EL ARTE DE COCINAR

"Yo te ayudaré cocinero"
Cicerón

AGAR CROSS & Co Ltd

SUCURSAL— TUCUMAN

ESCRITORIO Y SALÓN DE VENTAS:

LAS HERAS Nº. 575

TELEFONO 465

Artefactos eléctricos de calefacción

TOSTADOR DE PAN

TETERA ELÉCTRICA

Surtido

Cocinas eléctricas
Planchas para usos
domésticos y sastres
Pavas, Cafeteras,
Teteras, Estufas, Calentadores, Tostadores
etc. etc. de la **renombrada** marca **HOT POINT**.

PHILIPS "ARGA"
la mejor lámpara

Completo

Materiales, Artefactos,
y accesorios
para todas clases de
instalaciones eléctricas
Arañas de varios
modelos

Visiten nuestra Exposición

El Arte de Cocinar

Yo te ayudaré cocinero
CICERÓN

EDITADO POR LA CONGREGACIÓN DE HIJAS DE MARÍA
Y DE SANTA FILOMENA DE TUCUMÁN

TUCUMAN
IMP. LA COMERCIAL DE ANIBAL L. MEDINA, C. ALVÁREZ 383
1920

Al Doctor Ernesto E. Padilla, que como gobernador de Tucumán, fomentó el renacimiento de las industrias domésticas y consagró las nobles tradiciones del hogar provinciano.

D. D. D.

HAN COLABORADO EN ESTE LIBRO LAS

Señoras

Enriqueta V. de Gallot
Crisanta F. de Guasch
Guillermina L. de Guzmán
Adela N. de Lumb
Elvira S. de Padilla
Amalia P. de Piossek
Emilia L. de Posse
Mercedes H. de Rougés
Zulema M. de Schmidt

Señoritas

Mercedes Araoz
Isabel Cortés Funes
María Angélica Chueca
Carmen Esteves
Clementina Frías Silva
Amalia Gass
Alcira Guasch
Elena Heller
Lucía López
María Luisa Montilla
María Teresa Nougués
Lola Teran Frías
Lola Viaña
Corina Zavalía

Señores

Alberto Casares Lumb
Doctor Juan Heller
Doctor Juan B. Teran

PRÓLOGO

Un autor clasificó las civilizaciones en la civilización del trigo, la civilización del maiz, la civilización del arroz estableciendo en ese orden la gerarquia de las culturas pertenecientes.

Si la clasificación es de una excesiva simplicidad, contiene el germen de una honda verdad, que la experiencia popular ha concretado en el aforismo «dime lo que comes y te diré quién eres.»

Pero si todos los alimentos analíticamente son iguales y se diferencian solamente en la cantidad de sus cuatro elementos comunes y fundamentales, lo importante, entonces, es graduar la preparación mediante la combinación inteligente.

Tal es el papel de la técnica, la que determina la química y enseñan los cuadros de valores que por ser completo, este libro contiene.

Pero ni la química ni los cuadros de valores enseñan la manera de preparar los alimentos, de convertir la misma dosis de tal o cual proteina, de tal o cual hidro-carburo en el plato que han comenzado a gustar el ojo o el olfato, vigias de confianza que el estómago ha apostado en su camino.

De manera que sería necesario rectificar el aforismo y decir: *dime lo que comes, y como comes.*

Es lo que este libro enseña, dignificando por su origen y ejecución, la función que hicimos mal en el pasado en rebajar de su puesto de la mas alta ciencia doméstica y de la mas noble faena femenina.

Haberla abordado es una prueba de energía desde luego, y tambien de distinción porque incorpora a la actividad femenina un campo que la frivolidad excluyó, pero es, sobretodo, un testimonio de cultura por la suma de estudio, de prolijidad, de empeño en ennoblecer los menesteres ordinarios de la vida, que implica; y un rasgo inteligente de devoción por el bien puesto que está destinado a llenar con su edición fines de la mas pura cultura espiritual.

Predicar el bien, adornarse con los reflejos que las palabras nobles irradian, es facil y elegante, pero los primeros engañados con su brillo son los predicadores.

Lo difícil es ser capaz de realizar la prédica más penetrante y sin palabras: la prédica de la obra. Y lo que ya, a mas de difícil, es hermo-

so, es poner los ojos y las manos en un asunto, cuya naturaleza misma parece señalarle un papel secundario.

La nobleza del intento penetra entonces la modestia aparente del objeto. No hay objeto que resista a la penetración ennoblecedora del propósito, tanto mas cuanto que la modestia del objeto, como en este caso, era el fruto de un prejuicio desde que el libro de cocina puede ser el consejero de la mas sólida felicidad, que es la alegría y la salud en el hogar el verdadero pritaneo del corazón humano, desde antes que el pritaneo existiera.

El lector dirá, estoy seguro, de que el objeto está alcanzado, que levanta a la altura de un arte, la muestra digna del libro, digna de la lectura amena y útil, digna de mezclarse a las preocupaciones de la mas sutil alma femenina, a esta tarea resguardada e íntima con derecho a tener su musa, que calienta el hogar y anuncia con su humo pacífico el regadeo de las golosinas, el cálido bordoneo de las sobremesas, los mediodías asoleados de Pascuas, con su promesa de pasteles.

Han hecho bien las autoras en ayudar a los demas a gustar el placer que ellas conocen. Sale del hogar el libro y va hácia el hogar Que sepa el lector, para avalorarlo, que quien ha organizado la tarea de muchas, lo ha hecho,—raro privilegio de distinción—entre un nocturno de Chopin y una sonata de Beethoven.

Es un placer y un honor insignes para mi, incorporar mi nombre y batir mi aplauso al gesto de cultura, de bien, de simpatía que este libro describe.

JUAN B. TERAN

INTRODUCCIÓN

POR

LA SEÑORA AMALIA PREBISCH DE PIOSSEK

La gracia de la mujer y la poesía del hogar se manifiestan en el modo de preparar la mesa.

Como se arregla la mesa.

Manera de servir.

La hora del te.

Manera de servir los vinos.

DE ALBERTO SAMAIN

EL ALMUERZO PREPARADO

Hija mía, tu padre va a llegar.... Corre, ufana,
guarda allá tu labor, y tu aguja, y tu lana;
tiende el blanco mantel con el pliegue flamante,
pon la loza y los vasos, todo claro y brillante.

En la copa redonda con el ansa enarcada
y sobre hojas de vid posa la uva dorada;
que un pesado racimo de uva azul aparezca
entre rojos duraznos de pelusilla fresca....

Así que las canastas repletas de pan dejas,
cerrando las ventanas, ahuyenta las abejas;
y mientras el sol cuece por fuera las paredes,
juntando los postigos, hacer la noche puedes....
Habrá en la sala, entonces, en sombra sumergida,
un sano olor sabroso de fruta preferida....

¡El pozo guarda una agua tan limpia, helada y pura!
El cántaro bien lleno, de vuelta ya, procura
que deje lentamente—¡será tanto el frescor!—
suspenderse a sus flancos un ligero vapor.

He intentado traducir para vosotras lectoras, esos versos de Samain—¿Conseguiré haceros sentir la honda, sana y siempre fresca poesía de la sencilla vida de familia, que emana de ellos? Nada mas deseo.

Las plácidas figuras de la madre y la hija que idealizan «simplemente» los ordinarios quehaceres del hogar, os harán pensar que las mujeres delicadas saben llenar de poesía las cosas donde se posan sus manos y sus pensamientos.... Cada cual en su ambiente, con exiguos o múltiples recursos, tiene en sus manos la paz y la dicha de «alguien». Y esos detalles del hogar, reveladores inequívocos del espíritu de una mujer, son hacedores de felicidad.

Por eso es para vosotras este libro, con sus consejos y sus pequeñas indicaciones, que, tocados por la gracia de vuestro espíritu y la gentileza de vuestras manos, sabrán ser otros tantos versos.....

VED EN TANTO
CÓMO SE ARREGLA LA MESA

Cubridla, ante todo, con una gruesa tela de lana que, destinada solamente para eso, disimule los ruidos desagradables de la porcelana y los cubiertos; al par que preserva al mueble de muchos deterioros. Dejad caer el mantel a una distancia de treinta y cinco centímetros, mas o menos, del piso. Dejadlo caer sencillamente, blanco, suelto, recien desdoblado..... Con adornos o sin ellos, su encanto está en su blancura.

Arreglad la mesa. Ornadla. Buscad para ello flores y frutas. Nunca las uséis artificiales. Las cosas para ser bellas, deben ser útiles y verdaderas. Verdaderas. Aprovechad para colocarlas, fuentes de plata de porcelana o cristal, cuyo estilo y proporciones ordenarán la acertada colocación del adorno natural.

Si la mesa es grande, distribuid una fuente en el centro y dos mas en dirección de los extremos. Vuestro tacto evitará las aglomeraciones.

¿Teneis una linda randa tucumana?

Realzad sus graciosos motivos de labor colocando debajo una tela de seda de apagados tonos. La plata brillante, el cristal purísimo, la pálida porcelana, se destacarán noblemente sobre el encaje.

¡Os imaginais una fuente pulida de plata, donde surjen del agua cristalina, ramitas alegres de flor de durazno, erguidas, gráciles, rosadas como niñas? Sobre una fuente así, plateada, yo he visto, como flotando en el agua, unas rosas blancas, sobre sus ojas verdes, limpias, frescas....

¿Habeis adornado alguna vez vuestra mesa con margaritas? Parece que ellas reclamaran el vaso de cristal, donde han de transparentarse sus desnudos tallos. Blancas y amarillas, se alzan sobre el vaso, con cierto gesto aristocrático; que no os impide pensar en los floridos campos.

¿Alguna vez pusisteis unos pequeños gajos de naranjo, cuajados de azahar, en un florero chato, no muy amplio, y olvidásteis de una ramita que cayó al pié del vaso, sobre el mantel? La hermosa hoja del naranjo, brillante y fuerte, se destacó, entonces, sobre su blancura, y, entre lo oscuro de la hoja, surgió la estrellita nívea del azahar..... Y habreis sido parcas en usarlo, pues su perfume es insistente.

Demasiado sabeis de la nobleza de las rosas. Cuando las coloquéis, no les quitéis su aire de reinas. Dejadlas solas, con sus hojas, sus tallos brillantes y sus agudas espinas. Si aceptan algunas veces el

homenaje de unos helechos tenues, y el conjunto adquiere cierta típica frescura, no dejan de velar su severa majestad.

¡Qué encanto tienen las flores silvestres, los ingenuos ramilletes campesinos! Menudas, gentiles y tiernas, no gustan de la luz artificial. Guardadlas para el almuerzo. Son esquivas y suelen dormir temprano.

Hay un adorno delicioso, del que casi todas podéis aprovechar. Me refiero a los viejos mates de plata, que sirvieron a nuestras abuelas, que en la tertulia familiar vieron gentiles maneras y oyeron cosas gentiles, y puestos sobre vuestra mesa, llenos de flores, constituirán un detalle elegante y evocador.

¿Y los añejos cacharros indios? Vedlos ya sobre el mantel. Ya no os hablan de las abuelas. Tienen siglos encima.... Y sin embargo, observad en algunos el contorno prolijo, las formas de admirable proporción y el oscuro dibujo enigmático, caprichoso y siempre encantador. Si conseguís unos cardos en flor, arregladlos en vuestro cacharro. El color delicado de las flores, el verde esquivo de las hojas, se avienen perfectamente con el de la tierra. Así, lleno de cardos, tendrá un aspecto huraño de callada melancolía. No intentéis quitárselo añadiendo otras flores mas alegres. Dejadlos como son: el cacharro cargado de siglos y los cardos de olvido..... Tendríais, os lo aseguro, un adorno muy original.

¡Qué idea de frescura, de sencilla abundancia dan las frutas, primorosamente arregladas sobre la mesa! Es difícil que podáis tenerlas siempre con sus gajos y hojas. Pero es fácil que los reemplacéis. Las ramitas y hojas de naranjo, por ejemplo, realzan cualquier fruta que se acerca a ellas. Tened cuidado de arreglarlas entre la fruta un momento antes de la comida. Conservarán asi la frescura del agua que las ha lavado, y alguna vez quedará en ellas, temblando, una gotita....

Aprovechad siempre de las bellísimas naranjas. La viveza del color de la fruta, la lozanía de la hoja, la clásica armonía de la rama, que sabréis disponer en sentido horizontal, formando un conjunto mas chato que alto, utilizando fuentes apropiadas, os proporcionarán un centro de mesa artístico y regional..... Y si en una de las graciosas tipas tucumanas—pequeñas y prolijas—las disponéis así para un almuerzo íntimo, os aseguro que quedaréis satisfechas.... Imagináis esas mismas tipas cargadas de uvas y duraznos, de higos blancos y oscuros, entre las hojas verdes, sobre el claro fondo blando de la paja? Porqué no dejáis que, entre las hojas, cuelguen algunos racimos sobre el mantel?

En fin, lectoras: el buen gusto, el deseo de vivir agradablemente, el espíritu refinado, os harán ver en cada flor, en cada fruta, en cada vaso, un motivo de adorno que sabrá prestarse a las mas variadas combinaciones. Desechad lo superfluo. No amontonéis ni las frutas, ni las flores..... «Nada excesivo» dijeron los griegos. Y os volveré a decir: «todo verdadero»,

Seguidme, pues: Coloquemos los platos a una distancia mínima de cincuenta a sesenta centímetros, uno playo ante cada asiento; a su derecha la cuchara y el cuchillo; a su izquierda el tenedor. Poseyendo mucho servicio, habrá tantos cubiertos como platos a servir- En caso

contrario, el sirviente levantará, junto con el plato, el cubierto usado para traerlo nuevamente limpio.

Delante de cada plato, y ordenadamente puestas, irán las copas, según los vinos que acompañarán a la comida. Habrá una para agua, otra para vino común, la destinada a vinos blancos—de un color verde o rosado—y, si es preciso, la de champaña.

Doblada con sencillez, colocad la servilleta a la derecha. A ese mismo lado, una jarra pequeña para agua, un salero, el pan y un platillo sobre el cual arreglaréis el queso con su cubierto de postre.

En las grandes comidas es necesario poner el menu. Se colocará sobre la servilleta. Y en este otro delicado detalle, pondréis también a prueba vuestro refinado buen gusto, si los presentáis pintados a mano, ya sea a la pluma o a la acuarela, en papel-tela, cartulina o imitación pergamino, con un dibujo alegórico según el motivo de la comida

MANERA DE SERVIR

En cuanto los invitados toman asiento, el sirviente pasará la fuente, presentándola primero al lado izquierdo de la invitada o invitado mas caracterizado por su edad o posisión, el cual ocupará el sitio de honor, es decir, la derecha de la dueña de casa. Continuará con los asientos que sigan a este.

La sopa, o puede ser servida por el sirviente o cada comensal puede servírsela. En tiempo caluroso puede estar lista, en cada asiento antes de que los invitados pasen al comedor.

Haced servir los vinos por el lado derecho, siguiendo el órden que se siguió al servir el primer plato. Que el sirviente esté siempre atento para llenar las copas vacías, como tambien para servir pan a los invitados cuando fuere necesario.

La mesa mejor puesta perderá su encanto si permitís que las botellas de vino estén en ella Haced que el sirviente las traiga del antecomedor y las lleve oportunamente.

Antes de servir el postre, la mesa quedará limpia de los restos de pan: el sirviente con una servilleta doblada, las recogerá en un plato apropiado o en una bandejita. Levantará, también, los saleros, colocando los platos de postre y los cubiertos.

Si servís fruta, ordenad se coloque en ese momento, a la derecha del comensal, un bol de plata o cristal con agua y una rebanadita de limón. El sirviente sabrá presentarlos en una bandeja, con una servilleta chica para secarse las manos, y los retirará inmediatamente después de usados.

MANERA DE SERVIR EL TÉ

He aquí, señoras, un momento delicioso en vuestro hogar. La hora le da un encanto íntimo: parece mas propicia a la alegría. Os sentís quizás más activas, y con deseos de acoger lo mas agradablemente posible a vuestros invitados.

Haced servir el té en el comedor o en el hall. Si es en éste,

dispondréis de una mesita apropiada, con diversos compartimentos, donde, primorosamente colocados, irán los dulces y masas. Ayudad al sirviente a servir: sed gentiles. Presentad vosotras mismas la taza a los invitados. Y si poseéis una de esas prácticas y elegantes mesitas con ruedas, tomáos la tarea de llevarla, de deslizarla más bien, de un lado a otro del hall. Invitad a cada uno a levantar su taza, a proveerse de lo preciso. Esto es sencillamente encantador y animado.

Si los invitados son muchos, servid en el comedor. Tendréis a un lado de la mesa un pequeño mantel ornado de encajes, y sobre él, la tetera, la azucarera, masas y dulces en general; se arreglarán prolijamente cuidando hasta el último detalle.

Y aquí os doy uno muy sutil:

Colocad la manteca sobre platitos de cristal recortado o porcelana, dándole la forma de una rosa. ¿Cómo? Ayudáos de una cuchara de postre y una cucharita chica para formar los pétalos. Ponedlos con cuidado en los platitos, y, una vez hecha la flor, arreglad con toda naturalidad un tallito con hojas de rosa. La flor resulta perfecta.

MANERA DE SERVIR LOS VINOS

Servid el Jerez inmediatamente después de la sopa, en copas chicas. El Sauterne, vino del Rhin o cualquier otro vino blanco, irá siempre helado, en copas de color, y seguirá al plato de pescado. El Burdeos o los vinos tintos, se han de servir sin enfriar, en copas comunes de vino, y acompañarán a las entradas, (platos de aves, carne o verdura). Haced servir el Champaña con el asado; el Oporto, con los postres; los licores, con el café.

No es de rigor servir todos estos vinos; pero, en una comida de etiqueta; no se puede suprimir los blancos, tintos y el Champaña, que, faltando el Oporto, ha de acompañar a los postres.

Durante el almuerzo puede servirse, en verano, el delicioso Clericot, que haréis con vino blanco, rebanaditas de limón agrio, azúcar, frutillas o fresas. Servidlo muy helado. En el invierno, obsequiad con Burdeos, agregándole un poco de agua caliente, azúcar, y una varita de canela.

Hay, para estas bebidas, unas esbeltas jarras grandes, con tapa de plata o de cristal.

Y mientras las comidas transcurren, mientras el vino del Rhin dá reflejos en las copas de cristal, y el Champaña burbujea alegre; mientras el te rubio y oloroso incita a beberlo en la taza coqueta y liviana, dad vida a cada cosa con la animación de vuestra charla; buen tono, con vuestras sabias maneras.... Gentil donaire y «gracia interior» envuelven y sutilizan todo lo que os rodea.

Sed agradables a quienes invitasteis a vuestra casa. Y sed, cada día, agradables y encantadoras para quienes se sientan de ordinario a vuestra mesa y tienen en vosotras su felicidad.....

AMALIA PREBISCH DE PIOSSEK

ALGUNOS CONOCIMIENTOS

PRÁCTICOS Y CIENTÍFICOS

SOBRE

ALIMENTOS, SU VALOR NUTRITIVO, TABLA

DE VALORES, ETC.

ALIMENTACIÓN

Considerando que será de alguna utilidad el conocimiento del valor alimenticio de los productos, bien sean vegetales o animales que se emplean en la preparación de las diferentes comidas, damos a continuación unos ligeros apuntes, que podrán ilustrar el criterio de las personas que se interesen, en que la buena mesa no solo consulte las delicadezas del paladar, sino las necesidades fisiológicas.

Estas anotaciones han sido sacadas de interesantes tratados de higiene, habiendose procurado unicamente simplificarlas cuanto ha sido posible.

La alimentación para ser buena debe ser mixta, empleándose en ella productos animales, vegetales y minerales.

No todos los individuos necesitan igual alimentación; un adulto en plena actividad se calcula que pierde 2.4oo calorias en las 24 horas, lo que quiere decir que los alimentos que ingiera deberán producir una cantidad equivalente en calorias para mantener el equilibrio.

Las personas de vida muy activa necesitan mas alimentos.

El trabajo según su fuerza necesita aumento de calorias.

El obrero que trabaja recio necesita una alimentación suficiente para producir de 3.8oo a 4.8oo calorias diarias.

La edad influye en la alimentación, diferenciándose la del niño' la del adulto y la del viejo.

La mujer come menos que el hombre.

El tiempo y el clima son factores que deben tenerse en cuenta, en verano se come menos que en invierno y en los paises frios se ingiere mayor cantidad de grasas.

Los alimentos deben componerse de albuminoides, grasas, hidrocarburos, agua y sales.

La albúmina se toma de la carne, manteca, leche, queso, etc. de los vegetales, cereales y leguminosas tambien puede tomarse pero resulta que la cantidad no está en relación con el volumen y habría que ingerir una gran cantidad.

Los hibrocarburos se obtienen de los vegetales. Las grasas de la carne, leche, manteca, queso etc.

La manteca es un producto de mucho alimento. En la preparación de las comidas debe emplearse con preferencia manteca o aceite, solo en ultimo caso se recurrirá a las grasas de cerdo o de vaca, teniendo el especial cuidado de que sean frescas.

El queso blando es un alimento de los mas completos y de fácil digestión.

ALIMENTOS ANIMALES

Entre estos figura en primer termino la leche, que en el arte culinario, se emplea en una infinita variedad de formas, haciéndola agradable.

Es un alimento de primer orden y desempeña un papel importante en la alimentación de los enfermos, especialmente de los del riñon y los arterioesclerosos.

Un adulto necesita diariamente 1oo gramos de albumina, 4oo gramos de hidratos de carburo y 6o gramos de grasa lo que representan 27oo calorías que es lo que producen 4 litros de leche.

De la leche se saca la crema, manteca, queso, etc. alimentos de cuyos valores ya nos hemos ocupado.

LA CARNE

La carne es un alimento de gran importancia razón por la cual su uso es indispensable, salvo en casos determinados en que por prescripción médica haya de prescindirse de ella.

La carne mas rica en albuminoides es la de novillos y gallinas en general.

La mas rica en agua es la de ternero y cerdo; los terneros y cerdos tienen mayor cantidad de grasa, siendo la carne de chancho de fácil asimilación.

La carne mientras mas gorda contiene menos albúmina.

Es un error imaginar que la carne hervida pierde sus propiedades alimenticias, la carne de puchero debe hervir dos horas, si se desea un caldo sabroso se pone la carne en agua fria, en cambio si se quiere que la carne conserve mas sabor se cuece en agua caliente.

La carne asada es menos digerible que la hervida. El asado no debe hacerse en grandes trozos, sino lo suficiente para que todas sus partes recíban igual grado de cocción,

Los befsteack delgados y flacos constituyen un alimento bueno y fácil de digerir.

La carne frita en cualquier forma que sea, piensan algunos autores que es mas digerible que la cruda.

La carne cruda es peligrosa por los parásitos que puede contener, pero se digiere facilmente.

Las carnes flacas son buenas en general. Con el pescado hay que tener mucho cuidado, si no es muy fresco es peligroso.

ALIMENTOS VEGETALES

Estos alimentos provienen principalmente de los cereales como ser: el trigo, centeno, cebada, avena, maiz y arroz.

Todos estos se emplean como harinas, con excepción del arroz y el maiz que se usan mas en grano.

El maiz en forma de harina es un alimento excelente, pero el uso de la mazamorra a pesar de ser de dificil digestión, ha tomado su puesto.

El arroz es un gran alimento y se digiere facilmente.

Las leguminosas despues de los cereales constituyen los alimentos vegetales mas ricos.

Entre estas figuran en primer termino las habas, lentejas, arvejas, porotos, y garbanzos, pero son de dificil digestión, deben cocerse durante mucho tiempo, la mejor forma de emplearse es la de puré pasándolas por el tamiz.

Cuando no son frescas deben remojarse largo tiempo en agua tibia, para poder quitarles la piel antes de cocinarlas.

Las harinas de estas leguminosas son muy buenas, pero a condición de ser frescas, sino son perjudiciales.

Las papas y las batatas, son pobres como alimento, pero siendo agradables y prestándose a variadas preparaciones, con un gran recurso para la preparación de muchos alimentos.

Las papas brotadas son peligrosas.

El chuño se saca de la papa.— La tapioca del centeno. Las frutas, frescas o conservadas, son un alimento excelente, especialmente la banana que es de gran valor.

El té y el café son estimulantes útiles de la digestión, las bebidas alcoholicas tomadas con moderación, desempeñan igual papel.

El chocolate es de digestión relativamente dificil.

ALIMENTOS MINERALES

El agua ya se sabe que es indispensable para censervar la vida al individuo y su aplicación figura en todas las formas de la alimentación.

La sal por sus propiedades tónicas es un factor importante, su uso está consagrado, pero hay casos en que por prescripción médica ciertos enfermos deben privarse de ella.

EL CUERPO SANO

COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

Debemos estudiar ahora las substancias que son aptas para servir de alimento al hombre. Una substancia que puede ser usada por el cuerpo, proporcionándole material para construcción o reparación, o energía para el calor y trabajo, se llama nutrimento. Hemos visto que un propósito de la comida es proporcionar al cuerpo calor y poder para trabajar. Estas especiales necesidades se llenan por dos clases de nutrimentos: carbohidratos (féculas, dextrina y azúcar) y grasas. El material para reparar el cuerpo lo proporciona otra clase de nutrimentos llamados proteinas. Estos—los carbohidratos, las grasas y las proteinas—son las tres grandes clases de nutrimentos. *Existen además:*

Sales, que son esenciales no sólo para los huesos, sino para todos los tejidos vivos del cuerpo. (Por sales no queremos decir «sal de mesa», sino combinaciones orgánicas de cal, magnesia. fósforo, potasa y otros elementos);

Substancias sápidas, que hacen la comida agradable al gusto;

Celulosa, substancia indigesta que se encuentra en todos los alimentos vegetales, la cual es esencial para dar volúmen a la masa y estimular la actividad del estómago e intestinos;

Vitaminas, substancias sutiles que se encuentran en los alimentos frescos, crudos y que son absolutamente necesarias para la completa nutrición del cuerpo. Estas substancias son tan refinadas y tan activas que se sabe muy poco de ellas, salvo el hecho de que existen y que posiblemente se destruyen por la cocción. El escorbuto de los marinos se debe al uso exclusivo de comidas cocidas. Los alimentos en conserva son especialmente objetables.

