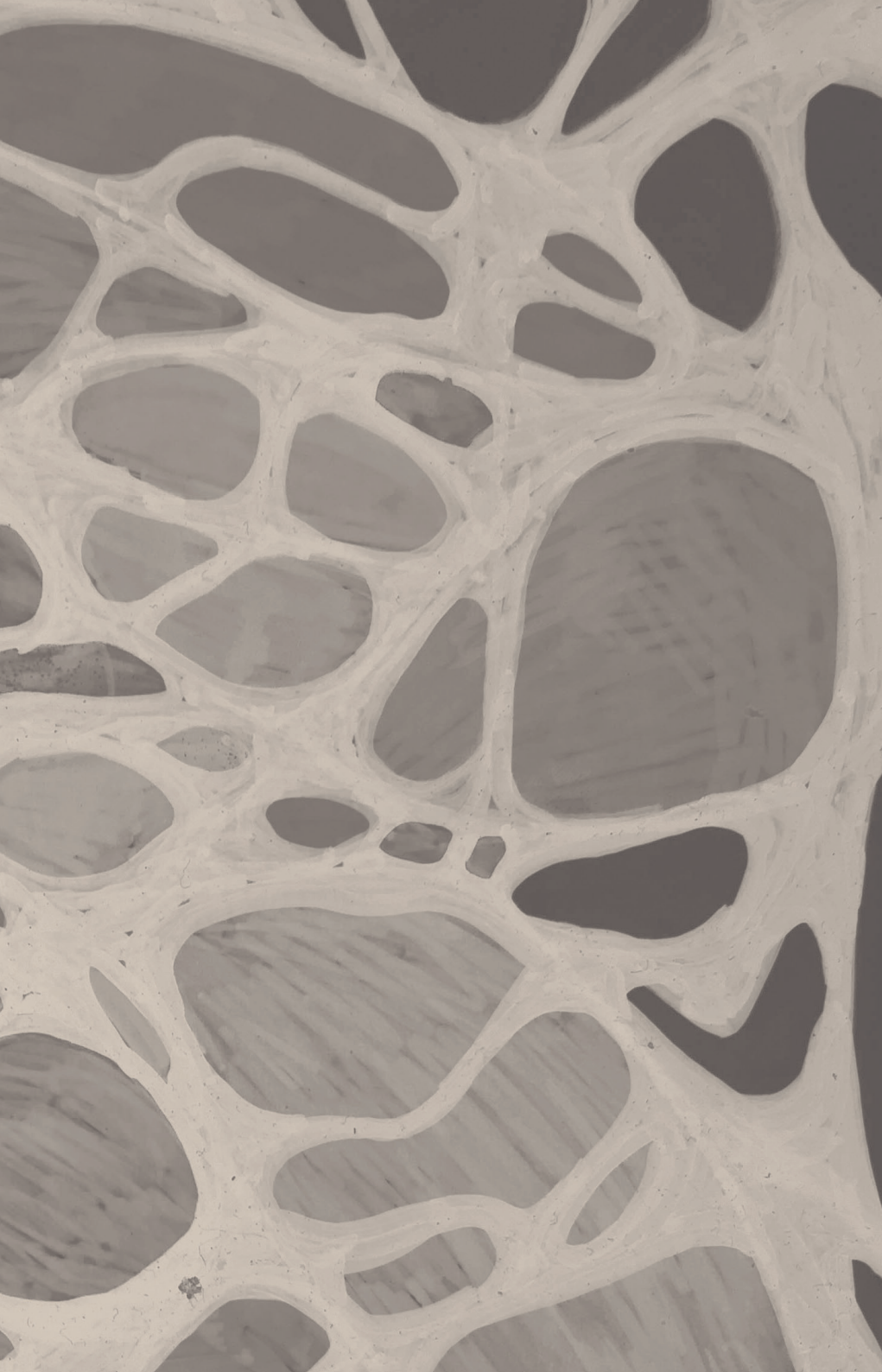
Se terminó de imprimir en septiembre de 2021,

en CPG-Consultores en Producción Gráfica.

Las tipografías que se usaron son: Austin Pen, Gill Sans, Lamar Pen y Adelle

El tiraje consta de 500 ejemplares.





**FUNDACIÓN
HERDEZ**



www.fundacionherdez.com

**C O N T E N T
L A B**

www.content-lab.mx