Ya hemos aprendido que la fécula está constituída por ácido carbónico, que procede del aire, y agua, que extrae de la tierra. La fécula es el mas abundante de los nutrimentos. Se encuentra en todos los granos y vegetales, y en las frutas verdes, aunque no en las maduras.

La fécula consiste en pequeños gránulos, cada uno de los cuales está encerrado en una pequeña envoltura compuesta de una substancia leñosa, llamada celulosa. Por esta razón, la fécula cruda, no puede digerirse bien por el ser humano. El proceso de cocción rompe la envoltura y suelta la fécula, la cual entonces puede ser influida por los fluidos digestivos del cuerpo.

El azúcar, aunque muy distinto de la fécula en apariencia y gusto,

es casi igual en composición. Cuando se digiere la fécula, se convierte en azúcar. El azúcar se encuentra en todas las frutas y en muchos vegetales, tales como el maiz, la remolacha y la batata. Hay diferentes clases de azúcar. El que se extrae de frutas lleva este nombre. Una substancia dulce que se halla en la leche se llama azúcar de leche. Una azúcar peculiar producido en la germinación o grana se llama azúcar de malta o maltosa. El azúcar que proporcionan la caña, la raiz de remolacha o la savia del arce es llamado azúcar de caña.

Las grasas se encuentran tanto en los alimentos vegetales como en los animales. La manteca, el tocino y el cebo son las principales formas de grasa animal empleada como alimento. Los aceites vegetales provienen especialmente de las nueces, de varias semillas, tales como las del algodón, y de frutas oleaginosas como la aceituna.

Las proteinas cantienen el carbono, hidrógeno y oxígeno que se hallan en las grasas, y además contienen también nitrógeno, y por tal causa a veces se les llama alimentos nitrogenados. Las proteinas abundan en los alimentos animales,—carne (pulpa), leche, queso y huevos.— De los alimentos que proporcionan las plantas, se encuentran especialmente proteinas en las nueces, guisantes, habas y lentejas, aunque también están contenidas en los granos y en cantidades muy pequeñas en la mayoría de los vegetales.

Lista de alimentos comunes ricos en proteinas, grasas y carbohidratos

PROTEINAS	GRASAS	CARBOHIDRATOS
(Animales)	(Animales)	
Leche	Leche	
Queso	Crema	
	Mantequilla	
Huevos	Yema de huevo	
Carne	Sebo	
	Tocino	
	Carne gorda	
(Vegetales)	(Vegetales)	(Vegetales)
Legumbre	Nueces	Todos los cereales, todas las comidas hechas de cereales.
(Guisantes, habas, lentejas)	Aceite de coco	Féculas vegetales, especialmente la patata irlandesa, batata, choclos, guisantes frescos, frutas dulces, higos, bananas, manzana, ciruela, Pera, Uva, Azúcares Legumbres, Castañas y otras frutas secas.
Nueces	Aceite de oliva	
Harina de avena, trigo	Otros aceites vegetales.	

Los carbohidratos y grasas están compuestos de los mismos elementos (carbono, hidrógeno, oxígeno) y sirven para los mismos usos en el cuerpo. Son el combustible o alimentos que dan energía, y son consumidos por el cuerpo para sacar calor y poder para trabajar.

USO DE LOS DIFERENTES ALIMENTOS

Cuando no se necesitan para un uso inmediato, pueden ser almacenados en los tejidos del cuerpo, igual que el carbón se almacena en el

tender de una locomotora, para usarlo cuando se necesite.

Las proteinas son los nutrimentos más importantes porque proporcionan los materiales de construcción para el cuerpo. Exactamente como los carbohidratos y grasas corresponden al carbón quemado en la locomotora, las proteinas corresponden al hierro, bronce y otros materiales de que la locomotora está fabricada. El nitrógeno, que sólo existe en la proteina, es el elemento indispensable para la formación de las células, y es ésto lo que dá su gran importancia a los alimentos que contienen proteina. Un niño que crece, cuyo cuerpo está en construcción, necesita estas comidas nitrogenadas en mayores cantidades que una persona completamente desarrollada, y que necesita sólo el material necesario para restauraciones. Los alimentos que la naturaleza ha provisto para el uso del animal joven son ricos en proteinas. El blanco o clara del huevo, del cual saldrá el pollito, está completamente compuesto de este elemento. La leche, que es el alimento natural para los animales jóvenes, tambien contiene abundancia de proteina.

Las proteinas pueden ser quemadas en el cuerpo para dar energía, pero su uso principal es para material constructivo. No hay provisión en el cuerpo para el almacenamiento de las proteinas, o alimentos constructivos, como hay para los alimentos combustibles; de ahí la importancia de tomar justamente la propia cantidad cada día.

Ciertos *minerales* se necesitan en pequeñas porciones. De éstos la sal común es el más familiar. Se encuentra en suficiente cantidad en la mayoría de nuestros alimentos, pero a menudo agregamos más al cocerlos y comerlos,—con frecuencia demasiada. La cal, que entra en la construcción de los huesos y es especialmente necesaria para el niño que crece para el desarrollo de su cuerpo, se encuentra en la leche, granos y huevos. Una pequeña cantidad de hierro se necesita para la formación de las células rojas de la sangre. Se le encuentra en algunos frutos, especialmente en la frutilla y en la manzana, en la yema del huevo y en las partes verdes de las plantas. Alimentos crudos, como el apio y la lechuga, son valiosos para los minerales que contienen.

Otra substancia muy valiosa para el cuerpo es el agua, la cual, como sabemos, constituye una gran parte del cuerpo. El cuerpo pierde agua especialmente al expulsar los residuos. Pero además de esa que es llevada por los intestinos y los riñones, el agua tambien pasa constantemente a través de los pulmones y la piel, en la forma de un vapor invisible. La humedad del aliento puede verse cuando uno está al aire libre en una mañana fría. Cuando uno practica ejercicios violentos o está expuesto a un gran calor, el agua expulsada por la piel es visible en forma de transpiración. La cantidad de agua perdida diariamente es de uno a dos litros, y esta pérdida debe reemplazarse bebiendo o agregando agua a nuestras comidas.

Además del agua que bebemos, entra una considerable cantidad en nuestras comidas. Hasta los llamados alimentos secos, tales como el arroz, guisantes, etc., contienen un poco de agua, y otros alimentos están en gran parte formados por ella. Las papas, por ejemplo, contienen más del ochenta por ciento de agua.

Otra substancia que es absolutamente necesaria para la vida y el trabajo de las células, es el oxígeno, el cual obtenemos del aire. Si la provisión de oxígeno se extingue en el cuerpo sólo por unos momentos, el fuego de la vida se apaga.

Un veneno es justamente lo opuesto de un alimento. En vez de nutrir el cuerpo, se mezcla con la vida y el trabajo de las células, perturbándolas de tal manera hasta causar enfermedades y la muerte. Una buena comida no debe contener ninguna substancia que sea en alguna forma dañosa al cuerpo

Ha habido en recientes años mucha discusión sobre si el alcohol es o no un alimento. El alcohol paraliza las células que construyen huesos y carne. Todos los órganos delicados mediante los cuales el trabajo vital del cuerpo se ejecuta, son perjudiciados por él o perturbados en en su trabajo. No solamente los órganos son dañados y debilitados, sino que la tarea de expulsar del cuerpo este agente perjudicial, aumenta grandemente su trabajo.

Ningún alimento preparado para nosotros por la Naturaleza, se compone solamente de uno de los nutrimentos estudiados. Están combinados en los alimentos de la manera que mejor puedan llenar las necesidades del cuerpo. Podemos comer con un rey y tener un menu muy escogido con los alimentos preparados de muy distintas maneras, pero no podemos encontrar en ellos mas que esos pocos nutrimentos que hemos estudiado. Por otra parte, podemos comer con un trabajador, y si tiene en su comida todos estos nutrimentos en las debidas proporciones, nuestro cuerpo estará tan bien alimentado como si hubiéramos comido con el rey.

COMER POR SALUD Y PLACER

La única parte del importante trabajo de la nutrición, que la naturaleza nos ha dejado es la selección de los alimentos y su preparación para digerirlos masticando cuidadosamente. Todo el resto de la tarea se nos da hecha. Sin embargo, cada parte del proceso de digestión, está grandemente influenciada por la manera cómo nosotros desempeñamos nuestra parte de trabajo.

Como una ayuda para escoger los alimentos y un estímulo para conservarlos en la boca hasta que nuestra parte de trabajo esté bien hecha, la Naturaleza ha puesto en ellos toda clase de sabores agradables. Cuando tragamos nuestros alimentos con poca o ninguna masticación, ¿habéis pensado en que perdemos estos sabores y desdeñamos el placer que la Naturaleza nos proporcinó al comer, el cual es de gran ayuda para el trabajo de digestión?

Uno de los interesantes experimientos del Profesor Paroloro, probó que la cantidad y eficiencia del jugo gástrico depende en gran parte del placer de la comida.

El exófago de un perro fué dividido y parte de el conectado con un tubo. Cuando se alimentó al perro, la comida, en vez de pasar al estómago, fué expulsada al exterior por la abertura. El perro, sin embargo, pensó que tenia una buena comida, y el jugo gástrico comenzó inmediatamente a formarse en el estómago y continuó fluyendo mientras se le tuvo comiendo y saboreando los alimentos. Cuando se le dió comida que no le gustaba, no obstante, no hubo emisión de jugo gástrico. También cuando se le introdujo el alimento en el estómago por la abertura, sin que lo supiera, se formó muy poco jugo gástrico y la comida quedó por muchas horas sin ser digerida.

El jugo gástrico que mana al principio de la digestión, como resultado del placer de la comida, ha recibido el nombre de jugo del apetito y se ha encontrado que es el más poderoso y activo de los jugos formados en el estómago. Podemos ver por ésto que cuanto más se saborea la comida, mejor se digiere. Si una persona no tiene apetito y no saborea su comida- no tendrá «jugo del apetito» para recibir el alimento en el estómago y comenzar el proceso digestivo.

¿Habeís pensado en la gran importancia de que el alimento sea atractivo a la vista y sabroso al olfato y gusto? ¿Porqué? ¿Debiera cada bocado conservarse en la boca hasta que se le hubiera extraído el mayor placer posible? ¿Porqué?

Los que desean conservar el cuerpo en el mejor estado de salud deben cultivar el hábito de masticar las comidas hasta que se hayan disuelto todas las partes solubles. Como regla, esto será hasta que haya fluído saliva suficiente para extraer de las comidas todas las substancias que tengan algún sabor En otras palabras, debemos masticar la comida mientras conserve algún gusto.

Se ha encontrado que la digestión bucal es el primero de un nú

mero de cambios que tienen lugar en el canal digestivo. Si el primer paso es imperfecto, los pasos sucesivos es probable que sean más o menos defectuosos. La digestión estomacal no puede realizarse bién salvo que la digestión bucal esté bien hecha. Como sabeís, el estómago no tiene dientes por medio de los cuales puede quebrar y moler los pedazos de comida que hayan sido compelidos a su interior. Cuando el alimento no está bien masticado, debe permanecer en el estómago más tiempo del que debiera, mientras que los músculos estomacales tratan de hacer el trabajo que hubieron de ejecutar los dientes. El jugo gástrico, que por su acidez destruye los gérmenes, después de un tiempo desaparece. Entonces no existe allí ninguna protección contra los gérmenes, los cuales se multiplicarán muy rápidamente, causando la fermentación y putrefacción de la comida. Resulta de ello la formación de gases ácidos. El cólico, la biliosidad, la ictericia y otras serias enfermedades son producidas de esta manera.

ALGUNAS CAUSAS DE INDIGESTIÓN

Deglutir los alimentos sin prestar a la masticación el cuidado debido, es un hábito muy perjudicial, aunque común.

Muchos de nosotros andamos con tal prisa que preferimos hacer uso de alimentos blandos de cualquier género que puedan ser fácilmente tragados sin masticar. Las comidas húmedas, tales como las sopas y potajes, causan el flujo de solo una pequeña parte de saliva que atraería la misma comida en estado seco. Es por consiguiente mejor que muchos de nuestros alimentos se tomen secos a fin de obligarnos a una masticación minuciosa.

Debiera recordarse, sin embargo, que al tomar materias feculentas que ya estén húmedas, la masticación es lo más necesario para desarrollar la cantidad de saliva requerida para la digestión de la fécula. Aún alimentos líquidos como sopas o caldos deben conservarse en la boca hasta que estén bien mezclados con la saliva. En la alimentación de los caballos, los colonos reconocen el valor de una buena masticación. Para conseguirlo poner frecuentemente en el pesebre una cantidad de piedrecitas junto con la comida. El animal se ve así obligado a comer en tan pequeñas cantidades que se evita que coma de prisa.

El beber en las comidas usualmente conduce a tragar alimentos. Estos dos peligros están íntimamente ligados. Los líquidos tomados durante las comidas disminuyen el flujo de saliva y así perturban el trabajo de la digestión. ¿Porqué? Los líquidos muy frios son en particular muy malos, porque disminuyen la temperatura del estómago demasiado, y paran el proceso digestivo. Una temperatura de 38° C. es necesario para la digestión. Se ha observado que un vaso de agua helada baja la temperatura del contenido del estómago a 21° C. y que pasó más de media hora antes de que se restableciera la temperatura normal. De ahí que todo el proceso digestivo fué retardado en media hora. Igual cantidad de helado hubiera producido un efecto mucho más marcado.

Las bebidas calientes, al paso que excitan el estómago, tienden a rebajar y debilitar sus músculos y disminuir el vigor digestivo. También destruyen ciertos elementos útiles de la saliva. El más alto grado de actividad digestiva parece asegurarse con el empleo de comidas a una temperatura algo menor que la del cuerpo o a la temperatura ordinaria.

La mejor ocasión para tomar líquidos es al fin de la comida, cuando habrá poco peligro de beber demasiado. Frutas comidas con los

demás alimentos, o después de ellos, disminuyen la necesidad de beber demasiado en las comidas.

No es bueno de pasarse sin beber cuando comemos alimentos sólidos. Los experimentos demuestran que un vaso de agua, no demasiado fría, tomado con la comida, ayuda la digestión y facilita el masticar. Un buen plan consiste en tomar un vaso de agua fría una media hora antes de la comida y otro vaso al terminarla.

Es necesario una variedad de alimentos para satisfacer el apetito, de lo cual depende en gran parte la buena digestión. El estómago puede, sin embargo, ser fácilmente recargado con una gran variedad de alimentos tomados en una sola comida.

La sencillez es muy importante para la buena digestión. El apetito natural fácilmente se satisface con un corto número de alimentos, simple y sanamente preparados. Ciertos animales como la oveja, la cabra y la vaca, que en el curso de una mañana pueden pastar un centenar de hierbas diferentes, tienen estómagos muy complicados, con cuatro compartimentos. Algunos peces que viven de otros están provistos de más de media docena de estómagos en los cuales llevan a cabo su trabajo digestivo. El hombre con un solo estómago sencillo, a menudo asiste a un banquete que sobrepasaría el poder digestivo de un animal que tuviera muchos estómagos.

Es importante variar de alimentos cada día o en las diferentes comidas, ya que cada alimento proporciona al cuerpo algún especial producto útil.

La digestión de una comida requiere por lo menos varias horas. Como es de suponer, el estómago necesita entonces un periodo de descanso antes de que esté listo para emprender la digestión de cada comida. Naturalmente, si se toman comidas con demasiada frecuencia, el estómago sufrirá tarde o temprano, porque no tendrá descanso. Sabeís que los músculos del brazo se cansan por el constante ejercicio y lo mismo ocurre con los músculos del estómago, que se ejercitan activamente durante la digestión. «Un estómago cansado es un estómago débil». Cuando el estómago se siente débil necesita descanso y sin embargo mucha gente insiste en poner más comida dentro de él, obligándolo así a trabajar cuando se le debía permitir el descanso. Supongamos que se acostumbre ¿que puede suceder al estómago? Habeís conocido algún caso de éstos?

Si se toma una comida antes de que la anterior haya sido digerida y expulsada del estómago, la porción remanente se mezcla con la nueva comida, y permaneciendo demasiado en el estómago está expuesta a fermentar. Así toda la masa de comida es más o menos perjudicada y se vuelve inapta para la nutrición del cuerpo. Lo que aún es peor, el estómago corre el peligro de sufrir graves desperfectos por los ácidos desarrollados.

La cantidad de comida necesaria durante el día depende de la edad, y de la naturaleza y cantidad de los alimentos ingeridos. Un niñito, que toma sólo una pequeña cantidad de comida, facilmente digerida, en cada comida, necesita alimento con frecuentes intérvalos. Cuando crece y las comidas aumentan en volúmen, el intervalo entre comidas debe ser mas largo. Cuando ya tiene dientes y es capaz de comer alimentos sólidos, tres comidas por día son suficientes.

La gran mayoría de las gentes del mundo comen dos comidas al día. Esta es la costumbre de los nativos de la India, de Sud-America y de muchas naciones semi-civilizadas. Entre las tribus salvajes impera la costumbre de una comida al día. Aunque el cazador esquimal anda todo el día en su canoa, desde el alba, no come nada hasta que regresa de su peligroso trabajo al ponerse el sol. Los antiguos griegos, hebreos y

persas no tenían sino dos comidas por día. Es por lo tanto evidente que uno puede nutrirse bien con dos comidas diarias. En tiempos modernos millares de personas han adoptado esta costumbre con evidentes beneficios.

Si alguna clase necesita mas de dos comidas por día, es la de aquellos ocupados en pesados labores musculares. Tales personas pueden digerir mejor una tercera comida que los empleados en trabajos mentales o sedentarios. Si los trabajadores mentales toman una tercera comida, debe ser muy ligera. Todo lo que se ha dicho sobre las comidas demasiado frecuentes, demuestra que la práctica de comer caramelos, dulces, nueces y cosas parecidas, entre comidas es muy dañosa. Es una causa segura de indigestiones, pues, el estómago no puede soportar mucho tiempo tal tratamiento. Formando ese mal hábito en la niñez, muchas personas ponen los cimientos de muchos sufrimientos debidos a la dispepsia.

LO QUE IMPIDE LA DIGESTIÓN

La digestión no puede realizarse bien durante el sueño. Un estómago dormido es muy lento en su trabajo. El jugo gástrico es poco en cantidad y deficiente en calidad, Mala digestión y sueño inquieto son los resultados de comer tarde. A consecuencia del mal hábito de comer antes de acostarse, muchas personas sufren de insomnio, pesadillas y molestias parecidas y por la mañana se levantan muy embotadas, porque el trabajo de digestión ha sido impedido.

Por lo general no debe tomarse ninguna comida dentro de las cuatro horas antes de acostarse, excepto por los niños.

Esto dará tiempo al estómago para terminar su trabajo y pasar los alimentos a los intestinos. Entonces el trabajo de digestión se completará sin dificultad.

Si se toma algún alimento poco antes de acostarse, debe ser solamente frutas maduras. o jugo de fruta, que no requieren digestión, pues, están preparadas para el uso inmediato.

Otra causa de indigestión que se relaciona íntimamente con las citadas, es la irregularidad en las horas de las comidas. Nuestros cuerpos tratan de formarse hábitos regulares. Esto es especialmente cierto con respecto a la digestión. Si se toma una comida a hora regular, el estómago se acostumbrará a recibir alimentos a esa hora y estará preparado para ello Si se come irregularmente, el estómago no sabe lo que espera. Se le toma de sorpresa, por decirlo así, y nunca está en un propicio estado de aptitud para la pronta y perfecta ejecución de su obra. Hay que recordar que la acción de los órganos digestivos, como la de todos los órganos, es ritmica,—es decir, tiene lugar en regulares intervalos o periodos.

Es mucho mejor, sin embargo, omitir una comida que comer cuando no hay hambre, o introducir en el estómago una nueva provisión de alimentos cuando ya contiene algunos en proceso de digestión, o antes de que haya tenido oportunidad de descansar.

El ejercicio violento, tanto antes como después de la comida, impide la digestión. Lleva la sangre del estómago a otras partes del cuerpo, y así lo priva de la energía necesaria para la buena digestión.

Por lo mismo no es bueno comer cuando uno está cansado. La energía precisa para el trabajo de digestión falta en la persona cansada, y el alimento es probable que permanezca en el estómago por algún tiempo sin digerirse. Si una persona muy cansada necesita alimento, só-

lo debe tomar una corta cantidad de comida facilmente digestible. Alimentos nitrogenados, como la carne y los huevos, son especialmente perjudiciales a las personas cansadas. Un caldo con harina de maiz bien hervida, una taza de caldo de verduras, o mejor aún, un vaso de jugo de frutas, es lo mejor para una persona cansada. Los jugos de frutas contienen alimentos aptos para la absorción inmediata.

No solo no debe comerse cuando se está cansado, sino que aún será peor comer cuando se está iracundo o irritado por cualquier causa. ¿Porqué?

CÓMO LA MENTE INFLUYE EN LA DIGESTIÓN

El Profesar Pawlow encontró que no se formaba ningún jugo gástrico en el estómago de un perro si se enojaba o irritaba al animal durante la comida. Algunos experimentos hechos por el Profesor Cannon de la Universidad de Harvard muestran que la digestión en el intestino delgado, lo mismo que en el estómago, es grandemente influida por el estado mental.

Colocó un gato bajo los rayos X, a fin de ver el estómago y los intestinos. Se dió al gato algunos alimentos conteniendo bismuto, lo cual los hacía visibles a los rayos X.

Los jugos digestivos comenzaron a fluir; el estómago e intestinos comenzaron su trabajo muscular, y todo marchaba bien, y el gato se mostraba satisfecho después de su buena comida. Cuando se hizo algo a fin de ponerlo nervioso, dejó de susurrar, y todo el trabajo digestivo comenzó a retardarse. Cuando se puso muy irritado o iracundo y empezó a escupir, los jugos digestivos dejaron de fluir, los músculos pararon su trabajo y todo quedó en suspenso. El trabajo de digestión cesó por completo hasta que el gato volvió a su buen humor. Esto nos demuestra que el estado feliz, pacífico, satisfecho que denota el susurro del gato es lo que más ayuda su digestión.

La mente debe estar alegre, en especial mientras se come y se digiere. ¿Que clase de conversación debe mantenerse en la mesa? Argumentos, discusiones o cualquier asunto de naturaleza desagradable deben ser cuidadosamente evitados.

La antigua costumbre de tener un bufón en la mesa para hacer reir a la gente mientras comía, era buena para su salud tanto como para su humor. «Rie y engorda» es una vieja máxima.

Un apetito natural y sano es la mejor guía para saber cuánto hay que comer: Si uno come en una forma propia, masticando cada bocado hasta que esté líquido, el apetito le guiará en la selección del alimento necesario y reconocerá cuando tenga suficiente proteina, fécula, grasa o ácido. Ya conoceís algo del notable sistema de señales por medio de las cuales el trabajo digestivo es restringido. La regulación del apetito es una parte interesante de este sistema. Hay en el cerebro ciertos centros que han sido llamados «centros del hambre». Cuando el cuerpo necesita alimento, un mensaje es enviado a estos centros del hambre, y desde ellos transmitido a la boca por los nervios del gusto, creando un deseo de comer, que llamamos «apetito».

Cuando se ha recibido suficiente cantidad de cierta clase de comida, los centros del hambre son notificados de que no se necesita más, y el apetito por aquel particular alimento desaparece. El perro de Pawlow continuó comiendo con insaciable apetito durante varias horas seguidas cuando su comida pasaba a un plato en vez de ir al estómago. Mientras que no entró comida en el cuerpo, ningún mensaje fué enviado al cerebro para cortar la provisión.

Cuando uno traga la comida, no puede descubrir cuando ha recibido bastante, porque algún alimento debe llegar hasta la sangre antes de que el centro del hambre toque el timbre, por decirlo así, para hacer cesar el aprovisionamiento. Cuando uno obliga a la comida a pasar rápidamente al estómago, tendrá más de la necesaria antes de que el centro del hambre se percate, y parará solamente cnando esté tan lleno qne yá no pueda tomar más.

DISIPACIÓN DE COMIDA

Podemos ver ahora que los malos hábitos que hemos considerado,—comer demasiado de prisa, beber con exceso en las comidas, y tomar gran variedad de alimentos en una comida conducen a la ulterior mala costumbre de comer demasiado. Los órganos digestivos se sobrecargan al hacerse cargo de una cantidad de alimentos que no precisan. No solo hay allí desperdicio de energía en la digestión, sinó que todo el alimento que entra en el cuerpo excediendo lo necesario es no solamente inútil sino perjudicial. Si al hacer reparaciones en una casa, se amontonan en su interior una gran cantidad de materiales innecesarios, no sirven más qué para estorbar a los trabajadores, los cuales tienen que gastar sus fuerzas en acarrearlos afuera.

Lo mismo ocurre con las células trabajadoras del cuerpo. Cuando entra en el cuerpo más alimento del necesário, se convierte simplemente en un desperdicio que hay que sacar cuanto antes. Y recarga el trabajo de las células para librarse de él.

El sentido del gusto nos fué dado para servirnos de guía para atender a las necesidades de nuestro cuerpo, y no por mero placer. Cuando comemos cosas perjudiciales al cuerpo, o comemos demasiado aún de lo qne es bueno, porque place a nuestro gusto, perjudicamos el sentido del gusto, que ya no será más un guía seguro.

Si sabemos cómo comer, y lo hacemos en forma adecuada, sabemos justamente cuánto hay que comer, el apetito pedirá la necesaria clase de comida en las cantidades convenientes, y existirán todos los jugos digestivos necesarios para la digestión de los alimentos.

Composición general de las frutas

Porción comestible de la fruta	Agua	Proteina	Grasas	Carbo-hidrato	Celulosa	Cenizas minerales
Uva espin	85.6	1.0		13.1		0.3
Grosella	85.0	1.5		12.8		0.7
	82.4	0.7	3.0	13.5	3 2	0.4
Arándano	88.9	0.4	0.6	9.9	1.5	0.2
Uvas	77.4	1.3	1.6	19.2	4.3	0.5
Zarzamora	86.3	1 3	1.0	10.9	2.5	0.5
Frambuesa	84.1	1.7	1.0	12.6		0.6
Frutilla	90.4	1.0	0.6	7.4	1.4	0.6
Melón	89.5	0.6		9.3	2.1	0.6
Sandía	92.4	0.4	0.2	6.7		0.3
Ananá	89.3	0.4	0.3	9.7	0.4	0.3
Banana	75.3	1.3	0.6	22.0	1.0	0.8
Manzana	84.6	0.4	0.5	14.2	1.2	0.3
Pera	84.4	0.6	0.5	14.1	2 7	0.4
Durazno	89.4	0.7	0.1	9.4	3.6	0.4
Ciruela	78.4	1.0		20.1		0.5
Cereza	80.9	1.0	0.8	16.7	0.2	0.6
Naranja	86.9	0.8	0.2	11.6		0.5
Dátiles (secos)	15.4	2.1	2.8	78.4		1.3
Higos »	18.8	4.3	0.3	74.2		2.4
Ciruelas »	22.3	2.1		73.3		2.3
Uvas »	14.6	2.6	3.3	76.1		3.4
Aceitunas »	67.0	2.5		9.0		4.4
—	—	—	—	—	—	—

Composición de las proteinas alimenticias

Alimentos	Agua	Proteina	Grasa	Carbohidrato	Residuos minerales
Leche	87.0	3.3	4.0	5.0	0.7
Huevos	73.7	14.8	10.5	0.0	1.0
Queso	34.0	24.3	33.4	4.5	3.8
Aves	63.7	19.3	16.3	0.0	1.0
Vaca	61.9	18.6	18.5	0.0	1.0
Pescado	82.6	15.8	0.4	0.0	1.2

Composición general de los granos

GRANOS	Agua	Proteina	Grasa	Carbohidrato	Celulosa	Residuos minerales
Pan, Graham	37.7	8.9	1.8	52.1	1.1	1.5
Macarrones	13.1	9.0	0.3	76.8		0·8
Trigo	11.4	13.8	1.9	71.9	0.9	1.0
Avena	7.3	16.1	7.2	67.5	0.9	1.9
Cebada	11.5	8.5	1.1	77.8	0.3	1.1
Maiz (choclo)	75 4	3.1	1.1	19.7	0.5	0.7
Arroz	0.3	8.0	0.3	79.0	0.2	0.4

Composición de las legumbres

Legumbres	Agua	Proteina	Grasa	Carbohidratos	Celulosa	Residuos minerales
Habas de Lima (secas)	10.4	18.1	1.5	65.9		4.1
Chauchas	89.2	2.3	0.3	7.4	1.9	0.8
Guisantes verdes	74.6	7.0	0.5	16.9	1.7	1.0
» secos	9.5	24.6	1.0	62.0	4.5	2.9
Lentejas secas	8.4	25.7	1.0	59.2		5.7
Habas »	12.6	22.5	1.8	59.6	4.4	3.5

COMPOSICION DE LAS FRUTAS SECAS

Porción comestible	Agua	Proteína	Grasa	Carbohidrato	Celulosa	Residuos minerales
Cacao	14.1	5.7	50.6	27.9		1.7
Almendras	4 8	21.0	54.9	17.3	2.0	2.0
Pacanas	2.7	9.6	70.5	15.3		1.9
Hicoria	3.7	15.4	67.4	11.4		2.1
Avellanas	3.7	15.6	65.3	13.0		2.4
Nuez del Brasil	5.3	17.0	66.8	7.0		3 9
Castañas	45.0	6.2	5.4	42.1	1.8	1.3
Nueces	2 5	27.6	56.3	11.7	1.7	1.9
Maní	9.2	25.8	38.6	24.4	2.5	2.0

COMPOSICIÓN DE LAS HORTALIZAS

Porción comestible	Agua	Proteina	Grasa	Carbohidrato	Celulosa	Residuos minerales
Papas	78.3	2.2	0.1	18.4	0.4	1.0
Batatas	69.0	1.8	0.7	27.4	1.3	1.1
Zanahorias	88.2	1.1	0.4	9.3	1.1	1.0
Nabos	89.6	1.3	0.2	8.1	1.3	0.8
Rábanos	91.8	1.3	0.1	5.8	0.7	1.0
Remolachas	87.5	1.6	0.1	9.7	0.9	1.1
Chirivias	83.0	1.6	0.5	13.5	2.5	1.4
Repollos	91.5	1.6	0.3	5.6	1.1	1.0
Coliflorcs	92.3	1.8	0.5	4.7	1.1	0.7
Espinacas	92.3	2.1	0.3	3.2	0.9	2.1
Apio	94.5	1.1	0.1	3.3		0.1
Espárragos	94.0	1.8	0.2	3.3	0.8	0.7
Pepinos	95.4	0.8	0.2	3.1	0.7	0.5
Tomates	94.3	0.9	0.4	3 9	0.6	0.5
Zapallo	88.3	1.4	0.5	9.0	0.8	0.8
Cebollas	87.6	1.6	0.3	9.9	0.8	0.6

Composición general de las grasas

Grasas	Agua	Proteina	Grasa	Carbohidrato	Residuos minerales
Mantequilla	11.0	1.0	85.0		3.0
Aceite de Oliva			100.0		
Crema	74.0	2.5	18.5	4.5	0.5

Promedio de composición de los alimentos

	Frutas	Frutas secas	Legumbres
Agua	85—90 %	4—5 %	10—14.20 %
Proteina	5 %	15—20 %	13.81—25.16 %
Grasa	0.5 %	50—60 %	0.58 - 2.46 %
Carbohidrato	5.5—10.5 %	9—12 %	52—12 %
Celulosa	2.5 %	3—5 %	2—3 %
Materia mineral	0.5 %	1 %	

PRIMERA PARTE

CAPITULO 1°

Marta y María deben ir juntas en el servicio del Señor.

SANTA TERESA

ADVERTENCIAS GENERALES

TERMINOS DE COCINA

Siendo indispensable para la mejor comprensión de las recetas de cocina, conocer ciertos términos empleados para designar las operaciones que han de ejecutarse, damos a continuación una breve explicación de los más usuales.

Adobar:

Poner las carnes durante varias horas en una mezcla que por lo general se compone de vinagre, aceite, ajos, orégano y ají molido.

Amortiguar:

Bañar con agua hirviendo las verduras que se quiera preparar, después de haberlas lavado en agua fria.

Bañar:

Cubrir completamente con salsa o jugo.

Baño-maría:

Poner lo que se quiera cocer en un molde, e introducirlo en un recipiente con agua hirviendo, teniendo cuidado que el agua llegue solamente hasta las dos terceras partes del molde, aumentando ésta cuando se disminuya.

Baño-maría al horno:

Se sigue el procedimiento anterior con la diferencia de que en lugar de cocer al fuego se entra al horno.

Clarificar:

Agregar al líquido frio, una o más claras batidas a nieve, mezclando rapidamente durante unos minutos, poniendo después al fuego hasta que hierva y colando en seguida por una muselina.

Confitar:

Cubrir con almibar a punto alto lo que se desee y dejar secar.

Camadas;

Las capas en que se colocan las diferentes preparaciones hechas para una comida.

Chamuscar:

Quemar en la llama las pequeñas plumas que no se puedan arrancar.

Desleir:

Disolver en agua, caldo, o leche fria lo que se desee, mezclando con una cuchara hasta que desaparezcan las granulosidades.

Dorar:

Hacer tomar un color tostado.

Escurrir:

Poner lo que se desee en un colador enlozado y dejar que caiga toda el agua u otro líquido.

Espumar:

Sacar con la espumadera la espuma que se levanta en el caldo y al hacer ciertas cocciones.

Enharinar:

Polvorear con harina los moldes. después de mantecados.

Escamar:

Quitar las escamas a los pescados.

Fuego lento:

Un fuego moderado que permita cocer suavemente sin que la ebullición nunca sea violenta.

Fuego vivo:

Mantener lo que se desee cocinar en ebullición violenta.

Follaje:

Una guarnición de verduras crudas, como ser berros. lechugas, escarolas, etc.

Hacer un ramillete:

Unir y atar formando un manojo las siguientes hortalizas: 2 gajos de perejil, 2 gajos de orégano, 1 cebolla verde, 1 gajo de romero, 1 hoja de laurel, 2 zanahorias, 1 trozo de apio, etc.

Hacer la fuente:

Colocar la cantidad de harina que haya de emplearse, sobre la mesa, haciendo en el centro un hueco donde se ponen los diferentes ingredientes que se necesitan.

Ligar:

Dar consistencia añadiendo una yema de huevo cruda y batida.

Mantecar:

Untar con manteca.

Orear:

Exponer al aire, durante algunas. horas las carnes de cualquier clase que sea.

Punto de nieve:

Batir las claras hasta que tomen la suficiente consistencia para que al levantar el batidor se corten formando torrecita.

Pasar por manteca:

Poner las verduras que se quiera preparar, después de cocidas, en una cacerola con manteca acercándola al fuego hasta qne se caliente.

Pisar

Machacar en el mortero.

Pintar:

Mojar un pincel en 1 yema de huevo y untar la superficie de lo que se desee.

Reducir:

Hacer hervir un líquido hasta que disminuya la cantidad que se desee.

Rodajas:

Lo que está cortado en forma de ruedas.

Rallar:

Pasar con el rallador.

Sazonar:

Condimentar la comida agregando sal, pimienta, nuez moscada rallada y algunas especias.

Saltar:

Poner a freir lo que se desee, sin revolver con la espumadera limitándose a sacudir la cacerola.

Sancochar:

Cocer lijeramente lo que se desee.

Trabajar:

Cuando se refiere a las masas es unir los diferentes ingredientes hasta que la pasta tome la consistencia que se quiera.

Trinchar;

Cortar finamente.

CARNES Y PESCADOS

Indicaciones para conocer su calidad

La carne de vaca de buena calidad debe tener un color rojo muy vivo con vetas color amaranto como si fueran de mármol y ser dura y firme a la presión del dedo; no debe tener grasa en demasiada abundancia y ésta debe ser de un tinte parecido al de la manteca,

Hay que desconfiar de las carnes de color oscuro y lo mismo de las que tienen un tinte amarillento o demasiada gorda porqué o provienen de un animal enfermo o que no se ha dejado descansar antes de sacrificarlo.

La carne de ternera debe ser blanca, lo mismo la gordura, que debe ser como transparente; la de un color amarillento y sin gordura no es de buena calidad.

La carne de buey se distingue de la de vaca, en que los huesos son mas grandes y la coloración de la carne es mas acentuada.

Para conocer un pescado fresco no basta asegurarse de que no tiene mal olor pues se usan muchos procedimientos para hacerlos desaparecer. El pescado fresco debe tener el ojo limpio y brillante, las escamas lo mismo, las agallas encarnadas y la carne firme.

TOCINO

El tocino de buena calidad y fresco debe ser blanco con un lijero tinte encarnado, con muy pocos nervios y sin vetas jaspeadas.

MANTECA

La manteca de buena calidad debe ser de un color marfil y no tener olor a rancio. A veces sucede que al abrir un paquete de manteca se nota un lijero olor sin estar por esto ráncia, entonces se prueba, y si no tiene mal gusto, se lava varias veces en agua fria agregando en la primera agua un poquito de bicarbonato de soda. Para conservar la manteca en buen estado, sobre todo en días de calor, se pondrá en un recipiente de loza, nunca de metal y se cubre con agua fria a la que se agregará un poquito de bicarbonato.

CONDIMENTOS

Los condimentos mas usados son la sal, pimienta blanca, pimienta de Cayena, pimentón, nuez moscada, comino, clavo de olor, estragón, ajo, laurel, tomillo, orégano.

Los condimentos tienen por objeto dar mas sabor a la comida y no teniendo valor alimenticio, se pueden suprimir los que para ciertas personas resulten nocivos.

ESPECIAS

Las especias se componen de diversos condimentos, cuando no son de buena calidad son nocivas para la salud y es mejor prepararlas por si misma procediendo de la manera siguiente: se pone en cartuchos de papel blanco, unos gajos de tomillo, laurel, orégano y romero, se entran al horno; cuando están bién secos se sacan y desmenuzan por separado.

Se pone en un mortero 2 cucharadas de moscada rallada, 2 de clavo de olor, 1 de comino, 1 de pimienta blanca en grano, 1 de pimienta de Cayena; se agrega 1 cucharada del tomillo desmenuzado, 1 de laurel, ½ de orégano, ½ de romero; se machaca hasta convertirlo en polvo, se pasa por un tamíz y se guarda en frascos de vidrio o loza.

FRITURAS

La mejor grasa para freir es la grasa fresca de vaca la que se derrite de la manera siguiente: se corta la grasa en pedazos menudos y se pone a fuego regular en una sarten de fierro; cuando queda bien clara se pasa por un colador de alambre.

Según lo que se haya de freir, se necesita la grasa más o menos caliente: cuando se trata de freir empanadas o pasteles y cualquier cosa que necesite una larga cocción, la grasa debe estar en un temple moderado lo cual se prueba echando un pedacito de masa o miga de pan que debe rodearse de pequeñas ampollitas; cuando se trata de freir cosas que requieren una cocción rápida, la grasa debe estar bien caliente lo que se comprueba cuando al echar el pedacito de miga ésta produce un chirrido y se rodea de grandes ampollas de hervor. Se observará mientras se frie, cuando salga humo de la sarten, entonces se retira un rato del fuego porqué la grasa se quemaría y daría unas frituras negras y de mal sabor.

Las frituras de masas, cuando han tomado un ligero tinte amarillento, se retira la sarten del fuego, se dejan dorar un poco y se sacan escurriendo la grasa, si hay que freir de nuevo se colocan en la sarten y se vuelve al fuego. Las frituras con rebozo de huevo y pan rallado se ponen en la grasa bien caliente dejándolas hasta que tomen un color rubio dorado. En cualquier caso conviene ponerlas, después de escurridas, sobre una servilleta doblada, o papel de astraza para que absorva la grasa que haya quedado.

La grasa en que se frie debe ser abundante y mientras no tome un color tostado se puede seguir aprovechándola.

El aceite es bueno para freir pescados, huevos, verduras, etc. Para cualquier cosa que se emplee, es necesario calentarlo hasta que salga humo de la sarten, con lo cual pierde el gusto fuerte que tiene.

La manteca es buena para freir bifes, huevos, verduras, etc.

Está en punto para freir, antes que se ha derretido completamente.

INDICACIONES PARA COCER
LAS LEGUMBRES, VERDURAS Y HORTALIZAS

Arvejas frescas

Se lavan en agua fria, se echan después en una cacerola con agua hirviendo, se agrega 1 cucharadita de azúcar lo que comunica a las arvejas un sabor muy agradable y se dejan hervir, siempre con la cacerola destapada, hasta que queden muy blandas.

Arvejas secas

Se ponen a remojar durante una noche en agua fria, se agrega un poquito de sal y se ponen a fuego regular haciéndolas hervir hasta que queden muy blandas.

Observación

Se preferirá siempre que sea posible, el agua de aljibe y tanto el agua en que se remojan como en la que se ponen a hervir debe ser tres veces más que la cantidad de arvejas. Se tendrá cuidado de aumentar agua hirviendo cuando sea necesario para que siempre hiervan con mucha agua y de esta manera no se deshagan.

Esta observación se seguirá al cocer todos los cereales y granos secos.

Acelgas

Se quitan los troncos y los tallos de las acelgas, se lavan en agua fria, se escurren y se echan en una cacerola con agua hirviendo hasta más de la mitad, agregando al agua un poquito de sal, se dejan hervir en la cacerola destapada hasta que queden bien blandas, entonces se sacan, se escurren y se refrescan agitándolas rapidamente para que se enfrien pronto. De esta manera tendrán buén gusto y no perderán el color.

Después de escurridas y refrescadas se comprimen fuertemente para extraerles el agua, se extienden en la tabla de picar examinando los filamentos que hayan quedado separándolos con el cuchillo, después se reunen en un montón, se machacan con un cuchillo pesado y se preparan en la forma que se desee.

Alcachofas

Se lavan en agua fria, después se echan en una cacerola casi llena de agua hirviendo a la que se habrá agregado un poquito de sal,

se dejan en ebullición hasta que tirando una ,hoja esta salga con facilidad y siempre con la cacerola destapada para que no cambien de color.

Coliflor

Se elejirá una coliflor con el grano apretado, dura y bien blanca, se le corta el tronco a dos dedos de la cabeza, se divide en 8 o 10 partes y después se raspa con un cuchillo la piel dura que está adherida al tallo, se lava varias veces en agua fria y se echa en una cacerola con agua hirviendo en abundancia, después de 5 minutos de ebullición se saca, se rócia con agua fria, se vuelve a poner en otra agua hirviendo a la que se habrá agregado un poquito de sal y se deja hervir hasta que quede bien blanda y siempre con la cacerola sin tapa. Cocida de esta manera, pierde el gusto demasiado fuerte que tiene.

Chauchas

Se corta con un cuchillo la puntita superior de las chauchas haciéndola correr después hasta abajo para sacarle los filamentos, se lavan en agua fria y después se echan en una cacerola con agua hirviendo sin sal, se dejan en ebullición hasta que queden bien blandas y siempre con la cacerola destapada para que conserven un hermoso color verde.

Espinacas

Se cuecen como las acelgas.

Espárragos

Se lavan en agua fria, se echan en una cacerola grande con agua hirviendo hasta más de la mitad, se agrega un poquito de sal y se deja en ebullición durante 20 o 25 minutos según el grueso y la clase de los espárragos; cuando estan bien blandos se sacan, se escurren y se ponen a secar sobre una servilleta doblada para prepararlos en la forma que se desee.

Garbanzos

Se ponen a remojar durante una noche en agua fria abundante, al día siguiente se cambia agua fria, se ponen al fuego agregando media cucharadita de bicarbonato de soda y se hacen hervir hasta que apretando un garbanzo entre los dedos se desarme con facilidad, entonces se ponen en un cedazo, se abre sobre ellos la llave de agua corriente lo que hará salir todo el pellejo a los garbanzos sin desarmarlos y quedarán así de muy fácil digestión; después se preparan en la forma que se desee. (La ebullición debe ser continua y moderada).

En lugar de bicarbonato se puede poner una bolsita con 1 cucharada de ceniza, (esta no debe ser de quebracho colorado), lo que comunica a los garbanzos un sabor muy agradable.

Lentejas

Se cuecen como las arvejas secas.

Porotos frescos

Se cuecen como las arvejas frescas pero poniendo en lugar de azúcar muy poquita sal.

Porotos secos

Se ponen a remojar en agua fria abundante durante una noche, al día siguiente se cambia agua fria, se ponen al fuego y se hacen hervir hasta que queden tan blandos que apretándolos con los dedos se desarmen facilmente Si fuera necesario se aumentará agua hirviendo durante la cocción pués esta debe ser siempre abundante para que no se desarmen; después de cocidos se preparan en la misma cacerola sacando un poco de agua si fuera necesario; esto mismo se hará con las lentejas con lo cual siempre quedarán tiernas.

Repollo

Se lava varias veces en agua fria para que salgan todos los bichos que pudieran tener, después se echa en agua hirviendo dejando en ebullición hasta su perfecta cocción,

Remolachas

Se elejirán remolachas bien sanas dejándoles 5 centimetros de tallos, se lavan en agua fria, se envuelven en paja finita y se ponen en una cacerola con agua hirviendo de manera que queden cubiertas con el agua. De esta manera las remolachas no pierden su hermoso color.

PROPORCIONES CALCULADAS

Las recetas de este libro, a excepción de las de algunos fiambres, pavos etc. han sido calculadas para una mesa de 8 personas, teniendo en cuenta que será fácil aumentar ó disminuir estas proporciones cuando se trate de una familia más o menos numerosa.

MEDIDAS USADAS

FIGURA N°. 1

Taza (Fig. 1)

Debe tener capacipad para contener 14 cucharadas de agua. Esta medida equivale a 1/4 litro o 1/4 kilo (250 gramos.)

FIGURA N.° 2

Tacita (Fig. 2)

Debe tener capacidad para contener 5 cucharadas de agua

VASO—El vaso común de vino.

VASITO—El vaso que se usa para el vino oporto.

CUCHARADA—Debe entenderse la cuchara de sopa; cuando se trate de medir harina, azúcar, o manteca deberá llenarse como lo explica la figura N°. 3.

FIGURA N°. 3

CUCHARADITA—Debe entenderse la cucharita de té, la que se llenará como lo explica la figura N°.4.

(En las recetas en que se da las medidas en gramos es porqué es necesario la medida muy justa de los ingredientes).

FIGURA N°. 4

UTENSILIOS DE COCINA

Damos una lista ilustrada de los utensilios que deben constituir el menaje de una cocina bien provista.

Olla de hierro o enlozada para el puchero

Cacerolas de distintos tamaños

Olla de hierro

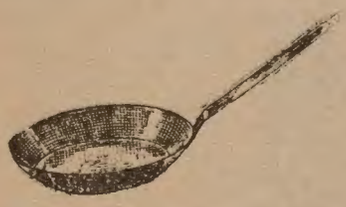
Cocottes de hierro para guisos

Cacerola chata para saltar

Cocotte de loza para guisos

Cocotte para preparar y servir pollos guisados

Fuente de loza resistente al horno para gratinar



Sarten de hierro para tortillas

Sarten de hierro para panqueques

Además un sarten grande o tacho de hierro para freir

Asadera enlozada para pavos, patos etc.

Asadera de hierro para pollos y otros usos

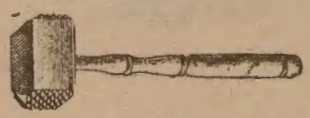
Cedazo o tamíz con un pilón para tamizar

Tabla para picar

Tabla para amasar

Rodillo o palote para estirar las masas

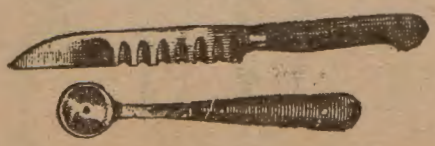
Prensa para puré



Mazo o machete para machacar bifes

Cucharas y tenedor de madera

Espátula para mezclar locro, dulces



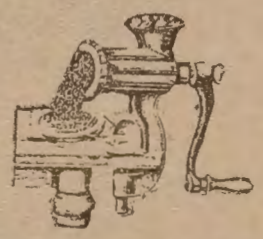
Cuchillo y molde para cortar papas

Pescadera enlozada o de hierro

Colador para legumbres, y verduras

Colador chinesco para salsas, sopas etc.

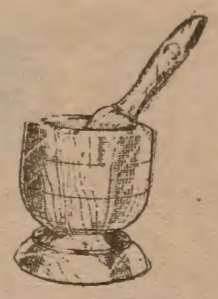
Canasta para freir o cucharón



Máquina para picar carne

3 Cuchillos

Mortero de piedra

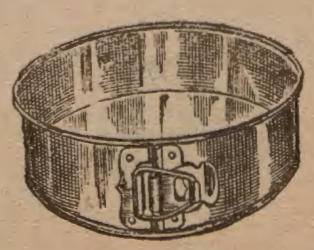


Mortero de madera

Polvera de metal para polvorear con harina o azúcar

Ruleta para cortar masa de ravio les, bizcochos etc.

Paila enlozada o lebrillo de hierro para dulces



Torteras desmontables para tortas, budines, soufflés etc.

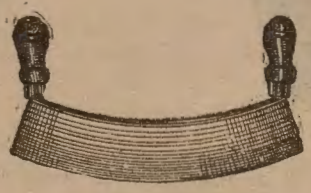
Molde de latón para bizcochuelos que se hacen enrollados con dulces

Molde Savarin o de corona

Budinera

Molde liso

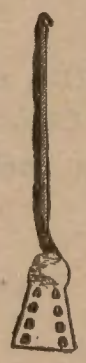
Molde para cortar masas



Media luna para picar cebolla

Coquillas o Cocottes de loza resistentes al fuego para servir huevos, picadillo de pollo ostras, etc.

Bolsa para llenar las coquillas. Se introduce el pico de latón adentro, se llena la bolsa con el puré o pasta, se cierra la boca con una mano mientras se oprime con la otra para que salga la pasta. Con esta bolsa también se decoran algunas fuentes, tortas etc., haciendo los adornos que se quiera, ya sea con un pico liso o con picó rizado.



Palita para hornear

CAPITULO 2°

FIAMBRES

—Aqui
Hay FIAMBRES, *golosinas,*
Frutas, vinos. . . . Cada uno
Puede ver a qué se inclina

HARTZENBUSCH

Canapés de sardinas

Pan de sandwich	8	rebanadas
Sardinas en conserva	8	
Manteca	1/2	cucharada
Vinagre	2	cucharadas
Lechuga	1	planta
Huevos duros	4	

Se quita la piel y las espinas a las sardinas, se desarman con una cuchara hasta formar una pasta, agregando al mismo tiempo la manteca y 1 cucharada de vinagre.

Se ralla por separado las claras y yemas de los huevos.

Se extiende sobre el centro de cada rebanada, formando una lista, 1 cucharadita de la pasta de sardinas y de un lado se hace una lista blanca con las claras y del otro se hace una amarilla con las yemas.

Se corta la lechuga como tallarines, se adereza con el resto del vinagre y un poquito de sal, se coloca en el centro de una fuente y alrededor se ponen la rebanadas preparadas.

Canapés de jamón del diablo

Pan francés	8	rebanadas
Jamón	8	rebanadas
Jamón del diablo	una	cajita
Manteca	1	cucharada
Huevos duros	3	
Aceitunas	16	

Se mezcla el jamón del diablo con la manteca, se pisa en el mortero, se extiende esta pasta sobre las rebanadas de pan, previamente tostadas en el horno y se adornan con las aceitunas picadas muy menudas y las yemas y claras ralladas por separado, apretando con la hoja del cuchillo para fijar el adorno. Se coloca cada rebanada sobre una rebanada de jamón. (En lugar del jamón se puede poner hojas de lechugas.)

De la misma manera se preparan los canapés de anchoas o de caviar.

Canapés de pan negro

Pan negro	8	rebanadas
Carne de cordero o cabrito	8	rebanadas
Salsa inglesa	1	cucharadita
Aceite	2	cucharadas
Vinagre	1	cucharada
Manteca	1	cucharada
Sal, pimienta		

Se untan con manteca las rebanadas de pan, se coloca encima de cada una lonjitas de carne de cordero o cabrito, asada y fria, se echan encima 2 o 3 gotas de salsa inglesa.

Se corta muy fino la lechuga se adereza, con el aceite, vinagre, sal y pimienta y se cubren con esto las rebanadas de pan.

Canapés Margarita

Pan de sandwich	1/2	kilo
Paté de foie	1	cajita
Trufas o aceitunas negras	4	
Huevos duros	3	
Manteca	1/2	cucharada

Se corta el pan, con un molde aparente, en redondelas de 2 centimetros de alto, mas o menos; se desarma el paté de foie con una cuchara, se untan de un lado las rebanadas y se unen de dos en dos, de manera que el paté quede en el medio; se pone encima un poco de manteca del tamaño de una aceituna, se coloca en el medio un pedacito de trufa o la mitad de una aceituna y se adorna alrededor con la yema de los huevos rallada.

Crostadas a la mayonesa

Seso de ternera	1	
Jamón cocido	8	rebanadas
Salsa mayonesa	8	cucharadas
Pan francés del día anterior	8	rebanadas
Leche	1	taza

1 huevo, grasa para freir, 8 aceitunas, perejil, ensalada de papas.

Se quita las membranas y la piel a los sesos, se cuecen en agua con sal y se pican muy menudo.

Se ponen a remojar las rebanadas de pan francés en la leche, se escurren, se envuelven en huevo batido y se frien en grasa caliente. Se ponen sobre una servilleta para que absorva la grasa.

Se coloca un poco de seso en cada rebanada de pan, se cubre con salsa mayonesa, se pone alrededor perejil finamente picado y encima 1 aceituna sin caroso.

Se colocan en círculo las rebanadas sobre una fuente redonda, despues se pone la ensalada de papas y en el centro las rebanadas de jamón.

Ensalada con arenques

Arenques	12	
Lengua de ternera	1	
Carne de ternera asada	1/4	kilo
Jamón cocido	3	rebanadas
Remolachas	2	
Papas	6	
Huevos duros	3	
Pepinitos en vinagre	6	
Aceite, vinagre, sal y pimienta		

Se ponen a remojar los arenques durante 6 horas.

Se cuece la lengua de ternera, se pela, se corta en pedazos y se pasa por la máquina de picar junto con la carne y el jamón; despues se mezcla con los arenques que se habran limpiado bien y picado con un cnchillo, agregando las papas y remolachas previamente cocidas y cortadas en pedacitos, los huevos duros picados, los pepinitos, un poco de aceite, vinagre, sal y pimienta.

Se coloca en una fuente adornando con la guarnición que se prefiera.

Enrrollado blanco

Mondongo	2	kilos
Vinagre	1	taza
Aceite	1	taza
Jamón crudo	8	rebanadas
Queso rallado	4	cucharadas
Zanahorias	3	
Huevos	2	

1 hoja de laurel, 1 trozo de apio, 2 cebollas, 1/2 cucharadita de cominos, ají picante, perejíl, orégano, pan rallado, sal y pimienta blanca en grano.

Se lava el mondongo en varias aguas, se raspa con un cuchillo, se pone en una cacerola con agua fría, se hace hervir durante 15 minutos, se saca se pone en agua caliente agregando perejíl, orégano, laurel el apio y 1 cebolla. Se hace hervir sin interrupción durante 3 horas Se retira, se escurre el agua y se pone a secar sobre una servilleta doblada. Se pone despues en una fuente con el vinagre, aceite, unos granos de pimienta y sal, se deja durante 4 horas. Se retira se pone sobre un marmol y se frota con un diente de ajo la parte áspera del mondongo.

Se muele en el mortero 1 cabeza de cebolla, se mezcla con 2 cucharadas de pan rallado, el jamón muy bien picado, el queso rallado, las zanahorias cocidas y deshechas, el comino, un poquito de ají picante, sal y nuez moscada; se liga esta pasta con 2 huevos crudos, se extiende sobre la parte áspera del mondongo y se enrrolla. Se ata con un piolín dejando 2 centímetros de distancia entre cada atadura. Se pone de nuevo a hervir en la misma agua con las verduras; cuando está muy blando se saca, se deja enfriar y al día siguiente se corta en rebanadas sacando las ataduras.

Fiambre caprichoso

Jamón cocido	8	rebanadas
Caldo colado	2	tazas
Salsa mayonesa	6	cucharadas
Cola de pescado	8	hojas

8 papas, 4 zanahorias, 2 zapallitos tiernos, 1 platito de chauchas, 1 platito de arvejas, 1 platito de porotos frescos, 1 pimiento, 2 tomates, sal, pimienta, cebolla verde.

Se cuecen las papas, zapallitos y zanahorias en el caldo. Aparte se cuecen los porotos y arvejas

Se cortan las papas, zapallitos y zanahorias en pedacitos chicos, se agregan los porotos y arvejas, el pimiento y los tomates picados y quitadas las semillas, la salsa mayonesa; se sazona con sal y pimienta y se mezcla todo. Se coloca en una fuente dándole una forma alargada.

Se pone en una cacerolita el caldo, cuando hierve se agrega una clara de huevo revolviendo durante 5 minutos, despues la cola de pescado; se deja hervir durante 10 minutos mezclando a ratos, se cuela por una servilleta y se da color con 5 o 6 gotas de caramelo.

Se cubre completamente la verdura con el jamón cortado en tiritas de 1 centímetro de ancho, encima se pone la gelatina.

Se coloca la fuente en la heladera hasta que la gelatina se congele. Antes de servir se adorna con cebolla verde picada.

Fiambre de patas de vaca

Patas de vaca	3	
Cebolla picada	1	cucharada
Aceite	2	cucharadas
Vinagre	1	cucharada
Salsa inglesa	1	cucharada
Sal, pimienta, perejil, manteca, harina		

Se cuecen las patas, se separa la carne de los huesos, se pica muy menudito y se machaca con un cuchillo.

Se lava la cebolla en agua caliente, se mezcla con las patas agregando el aceite, vinagre, salsa inglesa, perejíl picado, sal y pimienta. Se pone en un molde untado con manteca, y polvoreado con harina y se hace hervir al baño maría durante 30 minutos mas o menos.

Se saca se deja enfriar y recien se desmolda. Si el budín no saliera del molde, se sumerje la budinera en agua caliente por un momento, se vuelca sobre una fuente y entonces saldrá con facilidad Se corta en rebanadas y se sirve con la ensalada o guarnición que se prefiera.

Fiambre de hígado a la mayonesa

Higado de ternera o vaca	1	kilo
Zanahorias	4	
Huevos duros	4	
Salsa inglssa	1	cucharada
Salsa mayonesa, sal, pimienta, nuez moscada, perejíl picado.		

Se cuece el higado en agua con sal, se deja enfriar y se ralla en el rallador.

Se cuecen las zanahorias y se pican muy menudo. Se mezcla la mitad de las zanahorias con higado rallado, dos huevos duros picados, la salsa inglesa, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y se pone en una fuente.

Se cubre con salsa mayonesa, (ver salsa mayonesa). Se adorna con el resto de las zanahorias, con el perejil picado y 2 huevos rallados.

Para dar mas sabor a este fiambre se puede mezclar con el hígado una cajita de jamón del diablo, o paté de foie.

Fiambre de hígado y salchicha

Higado de cordero	1	
Salchicha	1	metro
Manteca	2	cucharadas
Yemas de huevo	8	
Claras de huevo	2	
Leche	8	cucharadas
Pan rallado	5	cucharadas

1 tomate picado y quitadas las semillas, 1 cebolla picada, sal, pimienta, trufas picadas.

Se cuece el hígado de cordero, se deja enfriar y se ralla en el rallador.

Se calienta 1 cucharada de manteca, se dora la cebolla, se agrega la carne de la salchicha sacada de la tripa; cuando está coeida se mezcla con el hígado y las trufas, se agrega la otra cucharada de manteca, las yemas de huevo, 4 cucharadas de pan mojado en la leche, el tomate; se sazona con sal y pimienta. Por último se agregan las dos claras batidas a nieve y se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado.

Se cocina al baño maría durante 40 minutos. Se saca, se deja enfriar y se corta en rebanadas.

Fiambre improvisación

Paté de foie	1	cajita
Jamón cocido	8	rebanadas
Pan tostado	8	rebanadas
Salsa mayonesa	8	cucharadas
Manteca	1/2	cucharada
Mostaza	1	cucharada
Huevos duros	2	
1 planta de lechuga, 16 aceitunas		

Se desarma el paté de foie mezclando a la vez la manteca y la mostaza, se agregan los huevos duros picados; se untan con esta pasta las rebanadas de jamón, se enrrollan de manera que el paté quede adentro como un relleno, se coloca sobre las rebanadas de pan, se cubre con salsa mayonesa y se colocan en una fuente adornada con lechuga picada y aceituna.

Fiambre de ternera (Kalter Braten)

Carne de ternera	1	kilo
Manteca o grasa de chancho	1	cucharada
Alcaparras	4	
Anchoas	4	
Vinagre	2	tazas
Limón agrio	1	
Cebollas blancas	4	
Orégano, sal y pimienta		

Se frien las cebollitas en la manteca o grasa muy caliente, despues se dora la carne agregando un gajito de orégano, sal, pimienta, las anchoas, la cáscara del limón (rallado) las alcaparras el vinagre y agua caliente hasta cubrir la carne. Se deja hervir a fuego lento, cuando la carne está cocida se la retira y se cuela el jugo por una servilleta apretando fuerte para extraer toda la sustancia. Se corta la carne en tajadas, se deja enfriar, se coloca en una fuente y se baña con la salsa despues de haberle agregado el jugo del limón agrio.

Fiambre a la jardinera

Carne de vaca, cerdo o aves	1	kilo
Zanahorias	6	
Papas	6	
Remolachas	4	
Arvejas	1	platito
Huevos	4	
Lechuga, aceite, vinagre, sal y pimienta		

Se asa la carne, se pica muy menudo y se agrega 1 cucharada de aceite, 1/2 cucharada de vinagre, un poquito de pimienta.

Se cuecen las zanahorias, papas, remolachas, arvejas y se pica.

Se cuece 1 hueuo duro, se saca la yema, se pasa por un tamiz, se agregan 3 yemas crudas y se les incorpora aceite por gotas hasta formar una salsa mayonesa.

Se mezcla la mitad de esta salsa con la mitad de las verduras y la carne.

Se pone en una fuente redonda una camada de lechuga finamente cortada, se cubre con la mezcla de la carne y verdura, encima se pone la otra mitad de la mayonesa.

Se adorna con la clara de huevo picada puesta alrededor, despues, se pone otra rueda de la mitand de las remolachas, otra de zanahorias, otra de papas y finalmente otra de arvejas.

Fiambre de carne asada

Asado frio	un	trozo
Sardinas	1	caja
Tomates	2	
Aceitunas	8	
Salsa mayonesa	4	cucharadas
Lechuga y perejil picado, papas cocidas		

Se pica la carne asada en pedazos muy menudos. Se saca la piel a las sardinas, se cortan en pedazos y se mezclan con la carne.

Se pone en una fuente, se cubre con la salsa mayonesa Alrededor de la fuente se pone la lechuga, las papas y tomates cortados en rebanadas. Sobre la mayonesa se ponen las aceitunas despues de haberles quitado la semilla, y el perejil picado.

Fiambre chateaubriand

Matambre	2	kilos mas o menos
Carne de ternera	1/2	kilo
Tocino picado	2	cucharadas
Pan francés chico	1	
Leche	1/2	taza
Jamón crudo	2	rebanadas
Queso rallado	4	cucharadas
Huevos	6	

1 cebolla blanca, 1 ajo, 1 hoja de laurel, orégano, sal, nuez moscada.

Se pica la carne de ternera y se pasa por la máquina.

Se quitan las durezas al pan francés y se pone a remojar en leche.

Se pica muy menudito el jamón, la mitad de una cebolla y se mezcla con la carne, el pan francés exprimido, el queso; se sazona con sal, nuez moscada y se amasa agregando a la vez 4 huevos crudos.

Se coce el matambre con un hilo fuerte, dandole la forma de una bolsita, se lava, se frota por dentro con un poco de sal gruesa. Se cuecen 2 huevos duros, se dejan enfriar y se pelan.

Se pone adentro de la bolsita una porción de la pasta preparada, en seguida 1 huevo duro otro poco de pasta y 1 huevo duro.

Se cose con hilo la boca de la bolsa y se pone en una cacerola con agua, la mitad de una cebolla, 1 ajo, 1 hoja de laurel, orégano y sal. Se tapa la cacerola y se hace hervir sin interrupción durante 4 horas

mas o menos; cuando está bien blando se saca, se escurre el agua, se pone a secar sobre una servilleta doblada, se guarda en un sitio fresco hasta el día siguiente. Se corta por rebanadas y se sirve con la guarnición que se prefiera.

Fiambre de pato

Pato pichón	1	
Salame de Milán o jamón	4	rebanadas
Pan francés chico	1	
Leche	1/2	taza
Huevos	4	
Manteca	1/2	cucharada
Sal, pimienta, nuez moscada		

Despues de pelar y destripar el pato, se deja orear el tiempo necesario y se pone a hervir en el caldo; cuando está cocido se saca, se pica la carne y se pasa por la máquina junto con el salame o jamón.

Se quitan las durezas al pan francés, se remoja en la leche, se pasa por un tamiz para desarmarlo bien, se mezcla con el pato agregando los huevos y sazonando con sal, pimienta y nuez moscada rallada Se pone en una budinera untada con manteca y se cocina al baño maría; se desmolda, se deja enfriar y se sirve con la guarnición que se prefiera.

(De la misma manera se preparan, budines, fiambre de perdices, gallina o pollo).

Fiambre de papas y salmón

Papas grandes	8	
Salmón en conserva	1	tarrito
Salsa mayonesa	6	cucharadas
Perejil picado muy fino	3	cucharadas
Huevos duros	3	
Lechuga	1	planta

Se pelan las papas, se corta una rebanada de 1 centímetro de espesor, a lo largo; se quita una rebanadita fina del extremo opuesto para que las papas tengan una buena base, se ahuccan y se cuecen al vapor.

Se dejan enfriar, se rellenan con el salmón, se cubre el salmón con una capa de salsa mayonesa, se adornan formando una lista blanca con las claras de huevo ralladas, una lista verde con el perejil picado y una amarilla con las yemas de huevos ralladas.

Se ponen en una fuente y en el centro se coloca la lechuga picada.

Huevos a la moscovita

Huevos	11	
Manteca	1	cucharada
Pan de sandwich	16	rebanadas
Aceite	1/2	taza
Vinagre	1	cucharadita
Perejil picado	3	cucharadas

Se cuecen duros 9 huevos, se parten 8 por mitad, a lo largo, se sacan las yemas y se pasan por un tamiz mezclandolas despues con la manteca hasta formar una pasta. Se rellenan con esto las mitades de

clara colocando a cada una sobre un trocito de pan a los que se habrá dado una forma ovalada.

Aparte se hace una salsa mayonesa con 1 yema dura, 2 yemas crudas y el aceite, agregando al último el vinagre, un poquito de sal y el perejil muy bien picadito. Se cubre con esta salsa los huevos y se sirve como fiambre.

Huevos a la rusa

Huevos escalfados	8	
Salsa mayonesa	8	cucharadas
Jamón cocido	8	rebanadas
Perejil picado muy fino	4	cucharadas

Se preparan los huevos escalfados como se indica en la receta huevos escalfados, se escurren, se pone cada uno en un sartencito, se dejan enfriar y se cubren con salsa mayonesa.

Se pica el jamón muy finito, se hace 8 partes, se pone sobre la mayonesa formando un centro; alrededor se pone perejil picado muy fino.

Se sirve frio.

Huevos primavera

Huevos duros	8	
Papas	6	
Paté de foie o anchoas	1	cajita
Manteca	1	cucharada
Lechuga	1	planta
Salsa mayonesa	3	cucharadas

Se pelan los huevos, se corta a cada uno una rebanadita de un extremo para que se mantengan parados, del otro extremo se corta una rebanada mas gruesa hasta dar con la yema; se sacan las yemas con cuidado, se pasan por un tamíz y se mezclan con la manteca, y el paté de foie hasta unir muy bien. Se rellenan con esta pasta las claras teniendo cuidado de no romperlas.

Se cuecen las papas, se cortan 3 en forma de dados, se mezclan con la salsa mayonesa y se pone en el centro de una fuente. Se rodea con la lechuga cortada muy finita colocando encima los huevos rellenos.

Se cortan en ruedas las 3 papas restantes, se colocan alrededor de la fuente poniendo encima de cada una un poco de la pasta que quedó del relleno de los huevos.

Lengua salada y trufada

Lengua grande de vaca	1	
Sal de nitro	3	gramos
Azúcar	1	gramo
Sal gruesa	2	kilos
Lomo de cerdo	1	kilo
Jamón crudo	3/4	kilo
Tocino	1/2	kilo
Trufas	1	latita

Cebolla, ajo, zanahoria, apio, perejil etc.

La lengua se *cura* restregándola fuertemente con la sal nitro, e inmediatamente se coloca en una cacerola de barro o enlozada y se cu-

bre con la sal a la que se agrega el azúcar; se tapa con un lienzo y todos los días, a la misma hora, se la da vuelta teniendo cuidado de que siempre quede cubierta con la salmuera que se ha formado. Al cuarto día se lava y se rellena de la manera siguiente: se pica el lomo de cerdo, se corta en tiritas de un dedo de espesor el jamón y el tocino y las trufas en rueditas. Con un cuchillo muy puntiagudo, se hacen 3 agujeros en la lengua, empezando por la parte superior hasta llegar al otro extremo fino, despues se rellenan estas aberturas alternando la carne, jamón, tocino y trufas.

Para mayor facilidad se ayuda la introducción del relleno con una cuchara de mango largo, despues de rellenos se cosen los agujeros con aguja e hilo fuerte. Una vez concluida esta operación se vuelve otra vez al recipiente con la sal, por 3 días más, al cabo de éstos se retira y se pone a cocinar en una cacerola con agua fria a la que se echa especias y toda clase de hortalizas como ser: zanahorias, perejil, ajos cebollas, puerros, apio, laurel, orégano, tomillo; como tambien se puede agregar la corteza del jamón y tocino y el hueso del jamón. Se deja hervir durante 2 1/2 a 3 horas, envuelta en una servilleta para que no se reviente al cabo de las cuales se retira y se pone a enfriar con bastante peso encima para que se prense.

Para servirla se quita la piel gruesa de la lengua, que despues de la larga cocción, se desprende facilmente. Se corta en rebanadas.

Es exquisito este fiambre.

Lengua dulce

Lengua de vaca	1	
Vino blanco	2	tazas
Azúcar	1	taza
Clavos de olor	5	
Laurel	2	hojas

Se pone a hervir la lengua, en agua con muy poquita sal; cuando está cocida se saca, se pela, se separa las partes duras y se la pone en una cacerola, con el vino, el azúcar, los clavos de olor y laurel; se deja hervir muy despacio, sobre la plancha, durante 30 minutos, despues se saca, se deja enfriar, se corta en rebanadas que se bañan con la salsa, separando los clavos de olor. Se sirve como fiambre.

(Receta dada por la profesional: señorita Lola Cano.

Lengua rellena a la americana

Lengua de vaca	1	
Tocino picado	1	taza
Perejil picado	1	taza
Vino blanco	2	Tazas
Huevos duros	2	

Cebolla, orégano, laurel, sal, pimienta, nuez moscada.

Se pone la lengua, durante 1 hora, en agua fria con sal. Se saca y con un cuchillo largo y fino se hace un agujero en el medio y a todo lo largo de la lengua teniendo cuidado de no romper la punta.

Se mezcla sobre la tabla de picar el perejil, el tocino, los huevos duros picados, 2 cucharaditas de orégano, 1 hoja de laurel; se sazona con sal, pimienta blanca molida y nuez moscada y se machaca con la hoja del cuchillo hasta formar una pasta.

Se introduce esta pasta en el hueco de la lengua, por medio de

una cuchara, se aprieta con una mano la abertura mientras que con la otra mano se va corriendo el relleno hasta la punta; cuando se termina de rellenarla, se cose la abertura y se pone a hervir en agua con sal, 1 cebolla, 6 granos de pimienta, 1 hoja de laurel, orégano y perejil. Se tendrá cuidado de darla vuelta varias veces para que la cocción se efectue igual. Cuando la lengua está cocida y blanda, se saca, se pela y se pone de nuevo a hervir en el vino, durante 15 minutos, mas o menos; despues se saca, se deja enfriar y se corta en rebanadas.

Esta lengua tambien puede servirse caliente pero tiene mejor sabor fria. Se acompaña con ensalada de verdura.

(Receta de la profesional: señorita Lola Cano).

Matambre relleno

Matambre	1	
Pan francés chico	1	
Queso rallado	2	cucharadas
Arvejas	1	platito
Chauchas	1	platito
Huevos	6	
Leche	1/2	taza

1 cabeza de cebolla, 2 dientes de ajo, 1 hoja de laurel, ají picante molido, sal, pimienta en grano y molida.

Se cose el matambre en forma de una bolsita, recortando las partes desiguales.

Se sancochan las chauchas y arvejas, se mezcla con los recortes del matambre cortado en pedacitos, el pan remojado en la leche, ají molido, 4 huevos crudos, el queso rallado y se sazona con sal y pimienta.

Se lava bien el matambre, se rellena con la preparación anterior, agregando 2 huevos duros partidos por mitad. Se cose la boca con una aguja e hilo fuerte y se pone a hervir en una cacerola con agua, un poquito de sal, 6 granos de pimienta blanca, 1 hoja de laurel, 1 cabeza de cebolla, 2 dientes de ojo; cuando está bien blando se saca, se deja enfriar y se corta en rebanadas.

Matambre adobado

Matambre grande y gordo	1	
Carne de cerdo	1	kilo
Aceite	1	taza
Vinagre	1/2	taza
Vino blanco	1/2	vaso
Ron o coñac	1/2	vaso
Jamón	4	rebanadas
Huevos duros	3	

2 zanahorias, 1 cebolla, 1 hoja de laurel, 2 dientes de ajo, 1 gajito de orégano, 1 cucharadita de pimentón colorado dulce, 6 granos de pimienta.

Se lava el matambre, se unta con sal, se pone en una fuente con el aceite, vinagre, 6 granos de pimienta, el pimentón el orégano y el ajo molidos. Se deja en este adobo durante una noche.

Se pica la carne de cerdo, se pasa 2 veces por la máquina, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se agrega el vino, el ron o coñac y se deja tambien durante una noche.

Al día siguiente se estira el matambre sobre un mármol, se extiende en el medio una capa de cerdo, encima se ponen 2 tiras de ja-

món, las zanahorias sancochadas y divididas a lo largo en 4 partes, 3 huevos duros, se cubre esto con el resto de la pasta de cerdo, se dobla encima las parts del matambre forrando el relleno como un paquete, se cose con un hilo grueso todo al rededor, se ata con un lienzo o servilleta y se pone en una cacerola con agua, un poquito de sal, 1 cabeza de cebolla, 1 hoja de laurel; se hace hervir durante 3 horas, mas o menos; cuando está blando se saca se aprensa hasta que se enfria y se corta por rebanadas.

Queso de Italia

Hígado de ternera	1/2	kilo
Tocino	1	kilo
Carne de cerdo	1/2	kilo
Pan francés chico	1	
Leche	1	taza
Coñac	1	vasito

1 cabeza de cebolla picada, 1/2 cucharadita de cominos, 2 clavos de olor, sal y pimienta molida.

Se pica el hígado, la carne de cerdo y la mitad del tocino; se pasa por la máquina, se pone en una fuente mezclando con el pan remojado en la leche y pasado por el tamíz, el coñac, la cebolla, los condimentos y especias.

Se forra un molde liso con lonjas cortadas del resto del tocino, se vierte la preparación adentro, se cubre encima con tocino y se cocina al horno, en baño maría durante 3 horas mas o menos; se saca se deja enfriar un poco y se desmolda sobre una fuente, se corta en rebanadas cuando está frio y se sirve con la enalada o guarnición que se prefiera.

Queso de lengua

Lengua de ternera	1	
Carne de cerdo	1/2	kilo
Pata de vaca	1	
Tocino	1	rebanada
Pimientos dulces	6	

Se pone a hervir la pata de vaca hasta que se deshace, se sacan los huesos, se agrega la carne de cerdo y el tocino picado todo muy finito, la lengua sancochada y cortada en tiritas, los pimientos dulces en pedazos, se sazona con sal y pimienta y se hierve hasta que quede perfectamente cocida y se vacia en un molde mojado, en verano se pondrá sobre hielo y cuando está frio se saca y se corta en rebanadas.

Paté de hígado de cerdo

Hígado	1	kilo
Tocino	1/2	kilo
Sal, pimienta, nuez moscada		

Se corta el hígado en pedacitos menudos, se hace lo mismo con la mitad del tocino y se machacan con un cuchillo hasta que quede como una pasta, se condimenta con sal, pimienta y nuez moscada.

Se corta el resto del tocino en lonjas finitas, se forra con ellas un molde liso, se pone adentro la preparación y se hace cocer al horno en baño maría.

Paté de hígado de ternera

Hígado de ternera	1/2	kilo
Grasa de cerdo	1/2	kilo
Trufas	1	cucharada
Hígados de pollo	2	
Jamón cocido	1	rebanada

Laurel, tomillo, perejil, clavos de olor, sal y pimienta, tocino.

Se debe elejir un hígado de animal gordo, entonces el hígado es muy blanco y resulta muy buena la preparación de este plato que es una imitación del paté de hígado de ganso.

Se corta el hígado en pequeños trozos; se sazonan poniéndolos en una fuente y mezclándolos con todos los condimentos, un poquito de sal y pimienta.

Se calienta la grasa, se echa el hígado, el jamón, trufas, hígado de pollo todo picado, se mezcla hasta que se dore, se retira, se deja enfriar, se saca el laurel, tomillo y perejil, se pasa por la máquina y despues por un tamiz.

Se forra un molde con lonjas finitas de tocino, se pone adentro la preparación y se cocina al horno en baño-maría; cuando está en punto se saca, y si se quiere conservar muchos días, se cubre con una capa de grasa de cerdo, pero en este caso, el molde que se prepare, debe ser de loza.

Pollo en gelatina

Pollo	1	
Pata de vaca	1	
Manteca	2	cucharadas
Vino blanco	1	vaso
Arvejas	1/2	taza
Zanahorias	4	

Cebolla, una hoja de laurel, orégano, sal, pimienta en grano.

Después de destripado el pollo, se deja orear el tiempo necesario.

Se dora una cucharada de cebolla picada en la manteca caliente, se saca la cebolla, se agrega 1 zanahoria, 1 tallo de orégano, 1 hoja de laurel, un poquito de sal, 5 granos de pimienta y el pollo cortado en presas; cuando todo se ha dorado, se agrega la pata de vaca, el vino y agua caliente en abundancia, hasta cubrir las presas y la pata de vaca. Se deja hervir a fuego lento; cuando el pollo está bien blando, se saca y se deja hervir la pata una hora mas.

Aparte se cuecen las arvejas y las 3 zanahorias restantes.

Se pica el pollo, se pasa por la máquina y se mezcla con las arvejas.

Se clarifica el jugo que quedó de la cocción de la pata y se cuela.

Se unta con manteca un molde liso, se coloca en el fondo y a los costados las zanahorias cortadas en rodajas, se vierte adentro un poco de la salsa, despues el pollo con las arvejas y otra vez la salsa. Se pone el molde en hielo (si hace calor). Al enfriarse se formará una gelatina de la salsa.

Para desmoldar se sumerje medio minuto la budinera en agua caliente, se vuelca sobre una fuente y se retira el molde.

Se sirve con ensalada rusa.

Terrina de perdices en gelatina

Perdices	8	
Manteca	2	cucharadas
Caldo colado	3	tazas
Vino blanco seco	1/2	vaso
Cola de pescado	8	hojas

Cebolla, perejil, orégano, 1 hoja de laurel, 1 zanahoria, sal, pimienta, 1 clara de huevo.

Se calienta la manteca, se dora la cebolla, se agregan las perdices atadas; cuando se han dorado en la fritura, se agrega 1 cucharadita de perejil picado, 1 tallo de orégano, el laurel, la zanahoria, un poquito de sal y pimienta, el vino, 2 tazas de caldo; se tapa la cacerola y se cocina a fuego lento durante 1 hora mas o menos. Se retiran las perdices, se separan las lechugas y se colocan en una terrina de barro.

Se cuela la salsa, se agrega la otra taza de caldo, la cola de pescado remojada en agua fria, 1 clara de huevo batida. Se vuelve a poner en el fuego dejando hervir despacio durante 15 minutos, se deja enfriar un poco, se pasa por una muselina dejando caer el jugo sobre las perdices. Se presenta a la mesa en la misma terrina con una servilleta al rededor. (Las patitas y alas se aprovechan para cualquier relleno).

CAPITULO 3°

GUARNICIONES

Estas artes de guisados y cocinerías, estas golosinas y nuevas maneras de aderezar el manjar, adelantan siempre el apetito.

DIEGO GRACIÁN

Bastoncitos de queso

Queso	1/2	kilo
Leche	1	taza
Huevo	1	
Grasa o manteca para freir, perejil, harina, pan rallado.		

Se corta el queso en bastoncitos de 1 centímetro de espesor por 5 centímetros de largo, mas o menos; se ponen a remojar en la leche fria durante 2 horas, se sacan, se envuelven en harina, despues en huevo batido, por último en pan rallado y cernido y se frien en grasa o manteca muy caliente.

Se frien unos tallos de perejil para completar esta guarnición.

Se sirve con huevos rellenos, croquetas de seso o aves, con budines.

Bordura duquesa

Papas	1	Kilo
Manteca	1	cucharada
Huevos	5	
Sal, pimienta, nuez moscada		

Despues de peladas y lavadas las papas, se ponen a cocer en agua con sal. Se sacan, se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara y se ponen en una cacerola a fuego lento; se agrega 3 yemas de huevo. Se condimenta con sal, pimienta y nuez moscada.

Se pone este puré en una bolsa con boquilla de decorar. En una fuente que resista al horno, se hace un lindo borde; se pinta con 2 yemas de huevo y se pone al horno, durante 5 o 6 minutos.

Se sirve con pollo asado, con huevos escalfados o con restos de vaca o aves.

Cebollas doradas

Cebollas blancas	8	
Manteca	1	cucharada
Caldo	2	tazas
Azúcar	8	cucharaditas
Sal		

Se cortan las extremidades de las cebollas hasta 1 centímetro de espesor, se echan en agua hirviendo dejando que hiervan durante 10 minutos, se sacan, se quita la piel amarilla y la primera capa blanca, y con un cuchillo se saca el corazón a cada cebolla. Se unta con manteca una sarten, se colocan las cebollas, se pone 1 cucharadita de azúcar en los huevos que se hicieron al quitar el corazón de las cebollas; se pone a fuego vivo, teniendo cuidado de dar vuelta las cebollas para que se doren por igual, se cubren con caldo, se coloca la sarten sobre la plancha, poniendo encima una tapa de cacerola o una lata con brasas para que el caldo se cuaje y se doren las cebollas. Se observará cuando las cebollas esten cocidas, retirándolas para que no se desarmen.

Se sirve con asados de carne, aves o pescados.

Ensalada decorativa

Apios	4	
Nueces	8	
Huevos	2	
Aceite	1/2	taza
Vinagre	1	cucharadita
Naranjas mandarinas	4	

Se limpian los apios, se ponen a cocer en agua hirviendo con sal, se sacan y se cortan en rodajas.

Después de sacar la cáscara a las nueces, se ponen en agua muy caliente y se saca el pellejo con los dedos.

Se parten las naranjas por el medio; se saca con una cucharita la parte comible, (esta parte, que no entra en la preparación de este plato, se aprovecha en ensalada de fruta).

Se cuece 1 huevo duro, se saca la yema, se deshace bien, se mezcla con 1 yema de huevo crudo, se incorpora el aceite gota a gota, trabajando con una cuchara de madera hasta formar una salsa de regular espesor; se agrega el vinagre y un poquito de sal.

Se pone en cada mitad de naranja un poco de los apios mezclados con las nueces, y se cubre con la salsa. (Las mandarinas, pueden ser reemplazadas por naranjas comunes).

Ensalada para pavos o fiambres

Papas medianas	10	
Zanahorias	4	
Tomates	2	
Huevos duros	2	
Lechuga	1	planta
Arvejas en conserva	1/2	tarrito
Salsa mayonesa	4	cucharadas

Se pelan 4 papas, se cortan en cuadraditos y se ponen a cocer en agua con sal. En la misma agua se cuecen 6 papas enteras,

Se cuecen aparte las zahanorias cortadas en rodajas.

Se desarman las 6 papas antes que se enfrien, se pone la mitad del puré alrededor de una fuente; la otra mitad se pone en la prensa de puré, después de haberle dado color con los tomates pelados y pasados por un tamiz, se deja caer sobre el puré blanco.

Se mezclan las papas en cuadraditos con la salsa mayonesa, se colocan en el centro de la fuente, se adorna encima con las arvejas, se pone alrededor la lechuga cortada muy finita, encima de la lechuga se ponen rebanadas de huevo duro y las zanahorias.

Ensalada rusa

Huevos duros	2	
Alcachofas	2	
Zanahorias	4	
Apio	2	trozos
Papas	4	
Arvejas	1	taza
Remolachas	2	
Espárragos	12	
Salsa mayonesa	4	cucharadas.

Se cuecen las verduras, se pican muy menuditas, se mezclan con los huevos duros picados y con la salsa mayonesa.

Ensalada de palta

Frutas de palta, de Tucumán	4	
Manteca	1/2	cucharada
Sal	1/4	cucharadita

Se pelan las paltas, se deshace la parte carnosa, apretándola con

una cuchara, hasta convertirla en una pasta; se condimenta con sal y se sirve sobre rebanadas de pan, untadas con manteca. Se puede agregar 1 vasito de coñac, lo que le comunica un sabor muy agradable.

Guarnición de arroz

Arroz	1	taza
Grasa o manteca	1 1/2	cucharadas
Queso rallado	2	cucharadas
Pan francés chico	1	
Cebolla picada	1	cucharada
Perejil	8	gajitos

Se frie la cebolla en la grasa o manteca caliente; se agrega el arroz bien lavado; cuando está dorado, se agrega agua caliente y se hace cocer a fuego lento, durante 25 minutos; se retira del fuego y se echa el queso.

Se corta el pan en cuadraditos, se frie el pan en 1/2 cucharada de grasa o manteca; se pone sobre una servilleta, para que esta, absorva la grasa.

Se pone el arroz alrededor de la fuente que se quiere adornar; se colocan los pedacitos de pan, formando un zócalo, colocando encima de cada uno, un gajito de perejil.

(El pan francés, puede ser reemplazado por tajadas de pimientos colorados, dulces).

Guarnición de alcachofas

Alcachofas chicas	8	
Huevos duros	2	
Aceite	1	cucharada
Vinagre	1/2	cucharada

Se cuecen las alcachofas; se sacan las hojas y los filamentos, dejando el corazón entero; se moja el hueco de cada una, con 2 gotitas de aceite y 1 gotita de vinagre; se pone encima un poco de huevo duro rallado, y se sirve con huevos o carnes de vaca o aves.

Guarnición para bifes

Zanahorias	6	
Papas grandes	2	
Huevos	2	
Manteca	1/2	cucharada
Jugo de limón agrio	1	cucharadita
Perejil		

Se cuecen las zanahorias y se cortan en cuadraditos.

Se desarman las papas, despues de haberlas cocido; se mezclan con 2 yemas, el jugo de limón y la manteca. Con esta pasta se mezclan las zanahorias y se pone un poco encima de cada bife, polvoreando encima perejil picado muy fino.

Guarnición para bifes

Arroz	1 taza
Grasa o manteca	1 1/2 cucharadas
Cebolla picada	1 cucharada
Leche	1 taza

Se frie la cebolla en la manteca caliente; se agrega el arroz, mezclando bien hasta que se ponga transparente; entonces se agrega 2 tazas de agua caliente. Cuando rompe a hervir, se coloca a fuego lento, y a mitad de la cocción, se agrega la leche caliente y un poquito de sal. Se termina de cocer y se sirve con bifes o costeletas.

Guarnición de cebollas (para guísos)

Cebollas blancas	8
1 cucharadita de azúcar	1/2 cucharadita de sal

Se cortan las extremidades de las cebollas hasta 1/2 centímetro de espesor, mas o menos; se echan en agua hirviendo, durante 10 minutos; se sacan; se escurre el agua; se refrescan, rociándolas con agua fria; se les quita la piel amarilla y la primera capa blanca; se hace un pequeño tajo al costado, con un cuchillo; se ponen en 2 tazas de agua, con el azúcar, la sal, y se hacen cocer a fuego lento, hasta que queden bien blandas; se sacan, se escurren y se ponen en el guisado que se desea, 5 minutos antes de retirarlo.

Guarnición de coliflor

Coliflor	1
Manteca	1 cucharada
Leche	1 taza
Harina	1 cucharada
Queso rallado	2 cucharadas
Huevos	2

Se cuece el coliflor; se escurre el agua y se divide en ramitos.

Se hace una salsa crema con la manteca; harina, leche, 2 yemas de huevo, (ver salsa crema), se envuelve con esta salsa los ramitos de coliflor, dejando limpios los troncos; se polvorea la salsa con queso rallado y se hacen dorar en el horno caliente.

Guarnición de chauchas

Chauchas	1/2 kilo
Manteca	1 cucharada

Se cuecen las chauchas, segun las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo; se separan los filamentos y se pasan por manteca. Se sirve con pollos asados, con bifes, etc.

Guarnición de chauchas

Chauchas	1/2	kilo
Manteca	1	cucharada

Se cuecen las chauchas, según las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo, se separan los filamentos y se pasan por manteca. Se sirve con pollos asados, con bifes, etc.

Guarnición de arvejas

Arvejas	1/2	kilo
Manteca	1	cucharada

Se cuecen las arvejas según las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo, se pasan por manteca agregando si se quiere, pedacitos de jamón cortados muy finitos.

Se sirve con aves asadas o budines.

Guarnición a la jardinera

Chauchas	1	platito
Zanahorias	5	
Arvejas en conserva	1	tarrito
Manteca	1	cucharada

Se cortan las chauchas muy menuditas y las zanahorias en rodajas muy finas, se ponen en una cacerola, se cubren con agua hirviendo, se agrega sal y se cuece en fuego regular.

Se sacan, se escurre el agua, se agregan las arvejas en conserva. Se calienta la manteca y se doran las legumbres. Se agregará 1 o 2 cucharadas de caldo si fuera necesario.

Esta guarnición se puede servir con fiambres de carne de vaca o de aves, con costillas asadas, bifes, huevos,

Guarnición de lengua

Lengua escarlata	8	rebanadas
Encurtidos	8	
Perejil		

Se corta la lengua en láminas muy finas, se pone encima de cada una un encurtido rodeándolo de perejil picado muy fino.

Guarnición a la moda

Papas grandes	6	
Arvejas en conserva o frescas	1 1/2	tazas
Manteca	1	cucharada

Se pelan las papas, se cortan con el moldecito en forma de cucharadita redonda, se cuecen en agua con sal sin dejar que se desarmen.

Las arvejas, si son frescas, se cuecen en agua hasta que ablandan; se ponen en una cacerola junto con las papas y la manteca, se acerca al fuego y cuando la manteca se derrite se sacan y se sirven.

(Cuando se hace con arvejas en conserva no es necesario cocerlas antes de pasarlas por manteca).

Guarnición de pan

Pan de centeno o pan francés	8	rebanadas
Manteca	2	cucharadas
Queso rallado	1	cucharada

Se corta el pan en rebanadas de un centímetro de espesor, se mojan en 1 cucharada de manteca derretida y se escurren.

Se mezcla el queso con una cucharada de manteca hasta formar una pasta. Se unta con esta pasta las rebanadas de pan, se ponen en un plato y se hacen dorar al horno caliente durante 6 minutos.

Se sirve con budines, pescados, etc.

Guarnición a la pastora

Manteca	1	cucharada
Huevos	6	
Acelgas	2	atados
Arvejas tiernas	1	taza

Perejil picado, sal, pimienta, rebanadas de limón.

Se cuecen las acelgas, se sacan los filamentos, se pican y se pasan por un tamiz; se mezcla este puré con las arverjas y el perejil.

Se derrite la manteca, cuando está caliente se dora la cebolla, se agrega la preparación anterior, se sazona con sal y pimienta; después de 3 minutos se retira del fuego y se agregan 4 huevos crudos.

Se cose una bolsita de lienzo, se pone adentro un poco de la pasta, después se pone 1 huevo cocido duro y pelado, otro poco de pasta, 1 huevo y se termina con la pasta sin llenar completamente la bolsita; se cose la boca y se pone a cocinar en agua hirviendo con sal durante 30 minutos, dando vuelta a ratos para que el cocimiento se efectúe igual. Se saca, se escurre el agua, se desata la bolsita por un costado cuando se ha enfriado completamente, se corta en rebanadas de 1 centímetro de espesor.

Se sirve con fiambre de carne, acompañando con rueditas de limón agrio.

Guarnición de zanahorias

Zanahorias	8	
Caldo colado	1	taza
Azúcar	1	cucharadita
Un poquito de sal		

Se cortan las zanahorias dándoles una buena forma, se ponen en una cacerola con el caldo, el azúcar, la sal; se tapan, se cuecen a fuego vivo durante 30 minutos mas o menos.

Tomates en conserva

Tomates, aceite de buena clase, laurrel, ajo, pimienta blanca.

Se elijen tomates sanos y maduros, se cortan en pequeños trozos, se colocan en un bote de vidrio de cuello ancho poniendo de trecho en trecho algunas hojas de laurel, dientes de ajo y granos de pimienta blanca, se deja un espacio de 4 dedos, encima se vierte aceite hasta llenar el bote y se coloca en un recipiente con agua fria poniéndolo después a hervir por espacio de 15 minutos, después de este tiempo se saca el bote, se sumerje en agua fria, se tapa inmediatamente y se lacra. Se puede conservar mucho tiempo.

Pickles

Cebollitas chicas, ramitos de coliflor, pepinillos, zanahorias cortadas en trozos, ajíes, hojas de laurel, clavos de olor, pimienta blanca en grano, vinagre blanco fuerte

Se lavan las verduras en agua fria, se secan con un lienzo y se ponen en un frasco de cuello ancho, intercalando 2 o 3 hojas de laurel, unos granos de pimienta, clavos de olor, dejando un espacio de 4 dedos. Se llena el bote con vinagre, se tapa bien y se conserva el tiempo que se quiera.

Puré de papas

Papas	1	kilo
Manteca	1	cucharada
Leche	1	taza

Se pelan las papas, se cortan en rebanadas y se cuecen en agua sin sal. Con este procedimiento las papas pierden la goma que contienen. Después de cocidas se desarman en calientes por la prensa de puré, se aplastan con una cuchara, se pone el puré en una cacerola acercándola al fuego y mezclando con una cuchara durante unos minutos para secar el agua, en seguida se agrega la manteca, después la leche mezclando bien hasta que se pierde la manteca y la leche. Se sirve en seguida de hacerlo y se emplea para acompañar aves o carnes asadas, bifes, huevos, etc.

Puré de espinacas y alcachofas

Espinacas	4	atados
alcachofas	6	
Manteca	1	cucharada

Se cuecen las alcachofas, se sacan las hojas y los filamentos y se pasa el corazón por un tamiz.

Aparte se cuecen las espinacas, se separan los troncos y se pasan las hojas por un tamiz.

Se mezcla el puré de las alcachofas con las espinacas y se salta en manteca agregando un poquito de sal.

Se puede agregar 2 o 3 papas desarmadas.

CAPITULO 4º

CALDO, PUCHERO, SOPAS

—Buena olla,
Quiero decir, buen cocido
No ha de faltar.

BRETÓN DE LOS HERREROS

Caldo y puchero de carne

Carne de vaca	2	kilos
Sal	1	cucharadita
Agua	16	tazas

2 zanahorias, 1 puerro, 1 nabo, 1 taza de apio, 1 cabeza de cebolla, orégano, perejil.

Segun la estación se agregará batatas, zapallo, ancos, choclo, repollo, etc.

(Las batatas se pelan sacándoles la cáscara con una corteza gruesa y se ponen en agua fría a medida que se van pelando)

Se lava perfectamente la carne en agua fria, se pone en la olla colocando los huesos grandes abajo, se echa el agua, fria, si se desea un caldo sustancioso y si al contrario se quiere la carne sustanciosa, se la echará en la olla cuando el agua hierve.

El agua hirviendo cierra los poros de la carne e impide que salga toda la sustancia.

Se coloca la olla a fuego vivo, se agrega la sal, se tapa y se deja sin mover hasta que hierva; antes de que rompa a hervir se destapa la olla para que el caldo no se enturbie y cuando hierve y ha subido toda la espuma se desespuma cuidadosamente con el cucharón agujereado, se limpian los bordes de la olla con un lienzo de cocina y si despues de esta operación el caldo no resultara bien claro, se añadirá medio cucharón de agua fria, se dejará hervir y se espumará de nuevo. Esta operación puede repetirse 2 veces, con lo cual, si se han observado las reglas anteriores, quedará perfectamente claro.

Después de esto se ponen las hortalizas calculando el tiempo que emplea cada una en cocerse, de manera que primero se pondrán las más duras y despues las mas tiernas.

Se probará el caldo no aumentando mucha sal, porque al hacer la sopa debe reducirse.

Si se quiere el caldo desengrasado, se sacará mientras hierve, toda la grasa de la superficie. (Esta grasa se puede aprovechar en guisos o salsas).

El caldo debe hervir sin interrupción y a fuego regular, durante 2 horas cuando la carne es de animal joven y mas tiempo cuando la carne es dura. La ebullición nunca debe ser violenta y desde que se desespuma, la olla debe estar tapada en sus 3/4 partes.

El caldo de la mañana puede guardarse para la sopa de la noche poniéndolo en un sitio fresco y tapándolo recién cuando se enfríe.

Caldo y puchero de gallina

Gallina gorda	1	
Carne de vaca con huesos	1	kilo
Arroz	1	taza
Papas	8	

2 zanahorias, 1 trozo de apio, 1 cabeza de cebolla.

Se mata la gallina el dia anterior, se pela, se destripa y se cuelga en un sitio fresco y ventilado.

Al dia siguiente se lava en agua fria, se pone en la olla con la carne y 1 cucharadita de sal agregando 12 tazas de agua fria, después se continúa como se explica para el caldo de carne, agregando las hortalizas despues de desespumar el caldo. (Las papas se cocerán aparte). Después de 2 horas de ebullición se agregará el arroz y cuando el arroz está cocido, las papas. Se sirve con las papas y el resto de las hortalizas con la gallina.

(Cuando se quiere preparar alguna sopa no se pondrá arroz).

Caldo al minuto

Carne blanda sin huesos	1	kilo
Gallina	una	mitad
Apio	un	trozo
Nabo	1	
Zanahorias	2	

Se machaca la carne, se pica muy menudo, se hace lo mismo con la carne de la gallina y se pone en una cacerola con 8 tazas de agua fria y sal. Se siguen las indicaciones que se dan para el caldo y puchero, agregando después que esté el caldo desespumado, las hortalizas, se deja hervir durante 30 minutos y se sirve.

Caldo de escabeche

Zanahorias	2	
Cebollas blancas	2	
Vinagre fuerte	1	taza
Pimienta blanca en grano	1	cucharadita
Sal	1	cucharadita

1 ramillete de orégano, tomillo, perejil y laurel.

Se ponen todas las verduras, la pimienta y el ramillete en una olla o cacerola grande, se acerca a un fuego suave durante 10 minutos removiendo o sacudieddo la cacerola para que se tuesten; despues se añade agua fria hasta mas de la mitad de la cacerola, el vinagre y la sal y se hace hervir a fuego lento durante 1 hora.

Se cuela por una servilleta, se deja enfriar y se tapa hasta que haya de emplearse.

Este caldo se emplea para dar sabor a ciertos pescados de rio: poniendolos durante 24 horas en el caldo tibio al principio, o para escabechar jamones.

Se puede guardar algunos días pero teniendo cuidado de hacerle dar un hervor diario.

Caramelo para colorar

Para dar un color dorado a ciertas sopas, salsas, licores, etc., se prepara un caramelo que se puede guardar hasta 2 y 3 meses, sin que sufra alteración.

Se hace de la siguiente manera: se pone en una cacerolita 1 taza de azúcar, se moja con media taza de agua fria, se pone a fuego muy vivo dejando hervir hasta que al quemarse tome un color de caoba oscura; entonces se hecha 1/2 taza de agua fria y se pone a fuego regular, se deja disolver el caramelo que se habrá endurecido al agregarle el agua, se retira, se deja enfriar, se pone en una botella y se tapa para emplearlo en el momento necesario.

Consommé

Carne de vaca	1/2	kilo
Carne de ternera	1/2	kilo
Gallina	1	
Zanahorias	2	
Puerros	2	
Caramelo	2	cucharaditas

Se pone la gallina en una parrilla o asador, a fuego muy vivo, dándola vuelta de todos lados para que se dore pero sin cocerse completamente; despues se corta en presas, se reserva la pechuga y se pone el resto en una olla agregando la carne de vaca la de ternera y 4 litros de agua (16 tazas).

Se deja hervir y se espuma como se indica para el caldo y puchero, después se agrega 1/4 cucharada de sal y las hortalizas, se tapa dejando una abertura y se hace hervir suavemente y sin interrupción durante 4 horas; después de este tiempo se cuela el caldo, se desengrasa y se vuelve al fuego agregando la pechuga que se reservó cortada en lonjas haciendo hervir de nuevo hasta que esta se cueza.

Se sirve en las tazas para consommé, caliente o frio y en lugar de sopa.

El caramelo recien se pone al estar el consommé en la sopera.

Puchero seco

Carne de vaca (del pecho)	1	kilo
Carne de cerdo o cordero (con huesos)	1	kilo
Charqui (carne seca)	1	kilo
Chorizos criollos	1	kilo
Tocino	1/4	kilo
Arroz carolina	4	tazas
Porotos secos	2	tazas
Repollo	1	
Batatas	4	
Zapallo	1	
Grasa	2	cucharadas
Cebolla picada	2	cucharadas
Pimentón colorado	1/2	cucharada

Se pone una olla con agua hasta más de la mitad; cuando hierve se echa el repollo cortado en 4 partes y lavado varias veces en agua fria, los porotos que se habrán remojado la noche anterior, sal, la carne, el charqui, los chorizos, el tocino, el zapallo y las batatas cortadas en pedazos; cuando vuelve a soltar el hervor se echa el arroz y se hace hervir sin interrupción hasta que todo quede muy bien cocido, entonces se deja espesar hasta que quede sin caldo. (Se tendrá cuidado de aumentar agua caliente hasta la perfecta cocción de todos los ingredientes y de mezclar con mecedor de madera, de rato en rato).

Por último se hace una grasa frita como se explica para el locro y se sirve en una fuente, poniendo de un lado el arroz y porotos y del otro la carne, charqui, etc.

Puchero español

Carne para puchero	1	kilo
Carne del blando	1	kilo
Tocino flaco	1/2	kilo
Porotos	2	tazas
Aceite	4	cucharadas
Repollo	1	
Papas	8	
Zapallo	8	trozos
Zanahorias	4	
Huevos	2	

1 cabeza de cebolla, 1 tomate, 1 pimiento, 1 ramito de perejil y orégano, pan rallado, harina.

Se pone la carne del puchero según las indicaciones que se dan para el caldo y puchero; despues de desespumar el caldo se echa la cebolla, el tomate, el pimiento cortado en pedazos, el perejil y orégano dejando hervir a fuego regular durante 1 hora y agregando después de ese tiempo el repollo cortado en 2 pedazos y un trozo de tocino flaco.

Se machaca la carne blanda con un cuchillo pesado, raspándola a medida que se va desprendiendo, hasta formar una masa a la que se agregará tocino machacado, se pone en una fuente, se mezcla con los huevos y un poco de pan rallado sazonando con sal y pimienta. Se pone un poco de harina en la tabla de picar, se coloca allí la pasta dándole una forma larga y haciéndola rodar por la harina para darle una forma redondeada.

Despues que el caldo ha hervido 30 minutos con el repollo y el tocino, se le agregan las papas y el zapallo pelado, las zanahorias y la carne preparada como se indica anteriormente, la que se pondrá con cuidado levantándola con un cuchillo.

Se cuecen aparte los porotos, después de haberlos remojado durante la noche en agua, se frien en el aceite sacudiendo la cacerola para que no se peguen y sazonándolos con sal y pimienta. (Los porotos también se pueden freir con grasa a la que se habrá agregado, después de caliente, 1 cucharadita de pimentón).

Se sirve poniendo en una fuente la carne con las verduras y en otra la preparación de la carne machacada y los porotos.

Cazuela de corderito

Carne de corderito gordo	2	kilos
Arroz	1	taza
Leche	2	tazas
Manteca	1 1/2	cucharadas
Papas	8	

1 cabeza de cebolla, 1 pimiento dulce, 3 zanahorias, perejil y orégano seco.

Se frien las verduras picadas en la manteca caliente, se dora la carne de corderito cortada en trozos dejándole los huesos, se agrega 2 1/2 litros de agua caliente (10 tazas), se deja hervir 1 hora y se agrega las papas peladas y el arroz; cuando el arroz está a medio cocer se agrega la leche y se termina la cocción a fuego lento.

Se sirve el caldo con la carne, papas, etc.

Cazuela de vigilia

Leche	8	tazas
Papas	8	
Grasa o manteca	1 1/2	cucharadas
Cebolla picada	1	cucharada
Arroz	1	tacita
Huevos	8	
Pimentón colorado	1	cucharadita
Sal, orégano seco		

Se fríe la cebolla en la grasa caliente, se agrega el pimentón, 1 ramito de orégano, las papas peladas y sancochadas; cuando todo está dorado se agrega la leche caliente, se deja hervir durante 10 minutos y se agrega el arroz dejándolo cocer a fuego lento. Antes de servir se ponen los huevos haciéndolos cuajar (cuando la clara se pone blanca).

Cazuela valenciana

Pollo	1	
Salchichas	1	metro
Arvejas frescas	1	taza
Porotos frescos	1	taza
Arroz	1	taza
Pescado o ranas	1/2	kilo

Aceite o grasa de cerdo, 3 pimientos, 3 tomates, 2 dientes de ajo, 2 hebras de azafrán, perejil, sal, pimienta.

Se pone el aceite o grasa en una cacerola de fierro; cuando está caliente se frie los pimientos cortados a lo largo en 4 partes, se sacan despues de fritos, echando en seguida el pollo cortado en presas, las salchichas cortadas en pedacitos; cuando esto se ha dorado se agrega los ajos picados, los tomates cortados en rebanadas, el perejil, el azafrán, sal y pimienta revolviendo todo hasta que se fria; entonces se agrega las arvejas y porotos, se da unas vueltas con el cucharon agregando despues caldo o agua caliente y dejando hervir hasta que quede cocido. Por último se agrega el arroz, los pimientos que se retiraron y el pescado o ranas; cuando el arroz está a medio cocer se pone la cacerola a fuego lento, se termina de cocer y se sirve.

Cazuela chilena de gallina

Gallina	1	
Grasa de cerdo	2	cucharadas
Arroz	1	taza
Leche	4	tazas
Huevos	8	
Papas	8	

1 cebolla, 2 dientes de ajo, 2 tomates, 1 ramito de perejil, 1 ramito de orégano, 1 ají pimiento.

Se pela la gallina, se destripa, se deja orear el tiempo necesario y se corta en presas. Se doran las presas en la grasa caliente y se ponen despues en 3 litros de agua hirviendo (12 tazas).

Se doran en la misma grasa, muy caliente, los dientes de ajo; se retiran y se frie la cebolla y el pimiento cortados en rebanadas y sin la semilla. Se echa esta fritura a la olla, dejando hervir hasta que la gallina se cueza bien; entonces se agregan las papas y el arroz; cuando el arroz está a medio cocer se echa la leche hervida y caliente y cuando está en punto se echan con cuidado los huevos, se dejan cuajar y se sirve.

Sopa de avena

Caldo colado	7	tazas
Avena	2	tazas
Leche	1	taza
Yemas de huevo	2	

Poner el caldo a fuego vivo, cuando hierve agregar poco a poco la avena agitando el caldo con un cucharón hasta mezclar bien..

Tapar la cacerola y cocinar a fuego regular durante 30 minutos, removiendo de rato en rato, después agregar la leche caliente, tener 10 minutos mas en el fuego, retirar y pasar por un colador de alambre.

Batir lijeramente en la sopera las yemas de huevo agregando lentamente la sopa y servir.

Sopa de arroz con tomates

Caldo colado	8	tazas
Arroz	1	taza
Tomates	3	

Remojar el arroz en agua fria nurante 1/4 de hora y echar en el caldo hirviendo, dejando cocinar a fuego lento durante 30 minutos.

Aparte poner a hervir los tomates y una vez cocidos pasarlos por el tamiz y agregar a la sopa en el momento de servir.

Sopa de leche y fideos

Leche	8	tazas
Fideos finos	1	plato sopero
Yemas de huevos	2	

Se pone a calentar la leche, cuando hierve se echan poco a poco los fideos y se sazona con pimienta. Se deja hervir a fuego lento hasta que se cuecen bien los fideos.

En el momento de servir se ponen en la sopera las yemas de huevo y se baten ligeramente añadiendo poco a poco la sopa.

Sopa de sémola

Caldo colado	8	tazas
Sémola	1	taza
Manteca	1	cucharada
Pan francés cortado en dados	1	taza

Poner el caldo a fuego vivo; cuando hierve agregar lentamente la sémola y al mismo tiempo agitar el caldo con un cucharón hasta mezclar bien. Poner a fuego lento, tapar la cacerola y dejar hervir despacio durante 30 minutos teniendo cuidado de remover de rato en rato.

Aparte derretir la manteca; cuando está caliente dorar los pedacitos de pan y agregar a la sopa en el momento de servir.

Sopa de sémola y leche
(Cocina alemana)

Leche	4	tazas
Yemas de huevo	2	
Sémola	1	taza
Queso rallado	4	cucharadas

Se pone la leche en una cacerola agregando igual cantidad de agua; cuando hierve se echa lentamente la sémola removiendo con un cucharón para evitar que se agrume, se sazona con sal y se deja cocer 30 minutos mas o menos a fuego lento.

Se baten ligeramente las yemas de huevo en la sopera, se vierte la sopa mezclando bien, se agrega el queso rallado y se sirve.

Sopa de tapioca

Caldo colado	6	tazas
Tapioca	6	cucharadas
Leche	1	taza

Desleir la tapioca en la leche hervida y fria.

Poner el caldo a fuego vivo; cuando hierve agregar lentamente la tapioca disuelta y al mismo tiempo agitar el caldo con un cucharón hasta mezclar bien. Tapar la cacerola, poner a fuego lento durante 15 minutos mas o menos teniendo cuidado de revolver de rato en rato.

(La leche puede ser reemplazada por agua fria, o caldo frio).

Sopa de pastas

(Las pastas pueden ser de avena, de tortuga, o de cereales. Se necesitan 2 tabletas para 8 personas).

Pasta de tortuga	2	tabletas
Caldo	8	tazas
Pan cortado en dados	1	taza
Manteca o grasa	1	cucharada
Huevos duros	2	

Se machaca la pasta en un mortero hasta reducirla a polvo, se desarma en un poco de caldo tibio y una vez que está bien desleido se echa en el caldo hirviendo dejando cocer durante 30 minutos. Se sirve con los pedacitos de pan fritos en manteca o grasa.

Sopa verde

Caldo colado	8	tazas
Arvejas secas partidas	1	taza
Papas medianas	5	
Perejil picado y orégano	1	cucharada
Aceitunas	20	

Se remojan las arvejas, se cuecen en agua, se machacan en el mortero y se pasan por un tamiz. Aparte se cuecen las papas, se desarman en calientes como para un puré y se echa al caldo junto con el puré de arvejas; se deja hervir a fuego lento durante 10 minutos y se pone en la sopera agregando el perejil y las aceitunas sin el carozo.

Sopa rosa

Caldo colado	6	tazas
Zapallo	1	trozo
Papas medianas	4	
Leche	2	tazas
Jamón crudo	4	rebanadas
Manteca	1/2	cucharada

Se cuece el zapallo y las papas, se desarman como para un puré y se echa en el caldo dejando hervir a fuego lento durante 10 minutos.

Se corta el jamón en pedacitos, se frie en la manteca y se agrega al caldo junto con la leche, se mezcla durante unos minutos y se sirve.

Sopa blanca

Pollo	1	
Arroz	5	cucharadas
Leche hervida	2	tazas
Manteca	1	cucharada

3 zanahorias, 1 nabo, 1 trozo de apio, sal, cebolla, pimienta blanca

Cocinar el pollo en dos litros de agua agregando la sal, zanahoria, nabo, apio y cebolla y una vez cocido retirarlo y colar el caldo.

Poner de nuevo el caldo en el fuego y agregar el arroz despues de haberlo lavado bien y remojado durante 1/4 de hora, añadir la leche, la manteca y pimienta y hacer hervir a fuego lento 1/2 hora mas o menos.

Cortar el pollo como dados, poner en la sopera, vaciar el caldo y servir.

Sopa crema de tomates
(Cream of tomato soup)

Tomates	6	
Leche	4	tazas
Harina	4	cucharadas
Manteca	1	cucharada
Azúcar	1	cucharadita
Sal	1/4	cucharadita
Bicarbonato de soda	1/4	cucharadita
Pimienta molida	1/8	cucharadita
Cebolla	1	rebanada

Hacer hervir la leche con la cebolla durante 5 minutos. Sacar la cebolla y añadir la harina despues de haberla disuelto bien en media taza de agua fria. Cocinar a fuego suave durante 15 minutos revolviendo constantemente. Aparte cocinar los tomates con el azúcar durante 15 minutos, añadir el bicarbonato, revolver y pasar por un colador. Mezclar esto con la leche preparada, la manteca, sal y pimienta.

Sopa de ostras
(clam bisque)

Ostras grandes en concha	25	
Leche o crema	2	tazas
Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Pimienta	1	cucharada
La yema de 1 huevo		

Lavar bien las ostras, ponerlas al fuego en una cacerola y cubrirlas de agua hirviendo. Cuando la concha se abre, sacarlas y separar la parte oscura de la parte blanda Picar perfectamente las ostras y ponerlas a hervir en agua fria hasta que se hayan cocído. Añadir agua cuando sea necesario, de manera que quede en la cacerola 4 tazas de líquido, mas o menos. Añadir la pimienta. Desleir la harina con un poco de la leche y agregar junto con la manteca, revolviendo durante 10 minutos. Calentar la leche. Al tiempo de servir se vierte la leche en el caldo, añadiendo la yema de huevo bien batida y media cucharadita de pimentón. Pasar por el colador.

Sopa crema de apio
(Cream of celery soup)

Leche	8	tazas
Apio (segun el tamaño)	4 o 6	tallos
Harina	2	cucharadas
Manteca	2	cucharadas
Cebolla	1	rebanada
Nuez moscada rallada	1/8	cucharadita
Crema	1	taza

Poner al apio en una cacerola con 4 tazas de agua fria y hacer hervir durante 45 minutos. Aparte hiervase la leche con la cebolla y nuez moscada durante 10 minutos y mezclese con el apio y el agua. Aparte tambien derretir la manteca, añadiendo la harina poco a poco hasta desleirla bien. Agregar a la sopa hirviendo, revolviendo durante 3 o 4 minutos. Condimentar con sal y pimienta. Colar y añadir la taza de crema batida cuando la sopa esté en la sopera.

Sopa crema de papas
(Cream of potato soup)

Papas (según el tamaño)	3 o 5
Leche	8 tazas
Harina	1 cucharada
Manteca	1 cucharada
Cebolla picada	1 cucharada
Sal	1/4 cucharadita
Perejil bien picado	1 cucharada
Pimienta blanca molida	1/8 cucharadita

Calentar la leche con la cebolla al baño-maría. Cocinar las papas peladas y desarmarlas antes que se enfrien; añadirles la leche caliente, la sal y pimienta.

Aparte derretir la manteca agregando poco a poco la harina y revolviendo hasta desleirla bien.

Poner de nuevo la leche con las papas al baño-maría y cuando está caliente añadir la manteca con la harina, Tener 20 minutos revolviendo a ratos. Añadir el perejil y servir.

Sopa de porotos
(Bean soup)

Porotos secos	5 tazas
Tocino salado	4 o 5 tiras
1 cebolla chica bien picada	

Remojar los porotos por la noche en agua tibia; en la mañana escurrir el agua. secarlos en un lienzo y ponerlos en una cacerola con agua fria, el tocino y la cebolla. Cocinar a fuego lento durante 4 horas mas o menos. Añadir a intérvalos agua hirviendo si se desea la sopa jugosa. Condimentar con sal y pimienta.

Sopa de arvejas
(Pea soup)

Arvejas secas partidas	4 tazas
Manteca	1 cucharada
Harina	1 cucharada
Azúcar	1/2 cucharadita
Sal y pimienta	

Rèmojar las arvejas durante la noche en agua fría. En la mañana escurrir el agua y secarlas sobre un lienzo. Ponerlas a hervir en agua fria, a fuego lento, hasta que se ablanden y deshagan, añadiendo agua hirviendo cuando sea necesario, para conservar 5 tazas de líquido, mas o menos, en la cacerola.

Aparte derretir la manteca añadiendo la harina poco a poco y revolviendo hasta desleirla bien Pasar por un colador las arvejas con el líquido que ha quedado y ponerlo nuevamente al fuego; cuando hierve añadir la manteca con la harina, sal y pimienta; dejar hervir 10 minutos a fuego lento y servir.

Sopa crema de arroz

Arroz	2	tazas
Espárragos	12	
Caldo desengrasado	8	tazas

Lavar bien el arroz, darle un lijero hervor en agua, sacarlo, escurrir el agua y despues cocerlo en el caldo hasta que se desarme. Sacarlo de nuevo, escurrir el caldo y pasarlo por el cedazo apretando con la cuchara para obtener un puré que se añadirá al caldo antes de servir, con las puntas de los espárragos que se habrán cocido aparte en agua con sal.

Sopa crema florentina

Caldo colado	8	tazas
Espinacas	4	atados
Yemas de huevo	2	
Harina de arroz	2	cucharadas

Se cuecen las espinacas y se pasan por un tamiz.

Se deslie la harina de arroz en un poco de caldo frio y se agrega al caldo hirviendo mezclando con un cucharón, despues se agrega la espinaca y se deja en el fuego durante 15 minutos mezclando siempre Se retira, se mezclan las yemas de huevo en la sopera, se agrega poco a poco la sopa despues de haberla pasado por un colador y se sirve.

Sopa crema de salud

Crema o leche	4	cucharadas
Papas peladas	5	
Berros	1	manojo
Manteca	1/2	cucharada
Yemas de huevo	2	

1 cucharadita de azúcar, un poquito de sal.

Se ponen a cocer los berros y las papas en 10 tazas de agua fria, se agrega la sal, se deja hervir durante 50 minutos y se pasa por un cedazo apretando con la cuchara para obtener un puré-

Se vuelve a poner en el fuego y cuando hierve se agrega la manteca. la crema o leche y el azúcar revolviendo durante 5 minutos.

Se baten ligeramente en la sopera las yemas de huevo, se vierte poco a poco la sopa y se agrega unas hojas de berros.

Sopa crema de espárragos

Espárragos	1/2	kilo
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Crema o leche	1/2	taza

Se lavan los espárragos, se echan en una cacerola con agua hirviendo y un poquito de sal, dejando hervir hasta que queden cocidos.

Se derrite la manteca a fuego muy suave, se incorpora poco a

poco la harina mezclando muy bien con una cuchara y deshaciendo las granulosidades que se formen; se agrega poco a poco 6 tazas de caldo caliente y la parte tierna del tronco de los espárragos, reservando las cabezas; se hace hervir, después se pone a fuego suave durante unos 30 minutos, se pasa por un tamiz, se agrega el resto del caldo, las cabezas de los espárragos y la crema o leche, se pone nuevamente al fuego durante 10 minutos.

Si se quiere la sopa con más color se agrega 1 cucharadita de caramelo cuando está en la sopera. (Ver caramelo para colorar).

Sopa de cebolla

Cebollas grandes	4	
Caldo colado	6	tazas
Leche	2	tazas
Manteca	1	cucharada
Yemas de huevo	3	
Pan cortado en dados	1	taza
Sal, pimienta		

Se cortan las cebollas en pedacitos menudos, se frien en la manteca caliente, se agrega sal y la leche; se pone a cocinar al baño-maría durante 30 minutos mas o menos hasta que las cebollas queden bien blandas. Se pasa por un colador y se agrega al caldo hirviendo.

Se baten ligeramente las yemas de huevo en la sopera, se agrega poco a poco la sopa, mezclando con un cucharón, los pedacitos de pan tostados y un poquito de pimienta.

Sopa de zanahorias

Caldo colado	8	tazas
Zanahorias	8	
Manteca	1	cucharada
Queso rallado	4	cucharadas
Sal, pimienta		

Se cuecen las zanahorias se desarman como para un puré, se mezclan con la manteca y el queso rallado, se sazona con sal y pimieeta y se agrega al caldo hirviendo.

Sopa de batatas

Caldo colado	6	tazas
Batatas grandes	4	
Leche	2	tazas
Manteca	1	cucharada
Apio, cebolla, sal y pimienta blanca		

Pelar las batatas y cocinarlas en agua con sal y un trozo de apio.

Aparte pongase a hervir la leche con la cebolla, un poquito de sal y pimienta.

Cuando las batatas están cocidas se desarman, antes que se enfrien, como para puré; agreguese la manteca mezclando bien y la leche a la que se habrá retirado la cebolla. Se hace dar un lijero hervor a todo.

Poner a calentar el caldo y cuando hierve fuerte añadir el puré.

Se sirve en seguida para no dejar asentar el puré.

Sopa de zapallo

Caldo	6	tazas
Leche	2	tazas
Pan cortado en dados	1	taza
Azúcar	1/2	cucharada

Se pela el zapallo, se corta en forma de dados y se pone a hervir en el caldo; cuando está cocido se agrega la leche y el azúcar, se retira al primer hervor y se pone en la sopera junto con los pedacitos de pan previamente tostados.

(Esta sopa puede ser de vigilia poniendo agua en lugar de caldo).

Sopa con porotos y zapallo

Porotos secos	2	tazas
Zapallo	1	trozo
Cebolla	1	cabeza
Manteca	1/2	cucharada
Caldo	8	tazas

Despues de remojar los porotos durante la noche, se ponen a hervir en la misma agua; cuando estan bien blandos se pasan por el tamíz.

Se coloca el puré de porotos y el de zapallo en una cacerola, se agrega la manteca y el caldo, se hace hervir 30 minutos a fuego lento y se sirve.

Sopa de habas

Habas secas	2	tazas
Tocino cortado	1/2	taza
Cebolla	1	
Yemas de huevo	2	
Leche fría	2	cucharadas
Papas	4	

Se pone a remojar las habas en agua tibia durante 24 horas. Se les quita la piel y se ponen a hervir en 10 tazas de agua tibia, se agrega las papas, el tocino, cebolla y un poquito de sal. Después de 4 horas de una ebullición contínua se retira, se pasa por un cedazo apretando con la cuchara para obtener un puré de las papas y habas. Se vuelve al fuego.

Se mezclan en la sopera las yemas de huevo con la leche, se vierte poco a poco la sopa revolviendo hasta ligar bien.

Se puede servir con trocitos de pan francés tostado.

Sopa de garbanzos

Caldo colado	7	tazas
Garbanzos	2	tazas
Leche	1	taza
Yemas de huevo	2	
Pimienta, nuez moscada		

Despues de remojados y cocidos los garbanzos segun las indicaciones que se dan, se les quita el pellejo y se pasan en caliente por un tamíz, apretando con la mano del mortero.

Se echa este puré en el caldo hirviendo, se agrega la leche, se sazona con pimienta y nuez moscada.

Se baten lijeramente las yemas de huevo en la sopera y se agrega poco a poco la sopa mezclando bien.

Sopa con albóndigas de pollo

Caldo de gallina o pollo	7	tazas
Pechuga de pollo, cocida	1	
Pan francés chico	1	
Leche	1/2	taza
Manteca	1	cucharada
Huevo	1	
Sal, nuez moscada		

Se pica la carne de la pechuga y se pasa por la máquina.

Se quitan las durezas al pan francés, se remoja en la leche, se pasa por un tamíz y se mezcla con el pollo agregando 1 huevo crudo, un poquito de nuez moscada y muy poquita sal, se forman las albóndigas. Se pone la manteca en una sarten; cuando está caliente se doran lijeramente las albóndigas evitando que se toquen unas con otras. Se ponen en la sopa al momento de servir.

De la misma manera se preparan sopas con albóndigas de carne, de restos de pescados o aves.

Sopa con albóndigas de sémola

Caldo colado	8	tazas
Manteca	1	cucharada
Yemas de huevo	2	
Sémola, sal, nuez moscada		

Se pone la manteca en una fuente acercándola al fuego hasta que se disuelva, entonces se retira y se mezcla con las yemas de huevo agregando despues, poco a poco, sémola hasta formar una pasta, sazonando con sal y nuez moscada; se levanta esta pasta con una cucharita y se va echando en el caldo hirviendo, dejando que se cocine durante 25 minutos. Se puede servir con queso rallado.

Sopa con albóndigas de pan

Caldo colado	6	tazas
Miga de pan	1	taza
Manteca	1	cucharada
Leche	1/2	taza
Yemas de huevo	5	
Harina	2	cucharadas
Nuez moscada, sal y pimienta		

Se pone a remojar la miga de pan en bastante agua tibia durante 15 minutos, se saca, se exprime, se pone en una cacerola con la leche y la manteca y se coloca en el fuego revolviendo bien hasta que se forme una pasta de regular consistencia; se retira y se deja enfriar, se añaden las yemas, los condimentos y la harina mezclando todo perfectamente.

Se pone a calentar el caldo y cuando hierve se van formando con una cucharita, pequeñas albóndigas de la pasta echándolas en el caldo. Se dejan cocer 15 minutos mas o menos y se sirve.

Sopa con albóndigas de queso

Se hace como la anterior, sustituyendo el pan por queso rallado.

Sopa con albóndigas de papa

Se hace una pasta como se explica para las albóndigas de papa (ver en el capítulo albóndigas y croquetas) y se cuece poniendo por cucharaditas en el caldo hirviendo.

Esta pasta tambien puede hacerse mezclando igual cantidad de papa cocida y deshecha, pan rallado y un poquito de leche.

Sopa de pan

Rebanadas de pan francés	16	
Rebanadas delgadas de queso	10	
Queso rallado	2	cucharadas
Caldo colado	3	tazas
Manteca	1	cucharada
Jamón crudo picado	3	cucharadas
Hígados de pollo, cocidos	4	
Huevos duros	2	
Yemas de huevo	2	
Cebolla picada	1	cucharada
Pimentón	1/2	cucharadita

Tostar lijeramente en el horno las rebanadas de pan y cubrir con ellas el fondo de una fuente que resista al horno, encima poner una capa de las rebanadas de queso.

Aparte derretir la manteca y cuando está caliente agregar la cebolla dando vuelta con la cuchara hasta que ésta se dore, agregar el pimentón, el jamón, los hígados, y huevos duros perfectamente picados y tener al fuego durante 10 minutos.

Mojar las rebanadas de pan que se han puesto en la fuente, con el caldo, poner encima una capa de la fritura anterior, encima poner otra capa de pan, despues de queso y otra vez la fritura y poner finalmente una capa de pan y mojar con el resto de caldo.

Aparte batir las yemas un poco, mezclar con el queso rallado y cubrir con esto la fuente. Cocinar en el horno durante 1/2 hora mas o menos.

Sopa de hongos

Caldo colado	8	tazas
Hongos secos	1/2	taza
Huevos duros	2	
Yemas de huevo	2	
Zanahorias	2	
Manteca	1	cucharadita

Perejil, 2 hojas de laurel, 1 cebolla, pimienta

Se ponen a remojar los hongos durante la noche, en agua fría. Se ponen a cocer en el caldo agregando un poco de perejil, de pimienta, 2 hojas de laurel, 2 zanahorias 1 cebolla; cuando los hongos se han cocido se pasa el caldo por un colador, se vuelve a poner al fuego agregando las zanahorias picadas y algunos hongos picados.

Se baten lijeramente en la sopera 2 yemas de huevo con 1 cucharadita de manteca, se agrega poco a poco la sopa revolviendo bien, despues los huevos duros picados y se sirve.

Sopa de pescado

Pescado	1	
Zanahorias	2	
Cebollas	2	
Clavos de olor	2	
Pan cortados en dados	1	taza
Perejil, sal		

Despues de quitar las escamas y destripar el pescado que debe ser grande y gordo, se lo corta en pedazos, se sazona con sal y se deja en reposo 1 hora; se lava en agua fría y se pone en una cacerola con 12 tazas de agua fria, las zanahorias, cebollas, perejil y clavos de olor; se hace hervir 30 minutos mas o menos hasta que el pescado se haya cocido; se retira, se cuela el caldo el que se pone de nuevo a hervir durante 40 minutos.

Se tuestan en el horno los pedacitos de pan y se agregan al caldo en el momento de servir.

El pescado se sirve aparte con una salsa (Ver salsas).

Sopa de tortuga
(Imitación)

La cuarta parte de una cabeza de ternera		
Jamón crudo sin tocino	3 o 4	rebanadas
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Extracto de carne	2	cucharadas
Yemas de huevo, duras	3	
Ají picante, laurel, nuez moscada, sal, cebolla picada.		

Lavar bien la cabeza de ternera y poner a cocinar con agua y sal. Cuando se ha cocido, sacar y picar perfectamente.

Derretir la manteca; cuando está caliente freir la cebolla, añadir el ají bien picado y despues la carne picada, el laurel, nuez moscada y el jamón tambien picado.

Agregar esta fritura al caldo en que hirvió la ternera y poner que hierva a fuego lento 1 hora.

Aparte desleir la harina en 2 cucharadas de caldo frio, agregar a la sopa 10 minutos ante de servir, revolver siempre en el fuego y por último añadir el extracto de carne y las yemas del huevo bien picadas.

Sopa imitación de tortuga
(Cocina inglesa)

Cabeza de cordero	1	
Caldo de vaca	8	tazas
Harina	2	cucharadas
Manteca	1/2	cucharada
Vino Madera o Marsala	1	vaso
Limón agrio	1	
Huevos	6	
Caramelo	1	cucharadita
Perejil, orégano, ají picante, pan rallado		

Se cuece la cabeza de cordero en agua con sal, se deja enfriar, se desprende la carne de los huesos sacando las partes membranosas, se pela la lengua, se sacan los sesos y se pica todo perfectamente.

Se cuecen 5 huevos duros, se sacan las yemas se pasan por un tamíz se mezclan con la manteca; 1 yema cruda, 1 cucharada de pan rayado y cernido.

Se dora la harina en una cacerolita, se le incorpora 3 cuchara-

das de caldo frio y se vierte en el caldo hirviendo, agregando a la vez el caramelo.

Se forman con la pasta de los huevos unas pequeñas albondiguitas y se ponen en la sopa para que imiten los huevos de tortuga; se agrega el vino, el jugo del limón, perejil picado, oregano seco, ají picante y se retira del fuego.

Sopa flamenca

Caldo	10	tazas
Papas	4	
Repollo blanco	1	
Zanahorias	2	
Costrones de pan frito		

Se cuecen muy bien las papas, zanahorias y el repollo en el caldo, se retiran y se pasan por un tamíz; se echa sobre este puré el caldo hirviendo y se sirve con costrones de pan frito.

Sopa española

Caldo	10	tazas
Arroz	2	tazas
Cebollas blancas	2	
Tomates	2	

Se hace hervir el arroz en el caldo, agregando despues las cebollas picadas y los tomates; cuando todo está cocido se pasa el arroz y las verduras por un tamíz, se cuela el caldo, se vuelve a poner en el fuego y cuando hierve se agrega el puré del arroz y las verduras.

Sopa a la reina

Caldo de gallina	8	tazas
Yemas de huevo	3	
Pan cortado en dados	1	taza
Manteca	1	cucharada

Se baten las yemas en una sopera durante 1/2 minuto, se vierte lentamente el caldo hirviendo mientras se va mezclando con una cuchara, se agrega el pan frito en la manteca y se sirve.

Sopa a la Parmentier

Caldo colado	6	tazas
Papas, según el tamaño	6 u 8	
Manteca	1	cucharada
Leche	1	taza
Pan cortado en dados	1	taza
Perejil, orégano seco		

Después de pelar y lavar las papas se cuecen en agua con sal, se pasan en calientes por la prensa, despues se desarman con la cuchara y se pone en una cacerola agregando la manteca y la leche caliente. Se cocina a fuego lento durante 10 minutos revolviendo bien.

Aparte se calienta el caldo y cuando hierve se agrega el puré mezclando bien. Se sirve poniendo en la sopera el perejil y orégano finamente cortados.

Sopa de Mayo

Caldo	8	tazas
Tapioca o harina de arroz	8	cucharadas
Pechuga de pollo, cocida	1/2	pechuga
Lengua escarlata	1	trozo
Zanahorias	3	

Se corta la carne de la pechuga y la lengua en lonjitas muy finas; se hace lo mismo con las zanahorias, despues de haberlas cocido,

Se deslie la tapioca en un poco de caldo frio, se vierte lentamente en el caldo hirviendo mezclando al mismo tiempo con el cucharón para evitar que se formen grumos; se tapa la cacerola, se pone a fuego lento; y se deja cocer durante 20 minutos mezclando a ratos para que no se pegue.

Se ponen las lonjitas que se han preparado en la sopera, se vierte la sopa y se sirve.

Sopa de primavera

Caldo colado	6	tazas
Zanahorias	4	
Puerros	2	
Nabos	2	
Chauchas	1/4	kilo
Papas	4	
Manteca	1	cucharada
Leche	1	taza
Yemas de huevo	2	
Cebollas, pimientos, perejil		

Limpiar bien las zanahorias, puerros, nabos y chauchas sacando a estas todos los filamentos y picar perfectamente.

Poner a derretir la manteca, freir la cebolla y retirarla, agregar la verdura y cocinar a fuego lento 10 minutos, agregar el caldo caliente y dejar cocinar la verdura mas o menos 1 hora.

Aparte pelar las papas, cocinarlas y desarmarlas como para puré agregando la leche.

Agregar este puré a la sopa 10 minutos antes de servir.

Por último añadir las yemas de huevo.

Esta sopa puede ser de vigilia suprimiendo el caldo y poniendo en su lugar 5 tazas de agua y 2 de leche.

Sopa Solferino

Caldo colado	8	tazas
Papas	1	kilo
Tomates	6 u 8	
Chauchas	1	plato
Puerros	4	tajadas
Cebolla	1	
Manteca	1	cucharadita
Perejil, orégano, sal, pimienta		

Se pone a derretir la manteca; cuando está caliente dorar la cebolla y los puerros, sacarlos y agregar la mitad de las papas peladas, lavadas y cortadas en rebanadas, los tomates cortados en pedazos y quitadas las semillas, mezclando en el fuego durante 2 o 3 minutos. Añadir el caldo caliente y hacer hervir a fuego regular durante 40 minutos. Retirar y pasar por un cedazo de alambre apretando con la cuchara. Poner de nuevo en el fuego dejando hervir 10 minutos.

Pelar la otra mitad de las papas, cortarlas con molde redondo y cocinarlas en agua con sal.

Aparte cocinar las chauchas, cortarlas en pedazos pequeños y añadir junto con las papas, a la sopa. Servir.

Sopa Susana

Caldo	8	tazas
Manteca	1	cucharada
Zanahorias	6	
Papas	4	
Huevos	1	

Peladas las papas y zanahorias se cortan en dados y se saltan en la manteca agregando sal, pimienta y 1 cucharadita de azúcar; cuando estan doradas se echa en el caldo haciendo hervir hasta que se cuezan.

Al tiempo de servir se añade 1 yema de huevo en la sopera y 1/2 cucharada de perejil picado, se vierte la sopa mezclando rápidamente y se sirve.

CAPITULO 5º

PESCADOS

INDICACIONES PARA DESALAR Y COCER EL BACALAO

Se pone el trozo de bacalao en una mesa; se hacen con un cuchillo cortes largos por el lado interior, teniendo cuidado de no llegar a la piel para que el trozo quede todo unido. Estos cortes permiten que el agua penetre mejor en la carne.

Se llena una terrina o fuente honda con agua fria y por medio de un colador o una rejilla se mantiene suspendido a media altura de la fuente el trozo de bacalao.

Se remoja asi 48 horas renovando el agua 4 o 5 veces durante el dia. (En los dias de calor solo se tendrá 24 horas en remojo).

Una vez sacado del agua el trozo de bacalao, se pone sobre una tabla de picar, se raspa superficialmente la piel con un cuchillo para permitir que la cocción se efectúe igual, se pone en seguida en una cacerola con agua fria y leche por partes iguales y en cantidad abundante, se agrega 5 o 6 granos de pimienta y se coloca a fuego lento dejando que hierva despacio y sin interrupción durante 10 o 15 minutos, se retira la cacerola, se la pone a cierta distancia del fuego y se la deja tapada durante 15 minutos mas o menos para que la cocción continue haciéndose al vapor.

Bacalao a la provenzal
(Brandade de morue)

Bacalao	1	kilo
Aceite	2	cucharadas
Crema o leche	1/2	taza
Yemas de huevo	3	
Rodajas de limón, trufas		

Despues de remojado y cocido el bacalao según las indicaciones anteriores, se saca de la cacerola, se quitan la piel y espinas, se pica la carne y antes que el pescado se enfrie se muele en un mortero de piedra hasta que quede convertido en una pasta lisa. Esta operación es larga y cansadora pero de su buena ejecución depende el resultado de este plato.

Se pone la pasta en una fuente, se agrega poco a poco y alternativamente el aceite y la crema o leche, mezclando con una cuchara de madera como si fuera una mayonesa.

Se prueba, aumentando sal si es necesario, se agregan las yemas de huevo, se pone en cocotes de loza, se adorna con las trufas y una rodaja de limón, se ponen las cocotes dentro de una asadera con agua caliente y se entra al horno durante 15 minutos.

Croquetas a la provenzal

Se prepara el bacalao como para el bacalao a la provenzal, se forman las croquetas, se envuelven en huevo, despues en pan rallado y se frien en grasa y aceite por partes iguales.

Se sirven con rebanadas de pan tostado y rodajas de limón.

Bacalao al horno

Bacalao	1	kilo
Papas medianas	8	
Manteca	1	cucharada
Leche	1	taza
Sal y pimienta		

Despues de remojado y cocido el bacalao, según las indicaciones que se dan, se muele en el mortero.

Aparte se cuecen las papas y se pasan en calientes por la prensa de puré. Se mezcla este puré con el bacalao añadiendo la manteca y leche, sazonando con pimienta y sal si fuera necesario; se pone en una fuente y se hace dorar al horno durante 15 minutos.

Bacalao a la duquesa

Bacalao	1	kilo
Manteca	2 1/2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Leche	2	tazas
Bordura de papas duquesa, pan rallado		

Despues de desalado y cocido el bacalao segun las indicaciones que se dan, se quita la piel y espinas, se pica la carne y se machaca con un cuchillo.

Se hace una salsa blanca con la manteca, harina y leche, se pasa por un colador dejando caer la salsa en una cacerola, se agrega el bacalao mezclando bien.

Se prepara una guarnición de papas duquesa (ver bordura duquesa), se pone en el centro el bacalao, se cubre este con pan rallado y cernido, se ponen encima pedacitos de manteca del tamaño de un garbanzo y se hace dorar en horno caliente durante 15 minutos mas o menos

CARACOLES

MANERA DE PREPARARLOS

Los caracoles se pueden preparar poniéndolos durante 1 mes, en una vasija que se colocará en lugar fresco, o poniéndolos en una olla grande con un poco de vinagre y sal, despues de 30 minutos, cuando la vasija se llena con el líquido que arrojan los caracoles, se lavan en 5 o 6 aguas hasta que esta salga clara y entonces se preparan de la manera que se prefiera.

Caracoles guisados

Caracoles	2	kilos
Aceite	1/2	taza
Cebolla picada	1	cucharada

Despues de lavar los caracoles como se indica, se ponen al fuego en una cacerola con agua; cuando salen de la concha y tienen casi todo el cuerpo afuera se sacan de la concha y se lavan en agua salada.

Se frie la cebolla en el aceite caliente, se echan los caracoles sazonando con sal, se agrega agua caliente y se hacen hervir durante 3 o 4 horas.

El agua en que hirvieron los caracoles se puede preparar con diferentes verduras, espesándola con harina.

Caracoles Talleyrand

Caracoles	2	kilos
Manteca	1	cucharada
Hongos picados	1/2	taza
Perejil picado	1	cucharada
Vino blanco	1	vaso
Sal, pimienta, 1 diente de ajo		

Despues de lavar los caracoles se ponen en una olla con agua tibia, se acerca al fuego y cuando sacan el cuerpo afuera se les echa en una olla con agua hirviendo, despues se sacan, se arrancan de las conchas, las que se lavan una vez vacías y se rellenan del modo siguiente: se hace una pasta de los hongos y perejil muy bien picados, mezclados con la manteca, el ajo machado, sazonando con sal y pimienta; se pone en el interior de cada concha un poquito de esta pasta, encima se pone el caracol cubriendo con perejil picado. Se colocan los caracoles en un plato o fuente enlozada, se bañan con el vino y se hacen cocer con fuego arriba y abajo.

Caracoles a la aragonesa

Caracoles	2	kilos
Aceite	1/2	taza
Harina	2	cucharadas
Salsa de tomate	2	cucharadas
Pimientos colorados	2	
Cebolla picada	1	cucharada
Ajo	2	dientes

Despues de lavados los caracoles y sacados de la concha, como se indica en las recetas anteriores, se procede de la manera siguiente:

Se pone el aceite en una cacerola, cuando está caliente se dora el ajo, se retira el ajo y se frie la cebolla, perejil y los pimientos cortados en pedazos; cuando todo se ha dorado se agrega la harina mezclando bien hasta que no formen grumos; entonces se agrega los caracoles después de escurrirles bien el agua, dando vueltas durante unos minutos sazonando con sal y pimienta y agregando por último caldo hasta cubrir los caracoles; despues se coloca la cacerola a fuego lento, se cubre con una tapa con brasas arriba y se deja cocer. Antes de retirar se agrega la salsa de tomate.

Pescado a la marinera

Pescado	1	
Perejil	1	atado
Aceite	1	taza de las de café
Ajos	2	dientes
Caldo	1	taza
Limón agrio	1/2	
Azafrán	1	hebra

La cantidad de pescado depende del tamaño, si son grandes basta con uno, siendo pequeños se necesitarían dos o tres para prepararlos en esta forma los mejores son el pejerrey o la corvina.

Despues de escamado y lavado se corta el pescado en pedazos de dos centímetros de grueso, se salan y se dejan en un colador para que se escurran.

En una sartén se pone aceite, cuando está caliente se frien ajos y perejil bien picados, añadiendo enseguida el pescado en camadas y una taza de caldo en la que se habrá disuelto azafran, se deja cocer durante un cuarto de hora. En el momento de servir se exprime el jugo de medio limón.

Pescado relleno

Pescado	2	
Pan francés	1	
Leche	1	taza
Mostaza	1	cucharadita
Perejil picado	4	cucharadas
Orégano	1	ramito
Queso rallado	3	cucharadas
Aceite	1	taza de las de café
Pan rallado	4 o 5	cucharadas
Huevos	4	

Se baten 4 claras a punto de nieve añadiendo un pan remojado en leche, mostaza, perejil, orégano y queso rallado, se mezcla perfectamente hasta formar una pasta, sazonando con sal y pimienta.

Despues de escamados los pescados de cualquier clase que sean se quitan las espinas, se lavan y rellenan con la pasta que se ha preparado cosiendo la abertura con un hilo fuerte.

En una pescadera se colocan a los pescados, se salan, se vierte aceite encima y pan rallado haciendo cocer al horno durante 20 minutos. Se sirve con salsa blanca.

Pescado a la Florentina

Pescado	1	kilo
Cebolla	1	
Zanahoria	1	
Laurel	1	hoja
Orégano	1	ramito
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Perejil picado	4	cucharadas
Puré de tomates	1	tarrito
Acelgas	3	atados

Se hierve el pescado en agua y sal agregando cebolla, zanahoria, laurel y orégano.

Una vez cocido se coloca en una fuente cubriéndolo con la salsa siguiente: se derrite la manteca se echa una cucharada de harina, cuando está frita se agrega el agua en que ha hervido el pescado despues de colado, perejil finamente picado y puré de tomate, se deja hervir un poco sazonando con un poco de pimienta.

Aparte se hierven las acelgas, se trinchan y frien en manteca, sazonando con sal y pimienta, con ellos se forma un follaje alrededor de la fuente.

Pescado criollo al horno

Pescado	1	grande
Perejil	1	atado grande
Huevos	3	
Salsa inglesa	1	cucharada
Laurel	2	hojas
Ajos	1	diente
Cebolla blanca	3	cabezas
Papas	3	
Aceite	1	taza
Limón agrio	1	
Nuez moscada	1/2	cucharadita de raspaduras

Despues de escamado se lava cuidadosamente y se seca, rellenándolo con la preparación siguiente: se pisan en el mortero 5 yemas cocidas, con 2 cucharadas de aceite, salsa inglesa o mostaza, nuez moscada, 1 diente de ajo, sazonando con sal al paladar, y agregando por último tres cucharadas de perejil debe tener la consistencia de una mayonesa. Al rellenar el pescado se frie primero una camada de cebolla cocida al horno y cortadas en rebanadas muy finas, otra de la pasta que se ha preparado y por último otra de papas cocidas cortadas en rebanadas finitas, y una de laurel dividida en pequeños pedazos.

En un papel de los que usan para envolver fiambres se envuelve el pescado bien apretado, el papel debe estar untado con manteca o aceite, se coloca en una pescadera y se hace cocer al horno veinte minutos.

Se saca, se quita el papel y se coloca en una fuente rodeándolo con la salsa siguiente: se pisa perejil en bastante cantidad, se añade aceite y jugo de limón y con esto se forma corona alrededor del pescado adornando con rodajas de limón y con claras duras ralladas en el rallador.

Pescado con salsa rubia

Pescados	2	
Grasa de cerdo	1/4	kilo
Harina	1/4	kilo
Vino	1	cucharada
Manteca	1	pan chico
Agua	1	vasito
Papas	6	
Puré de tomate	1	tarrito

Despues de escamados, lavados y salados se cortan los pescados en trozos de regular tamaño, se pasan por harina y se frien en grasa o aceite muy caliente.

Se cortan dos papas grandes con el molde en forma de bolitas y se pasan por manteca, es decir se calienta la manteca y se echan las papas cocidas sazonando con sal, se sacude la cacerola para que todas se pasen y se retiran.

Con cuatro papas se hace puré añadiendo despues puré de tomate para darle color.

En una sarten se derrite una cucharada de manteca, se añade una cucharada de harina cuando está dorada, se agrega una cucharada de vino blanco y un vaso de agua, mezclando continuamente hasta que esté a punto.

Se coloca el pescado en una fuente redonda, se baña con la salsa que se ha explicado y se rodea con el puré de papas, adornando de trecho en trecho con grupitos de papas en forma de bolitas. Debe servirse muy caliente.

Pescado a la emperatriz

Pescados (pejerrey)	2	
Huevos	5	
Manteca	4	cucharadas
Caldo	1	cucharón
Vinagre	3	cucharadas
Laurel	1	hoja
Orégano picado	1	cucharadita
Cebolla blanca	3	cabezas
Papas	5	
Leche	1/4	litro
Perejil	1	atado
Limón agrio	2	
Salsa inglesa	1	cucharada
Harina	3	cucharadas

Cualquier pescado sirve para esto, pero resulta mejor el pejerrey. Despues de escamado se quitan las espinas, para esto basta echar en el pescado abierto un chorro de agua hirviendo las espinas se arquean y pueden arrancarse facilmente, como asi mismo el espinazo.

Se hace una salsa crema muy espesa, con dos cucharadas de harina, una taza de leche, 1 cucharada de manteca, sal y pimienta al paladar, se mezcla sin cesar, cuando está cocida se retira del fuego, se echa salsa inglesa y una yema cruda, se deja enfriar y se rellenan los pescados poniendo una camada de salsa y otra de huevos duros cortados en rebanadas, luego se cose la abertura con un hilo fuerte.

En una asadera se colocan los pescados, se cubren con rodajas de cebolla, laurel y orégano y se baten con caldo y vinagre, se cubren con un papel untado con manteca y se hacen cocer al horno durante 20 minutos.

Se sirven en una fuente larga, decorada en los bordes con puré de papas, coronitas de perejil picado, rodajas de limón y rebanadas de huevos duros. Se colocan los pescados en el centro de la fuente y se bañan con una salsa crema pero mucho mas delgada que la que se ha empleado para el relleno, y despues con el jugo que ha quedado en la asadera.

Pescado a la flamenca

Pescado	1	kilo
Cebolla	2	cabezas
Perejil	1	ramito
Miga de pan	1/2	taza
Leche o caldo	1/2	«
Manteca	2	cucharadas
Aceite	2	«
Vinagre	2	«
Vino Jeréz	2	«
Alcaparras	1	«
Mostaza francesa	1	«
Huevos	2	
Pan rallado	2	«
Perejil picado	3	«

Se hierve el pescado en agua con sal, cebolla y perejil, durante 5 minutos; se saca, se quita la piel y las espinas y se corta en pequeños pedazos.

Aparte se remoja la miga de pan en leche; se espuma un poco

y se pone en un plato, añadiendo manteca, aceite, vinagre, vino, alcaparras, mostaza y perejil picado, sazonando con sal y pimienta blanca; cuando todo está mezclado, se agregan dos huevos crudos.

En un plato hondo y grande que resista al horno, se extiende una capa de esta pasta; encima un pescado; otra de pasta, y por último una de pescado, la que se polvorea con pan rallado. Despues se pone al horno, durante 10 minutos.

Pescado a la peruana

Pescado	1	kilo
Papas	8	
Manteca	2	cucharadas
Cebolla picada	2	cucharadas
Leche	1	taza
Queso cortado en pedacitos	1/2	taza
Yemas de huevo	2	
Aceitunas, orégano, sal, pimienta		

Se limpia el pescado, se corta en trozos, se sazona con sal y pimienta, se coloca en una pescadera, se pone en cada trozo un pedacito de manteca, del tamaño de un garbanzo, y se cocina en el horno.

Se pelan las papas, se cortan en rebanadas de 1 centímetro de espesor, y se ponen en agua fria.

Se calienta la manteca, se pone a freir la cebolla, unas hojas de orégano; cuando principia a dorarse se agregan las papas moviéndolas bien para que se impregnen de la fritura; despues de 5 minutos se agrega 1/2 taza de agua caliente; se deja hervir 2 o 3 minutos y se agrega la leche. Una vez que las papas están cocidas se agrega el queso y los trozos de pescados asados; despues de 10 minutos se sacan los trozos de pescado; se agrega a la salsa 2 yemas de huevo y se sirve con el pescado.

Pescado a la catalana

Pescado	1	kilo
Arroz	1	taza
Aceite	1	taza

3 tomates cortados en rebanadas y sin la semilla, 1 cabeza de cebolla cortada en rebanadas, 2 dientes de ajo molidos, 1 ají pimiento picado, 1 hoja laurel, sal y pimienta en grano.

Se quitan las escamas al pescado, se lava, se sala por dentro y fuera y se coloca en una fuente resistente al horno junto con el aceite, tomates, cebolla, ajo, ají, pimiento, 5 granos de pimienta y se entra al horno.

Aparte se pone a hervir el arroz en agua con sal; cuando está cocido se saca y se agrega a la fuente donde está el pescado; mezclando con la salsa y agregando 1 taza de agua caliente y el laurel, se deja 10 minutos y se sirve colocando el pescado en una fuente y poniendo alrededor el arroz con la salsa.

Pescado al horno

Pescado	1	kilo
Vino blanco	1	vaso
Manteca	2	cucharadas
Queso rallado	2	cucharadas
Papas medianas	10	
Harina	1	cucharada
Leche o caldo	1	taza
Huevos	4	

1 cebollita blanca, sal y nuez moscada

Se quitan las escamas al pescado, se corta en trozos, se lava, se sala y se pone en una pescadera con el vino, unos trocitos de manteca y la cebolla.

Se cuecen las papas en agua y sal, se pasan en calientes por la prensa, se mezclan con 2 yemas de huevo y se sazona con sal y nuez moscada.

Se hace una salsa crema con 1 cucharada de manteca, la harina, la leche o caldo y 2 yemas de huevo, se sazona con sal y nuez moscada; se cubre con ésta salsa el pescado (cuando está cocido), se polvorea con el queso, se ponen encima pedacitos de manteca. Se coloca alrededor el puré de papas y se hace dorar al horno durante 15 minutos.

Pescado al horno

Pescado	1	
Grasa de cerdo	3	cucharadas
Apio	3	ramas
Perejil picado	2	cucharadas
Orégano	1	cucharadita
Huevos	2	
Cebolla	1	cabeza
Tomates	2	

Se frie en tres cucharadas de grasa 1 cebolla finamente picada, cuando se ha dorado se añade, tomates, apio, perejil y orégano, todo picado, se sazona con sal y pimienta en grano, poniendo una cucharadita de pimentón colorado.

Se cubre el fondo de una pescadera con esta salsa y pedacitos de huevos duros, poniendo el pescado despues de limpo encima, se tapa y se hace cocer al horno que no debe ser muy caliente.

Pescado chileno

Pescado	1	
Cebollas	2	
Tomates	3	
Apio	4	ramos
Pimientos dulces	4	
Verduras en escabeche	las que se quiera	
Aceite	1	tacita
Vinagre	1	"

En una fuente que resista al fuego, se ponen cebollas, tomates y ramas de apio todo cortada en rebanadas, encima el pescado entero o cortado en pedazos cubriéndolo totalmente con cebollas, tomates, pimientos dulces, verduras en escabeche, en igual forma que la capa primera y sazonando con sal y pimienta entera, se acerca al fuego y cuando suelta el hervor se le pone una tacita de aceite y otra de vinagre dejándolo en un fuego regular hasta que se cuece.

Pescado revelación

Pescado	1	grande
Limón	1	
Manteca	3	cucharadas
Huevos	4	
Rebanadas de pan francés	8	
Grasa	la necesaria para freía	

Se elije un pescado grande, despues de escamado y lavado se corta en trozos de regular tamaño se coloca en una fuente, exprimiéndole el jugo de un limón y sazonando con pimienta y sal, se deja tapado durante una hora.

En un plato se baten dos yemas añadiéndoles una cucharada de manteca derretida, se sacan los pedazos se pasan por esta preparación y se colocan en una asadera untada con manteca. virtiéndole encima el huevo que sobre, se cubre con un papel untado con manteca y se cuece al horno.

En una sarten se pone grasa suficiente o aceite, cuando está caliente se frien rebanadas de pan del tamaño de los trozos de pescado.

Cuando el pescado está cocido se sirve acomodando el pescado sobre las rebanadas de pan frito y tomándolo con la salsa siguiente:

Se derrite una cucharada de manteca friendo en ella una cucharada de harina, añadiendo en seguida dos yemas de huevo batido y el jugo que dejó el pescado cuando se lo sazonó.

Pescado guisado

Pescado	1	
Cebolla verde	4	cabezas con cola
Papas	5	
Queso ralladó	2	cucharadas
Caldo	1	taza
Tomates	2	
Grasa de cerdo	lo suficiente	

Despues de escamado y lavado se corta en pedazos, se sazona con sal y se frie en grasa caliente.

Aparte se frien papas cortadas en rebanadas finas.

En una cacerolita se derrite una cucharada de grasa o aceite y se frie en ella cebollas y tomates cortados en pedacitos, sazonando con sal y pimienta.

Cuando todo está listo se pone en una cacerola una capa de la verdura que se ha preparado, un poco de queso rallado, otra de papas fritas y encima el pescado cubriéndolo con capas de verdura y papas en igual forma que las de abajo, se añade una taza de caldo y se acerca a un fuego lento, teniendo cuidado de no revolver sino sacudir la cacerola.

Pescado en coquillas

Pescado	1	
Huevos	2	
Pan francés	1	taza
Leche	1	taza
Manteca	2	cucharadas

Se quita al pescado la piel y las espinas y crudo se muele.

En una cacerola se derriten 3 cucharadas de manteca, se echa el pescado y se sazona con sal y pimienta, añadiendo dos huevos batidos y el pan remojado en leche y pasado por el colador de alambre.

Con esta pasta se llenan las coquillas y se ponen a dorar al horno.

Pescado en albóndigas

Pescado	1/2	kilo
Huevos	4	
Aceite	3	cucharadas
Miga de pan	1	tacita

Nuez moscada, ajo, leche, harina, grasa para freir

Se sancocha el pescado, se quita la piel y espinas y se pica hasta convertirlo en una pasta, despues se agrega 2 huevos duros rallados, la miga de pan mojada en leche.

Se calienta el aceite en una sarten; se frie 1 diente de ajo; cuando está bien dorado se retira y se echa la pasta de pescado sazonando con sal, pimienta y nuez moscada, se cocina durante 5 minutos se retira del fuego, se deja enfriar y se une con 2 huevos lijeramente batidos y se mezcla perfectamente; se forman las albóndigas, se envuelven en harina y se frien en grasa caliente.

Se sirven bañadas en salsa de tomate o salsa crema.

Si se desea como fiambre se sirven frias acompañadas de una ensalada de verduras cocidas y huevos duros.

PEJERREY

MANERA DE PREPARARLO

Se abre el pejerrey se echa un chorro de agua hirviendo sobre el espinazo, se corta el hueso casi hasta la punta de la cola y en la unión de la cabeza, se tira con fuerza el hueso, entonces sale entero y se pueden arrancar facilmente las espinas.

Para freir el pejerrey se toma al pescado de la cola y se hace caer en un recipiente con grasa caliente en abundancia, tratando de que el lomo quede para abajo; cuando queda cocido de ese lado se da vuelta del otro.

Pejerrey a la oriental

Pejerreyes grandes	4	
Espinacas	4	atados
Manteca	2	cucharadas
Queso rallado	3	cucharadas
Aceite	1/2	taza
Jugo de limón agrio	3	cucharadas
Huevos	5	
Pan rallado, sal, pimienta, nuez moscada		

Se limpian los pejerreyes, se cortan las cabezas, se sacan las espinas y se dividen por mitad a lo largo. Se ponen en una fuente con el aceite, jugo de limón, sal y 5 granos de pimienta blanca. Se dejan 30 minutos

Se cuecen las espinacas, se escurre el agua, se desarman como para un puré, se sazonan con sal, pimienta y nuez moscada, se agrega el queso, una cucharada y media de manteca derretida y 3 yemas de huevo mezclando todo perfectamente.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno, se polvorea con pan rallado, se pone la pasta de espinacas y se cubre con los pejerreyes.

Se baten lijeramente 2 huevos, se agrega 2 cucharadas de pan rallado y se pone sobre los pejerreyes. Se cocina en horno caliente durante 20 minutos.

Lomitos de pejerrey

Pejerreyes grandes	4	
Manteca	1	cucharada
Papas medianas	8	
Leche	1/2	taza
Huevos	4	
Puré de espinacas		

Se limpian los pejerreyes, se sacan los espinazos, se sazonan con sal y pimienta y se ponen a cocer al horno untándolos con manteca y doblando cada mitad en dos partes.

Se coloca en una fuente resistente al horno una capa de puré de espinacas (ver espinacas en puré) encima se ponen los lomitos de pejerrey doblados y se cubren con un puré de papas al que se agregará un poquito de manteca, unas cucharadas de leche; 4 yemas y las claras batidas a nieve, se entra al horno hasta que se dore el puré y se sirve en la misma fuente.

Filet de pejerrey

Pejerreyes	6	chicos
Huevos	2	
Harina	2	tazas
Leche	2	cucharadas
Limón agrio	1	
Aceite	3	tazas
Manteca	1	tacita

Despues de escamados los pejerreyes se abren, echando un chorro de agua hirviendo en todo el largo del espinazo para poder quitarles las espinas, se corta la cabeza y la cola y se saca la piel, se lavan los filet y se envuelven en un paño seco de uno en uno de modo que nunca queden los filet juntos sino con el paño por medio.

En el momento de freirlos se baten los huevos con sal, se extiende sobre la mesa harina seca, se desenvuelven los filet, se les da una forma elegante recortándolos, se pasan por harina seca y despues por huevo y se frien en una sarten grande que contenga aceite y manteca, se conoce que el aceite está a punto de freir si al introducir la colita de un filet hace un chirrido, nunca debe freirse en aceite excesivamente caliente porque se arrebatan. Se sirven con rodajas de limón.

Si se quiere en lugar de huevo se emplea leche, y si el huevo resulta poco puede aumentarse con leche.

Filet a la Normande

Pejerreyes	4	
Vino blanco	1	vaso
Manteca	4	cucharadas
Cebolla	1	
Perejil	1	ramito
Mejillones	1	kilo
Pan francés	2	chicos

Despues de lavados se preparan en la forma que ya se ha explicado, se sazonan con sal y pimienta y se hacen cocer al horno en una lata untada con manteca cubriéndolos con un papel mantecado.

En una cacerola se ponen 2 cucharadas de manteca, haciendo dorar en ella cebolla finamente picada, cuando está a punto se echan los mejillones, un vaso de vino blanco, perejil picado, sal, pimienta y nuez

moscada, cuando los mejillones estan cocidos se los saca de la concha.

Para servir se colocan los filet en una fuente, poniendo alrededor los mejillones, y bañando todo con el jugo en que se han cocido, los bordes se adornan con trocitos de pan frito.

Filet a estilo de Francia

Pejerreyes	4	
Aceite	3	tazas
Perejil	1	ramo grande
Harina	2	cucharadas
Huevos	4	
Limones	4	chiquitos
Manteca	100	gramos
Extracto de carne	1	cucharadita

Despues de preparados los filet se dividen en dos partes, poniéndolos en una olla de barro con una cucharada de aceite; sal, pimienta y perejil picado, se dejan allí una hora.

Se hace una masa con dos cucharadas de harina, una de aceite, sal y una yema de huevo, se mezcla todo añadiendo un poco de agua tibia para hacer una masa un poco espesa, se deja reposar agregando por último 4 claras batidas a punto de nieve, se pasan los pejerreyes por esta pasta y se frien en aceite caliente.

Se sirven sobre una servilleta adornándolos con perejil frito y mitades de limón y se acompañan con la salsa siguiente:

En una cacerola se pone una yema de huevo, una gota de agua y sal, se acerca al fuego haciendo cocer suavemente mezclando continuamente y se añade la manteca, cuando la salsa está hecha se agrega el jugo de medio limón, 1 cucharadita de extracto de carne y perejil picado.

Pejerrey a la crema

Pejerreyes grandes	4	
Crema	1	taza
Vino Jerez	1	vasito
Yemas de huevo	3	
Manteca	1	cucharada

1 cebolla, 1 zanahoria, perejil, orégano, sal, pimienta, ensalada rusa

Se limpian los pejerreyes, se quitan las cabezas y espinas, se untan con manteca, se separan por mitad a lo largo, se sazonan con sal, y pimienta, se doblan estos lomitos y se ponen en una asadera al horno.

Aparte se ponen a hervir las cabezas y espinas de los pejerreyes en 5 tazas de agua agregando la cebolla, la zanahoria, perejil, orégano y un poquito de sal; cuando se ha reducido a la mitad se pasa por un colador, se agrega la crema, las yemas de huevo, el vino Jerez y se vuelve a poner a fuego lento durante 5 minutos, revolviendo con una cuchara de madera y sin dejar hervir.

Se colocan los lomitos de pejerrey doblados en una fuente, formando círculo, se bañan con la salsa. En el medio se pone ensalada rusa.

Pejerreyes rellenos

Pejerreyes	6	chicos
Cebolla	1	cabeza
Manteca	3	cucharadas
Pan remojado	1	taza
Huevos	3	
Caldo	1	taza
Vinagre	2	cucharadas

Despues de escamados y quitadas las espinas y la piel se parten al largo por la mitad, se lavan y secan con un paño limpio.

En una cacerolita se derriten dos cucharadas de manteca, friendo en ella cebolla finamente picada, cuando está dorada se añade la miga de pan remojada en leche, tres huevos duros rallados sazonando con sal, pimienta y nuez moscada.

Cuando esta preparación se ha enfriado, se extiende sobre cada filet una capa delgada, se enrollan y se atan con un hilo, colocándolos en una cacerola con un poco de manteca, caldo y vinagre, se cuece en 15 minutos y se sirven con su jugo en una fuente adornada con ramitos de perejil y tajadas de limón.

Pejerreyes rellenos con salmón

Pejerreyes	2	grandes
Miga de pan	1	taza
Salmón	1	latita chica
Manteca	4	cucharadas
Huevos	2	
Harina	2	cucharadas
Caldo	2	cucharones
Leche	1	taza

Se elijen pejerreyes grandes, se escaman, se les quita las espinas y se rellenan con la preparación siguiente:

Despues de remojada en leche la miga de pan, se la deshace completamente y se añade una cucharada de manteca derretida, dos cucharadas de salmón molido, sazonando todo con sal y pimienta, se mezcla hasta formar una pasta, rellenando con ella los pejerreyes, se cosen con un hilo fuerte, se aprietan bien y se colocan en una pescadera untada con manteca con el lomo hacia arriba, y se bañan con manteca derretida mezclando con dos yemas de huevo.

Se cuecen en el horno y se sirven con la salsa siguiente:

Se derrite una cucharada de manteca, se agregan dos de harina y se revuelve rapidamente hasta que tiene un color tostado, entonces se añade una cucharada de salmón molido y uno o dos cucharones de caldo, segun el deseo la salsa mas o menos espesa.

Pejerrey con arroz

Pejerreyes	4	chicos
Arroz	1	taza
Aceite	3	cucharadas
Manteca	5	cucharadas
Huevos	2	
Perejil picado	2	cucharadas
Caldo	3	tazas
Cebolla	1	cabeza

Se pone en una cacerola 3 cucharadas de aceite y 2 de manteca cuando está caliente se frie una cebolla finamente picada, una vez dorada se añade 1 taza de arroz, se hace freir lijeramente y se echan 2 tazas de caldo de pescado si es para viligia y sino caldo de puchero, se sazona con pimienta, raspaduras de nuez moscada y se pone al horno durante 20 minutos.

Aparte se preparan los pejerreyes, despues de escamados, lavados y quitadas las espinas, se cortan en trocitos soltándolos en manteca sazonando con sal y pimienta, una vez cocidos se prepara una fuente, se extiende una capa de arroz, se ponen encima los trocitos de pejerrey, y se polvorea con huevos duros rallados, adornando con perejil picado. Se sirven acompañados de manteca derretida.

Pejerreyes al horno

Pejerreyes	4	
Manteca	3	cucharadas
Salsa crema	1	taza
Queso rallado	3	cucharadas
Papas	5	

Se escaman y quitan las espinas a los pejerreyes, cortándoles la cabeza y la cola, se dividen al largo por la mitad, se lavan y secan con un paño, sazonando despues con sal y pimienta.

Se unta una asadera con bastante manteca, se colocan los filet poniendo de trecho en trecho pedacitos de manteca y se cubren con un papel untado con manteca y se hacen cocer al horno.

Cuando están cocidos se colocan en una fuente y se bañan con salsa crema, polvoreándolos con queso rallado, los bordes de la fuente se adornan con papas cocidas cortadas en forma de bolitas, se rocian con manteca derretida y se entra la fuente al horno 5 minutos.

Pejerrey soberano

Pejerrey	1	grande
Vino blanco	1	vaso
Laurel	1	hoja
Perejil	1	ramo
Romero	1	gajo
Orégano	1	cucharadita
Cola de pescado	10	hojas
Vino seco	1	vaso
Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Caldo de pescado	2	cucharones
Crema de leche	1	tarrito
Atun	1	tarro
Huevos	5	
Perejil	1	ramo
Limones	2	
Pimienta en grano		
Cebolla	1	cabeza
Zanahorias	3	
Nuez moscada	1/2	cucharadita

Se elije un pejerrey grande, despues de escamado se lava y se pone a cocer con agua, 1 vaso de vino blanco, laurel, perejil, romero orégano, zanahorias, cebolla, sal y pimienta en grano.

Cuando está cocido se saca y deja enfriar. Aparte se pone en una cacerola 1 vaso de vino seco, 1 litro del caldo en que ha hervido el pescado, se deja reducir un poco, y se añade 1 clara de huevo, 8 hojas de cola de pescado y raspaduras de nuez moscada, se deja hervir diez minutos y se saca se pasa por una servilleta y se deja enfriar.

En una cacerola se derriten 25 gramos de manteca, se añaden 2 cucharadas de harina, se revuelve y se agregan dos cucharones de caldo de pescado colado, un tarrito de crema de leche, y dos hojas de cola de pescado, se deja cocer revolviendo siempre, cuando está a punto se cuela en el colador de alambre y se envuelve en esta salsa el pescado despues de haberle quitado la piel.

En una fuente larga se coloca el pescado, al rededor se ponen tarteletas llenas de ensalada de atun, los bordes se decoran con huevos duros partidos por la mitad, ramitos de perejil y rebanadas de limón

terminando el adorno con la gelatina de pescado que se ha preparado.

Las tarteletas se hacen con 100 gramos de harina, 50 gramos de manteca, 1 yema, agua la suficiente para mojar la masa, se forman con esta los moldecitos y se cuecen al horno.

Pejerrey coquetería

Pejerreyes	5	
Manteca	2	cucharadas
Huevos	6	
Vino blanco	2	vasos
Cebollas	1	cabeza
Zanahorias	6	
Perejil	1	ramo
Cola de pescado	10	hojas
Vino seco	1	vaso
Estragón		
Aceite	4	tacitas
Vinagre	1	cucharada
Remolachas	3	
Papas	3	
Arvejas	1/4	kilo
Chauchas	1/4	kilo
Limón agrio	1	

Despues de escamados se les quita las espinas, la cabeza y la cola, se preparan los filet aplanándolos con el cuchillo, se sazonan con sal y pimienta y se hacen cocer al horno en una lata untada con manteca, cubriéndolos con un papel enmantecado para que no se sequen.

Con las cabezas, colas y espinas se hace caldo, poniendo 2 vasos de vino blanco, igual cantidad de agua, cebolla, perejil, 2 zanahorias cortadas, se deja hervir 20 minutos, se saca, se cuela y deja enfriar.

Aparte se pone en una cacerola un vaso de vino seco unos granos de pimienta y estragón cuando se ha reducido, se añade el caldo de pescado; una clara de huevo algo batida y 8 hojas de cola de pescado se hace cocer algunos minutos y se retira del fuego, dejando reposar unos minutos antes de pasar por una muselina.

Cuando los filet se han cocido se los acomoda en una fuente larga en forma de abanico, abrillantándolos con una mayonesa hecha con 4 yemas, aceite suficiente y 2 hojas de cola de pescado disueltas en una cucharada de vinagre. Con la mayonesa que sobra se hace una ensalada rusa con remolachas, zanahorias, papas; arvejas, chauchas, todo cocido y cortado en pedacitos, esta ensalada debe cubrir el fondo de la fuen e colocando los filet encima, el borde se decora con rebanadas de huevos duros y rodajas de limón, concluyendo de adornar la fuente con la gelatina fria.

Langostas con coliflor

Langostas en conserva	2	tarros
Coliflores de regular tamaño	2	
Manteca	1 1/2	cucharadas
Crema de leche	1	taza
Yemas de huevo	3	
Queso rallado	2	cucharadas

Se cuecen los coliflores segun las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo y se separan en ramitos.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno, se coloca una camada de coliflor polvoreando encima queso rallado, se pone la lan-

gosta entremezclando pedacitos de manteca, se cubre con el resto del coliflor y pedacitos de manteca.

Se baten lijeramente las yemas de huevo, se mezclan con la crema o leche agregando un poquito de sal, se vierte sobre la fuente polvoreando encima queso rallado y se entra al horno por espacio de 30 minutos.

Merluza húngara

Merluza	1	
Aceite	4	cucharadas
Tomates	2	
Maní tostado	1/2	taza
Caldo	1/2	taza
Huevos	2	

1 trozo de apio, 1 trozo de puerro, 1 ramito de perejil y orégano 1 cucharada de cebolla muy bien picada, miga de pan del tamaño de un huevo, sal, pimienta.

Se hace hervir en la pescadera el apio, el puerro, un ramito de perejil y orégano agregando un poquito de sal; despues de 15 minutos se retira la verdura y en el agua en plena ebullición se pone la merluza bien limpia, se hace hervir durante 5 minutos, se retira y se quita la piel.

Se pone en una fuente resistente al horno, el aceite, el tomate pelado, picado y sin la semilla y se coloca la merluza.

Se muele maní, se mezcla con la miga de pan remojada en el caldo y exprimida, la cebolla y el perejil picado, sal, pimienta y los huevos lijeramente batidos. Se cubre la merluza con esta preparación y se entra al horno durante 15 minutos, mas o menos.

Ranas a la marinera

Ranas	8	
Aceite	1/2	taza
Cebolla picada	1	cucharada
Huevos	2	

Perejil, limón agrio, grasa para freir

Despues de desolladas las ranas, se separa las ancas que es la parte que se aprovecha, se cruzan las patas, se atan con un hilo fuerte y se ponen en agua fria durante 2 horas.

Se frie la cebolla y perejil en aceite muy caliente, se retira del fuego y se ponen las ranas sazonando con sal y jugo de limón; despues de 30 minutos se sacan, se secan con una servilleta, se envuelven en huevo batido, se pasan por harina o pan rallado y se frien hasta que se doren en la grasa caliente.

Se sirve con rodajas de limón y perejil frito.

CAPITULO 6°

SALSAS

¡Qué alegría! Justamente
No hay pez que tanto me agrade
Voy a que Juana la guise
Con la SALSA que ella sabe.

BRETÓN DE LOS HERREROS

Jugo de carne

Carne de ternera	1	kilo
Zanahorias	2	
Pimienta blanca en grano	1	cucharadita
Sal	1/2	cucharadita
Cebolla	2	cabezas
Clavos de olor	2	

1 ramillete de perejil, tomillo, laurel, orégano

Se deshuesa la carne de ternera (debe ser de la parte superior de la pierna) se ponen los huesos en el fondo de una cacerola de regular tamaño y encima se pone la carne añadiendo 1 taza de agua fria; se coloca a fuego lento hasta que se observe en el fondo un jugo de color caoba; mientras se forma este jugo se da vuelta la carne de todos lados para que suelte bien el jugo; despues se agrega 6 tazas de agua caliente, las verduras, la sal, pimienta, clavo de olor y el ramillete, una vez que suelta el hervor de nuevo, se pone a fuego lento tapando la cacerola en sus 3/4 partes, se hace hervir suavemente durante 1 hora; despues se cuela el jugo por una servilleta mojada, se deja enfriar y se saca toda la grasa que suba a la superficie.

La carne puede emplearse en la preparación de algun plato.

El jugo de carne se emplea para hacer caldos, para dar mejor gusto a las sopas, salsas, guisos, comunicándoles un sabor muy agradable que el caldo nunca les podría dar.

Gelatina

La gelatina se prepara añadiendo a la preparación anterior 1 pata de ternera; despues de 1 hora de ebullición se saca la carne de ternera dejando hervir lo demas hasta que la pata quede blanda, entonces se retira del fuego, se añade 2 claras de huevo batidas a nieve, se vuelve al fuego mezclando durante 15 minutos, se cuela por una servilleta mojada, se desengrasa y se pone en un molde que se colocará en sitio fresco, (si el tiempo es caluroso sobre hielo), se deja cuajar; se sumerje el molde durante 2 minutos en agua caliente y se vuelca sobre una fuente para dosmoldar.

Se sirve cortada en cuadritos, con fiambres, pavos, budines, etc.

La pata de ternera se prepara en ensalada para aprovecharla.

Cashmere Chutney

Ciruelas secas	1	kilo
Dátiles	1/2	kilo
Pasas de corinto	1/2	kilo
Uvas	1/2	kilo
Gengibre en polvo	1	cucharadita
Sal	1	cucharadita
Vinagre	1	litro
Azúcar rubia	1	kilo
Cebolla picada	1	cucharadita
Manzanas picadas	2	

Se sacan los carozos a las ciruelas y dátiles, se quitan los palitos a las pasas y las semillas a las uvas, luego se pone a hervir el vinagre al que se agrega todo revolviendo con una cuchara de palo durante 20 minutos, despues se retira y se guarda en frasco de boca grande. Esta salsa se conserva por muchos meses y se puede tomar con carnes frias, pollo, asado, etc. sirviéndola en poquita cantidad porque es fuerte.

Salsa blanca

Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Leche o caldo	2	tazas
Sal, pimienta, nuez moscada		

Se pone en una cacerolita la manteca; se derrite a fuego muy suave; se incorpora poco a poco la harina mezclando muy bien con una cuchara y desarmando las granulosidades que se formen. Cuando se ha convertido en una especie de pasta lisa y suave, se echa poco a poco la leche caliente, revolviendo siempre; se pone a fuego regular, se deja cocer hasta que tome el espesor necesario, segun para lo que se necesite y sin dejar de mezclar. Se sazona con sal, pimienta y nuez moscada rallada.

(La salsa blanca puede hacerse con leche, caldo o vino con una parte de leche y otra de caldo, pero el sabor es mejor cuando se hace solamente de leche).

Se puede agregar a la salsa, una vez retirada del fuego, unas gotas de limón agrio, lo que comunica un sabor muy agradable.

Salsa crema

Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Leche o caldo	2	tazas
Yemas de huevo	2	
Sal, pimienta, nuez moscada		

Se prepara la salsa siguiendo el mismo procedimiento que para la salsa blanca; cuando está espesa se sazona, se retira del fuego y se agrega 2 o 3 yemas de huevo.

Esta salsa se emplea mucho en la cocina francesa bajo el nombre de salsa Béchamel.

Salsa Mornay

Se prepara como la salsa crema agregando junto con las yemas de huevo 2 cucharadas de queso parmesano rallado.

Salsa crema de cebolla

Caldo de gallina	2	tazas
Cebollas blancas	4	
Manteca	1	cucharada
Yemas de huevo	3	
Jugo de Limón	1/2	cucharada
Sal, pimienta.		

Se hacen hervir las cebollas en el caldo hasta que queden blandas, se pasa el líquido por un tamíz, se pone en una cacerolita y se agrega la manteca, sal y pimienta, se vuelve al fuego durante 10 minutos, se retira y se agregan las yemas de huevo mezclando muy bien, se pone al fuego de nuevo se agrega el jugo de limón, se pasa otra vez por el tamíz y se sirve caliente con gallina o pollo hervidos en el puchero, con sesos, pescados, etc.

Salsa mayonesa

Huevos	3	
Aceite fino	1	taza
Vinagre	1	cucharadita
Sal refinada	1/4	cucharadita

Se pone la yema de los huevos en un plato hondo, despues de haberles sacado muy bien la clara y la telita blanca que tienen a un lado, se mezclan con una cuchara de madera y se va agregando el aceite gota a gota, dando vuelta siempre para un mismo lado hasta incorporar todo el aceite; entonces se agrega la sal y despues el vinagre por gotas.

Ocurre a veces que la salsa se corta debido a que se agrega demasiado lijero el aceite, entonces se procederá de la siguiente manera: se pone en otro plato 1 yema de huevo, se agrega poco a poco la mayonesa cortada y sin dejar de mezclar para un solo lado hasta que se incorpora toda la mayonesa.

(La mayonesa tambien se puede preparar con 1 hueso entero, clara y yema procediendo de la misma manera).

Salsa mayonesa blanca

Clara de huevo	1	
Aceite fino	2	tacitas
Sal refinada, jugo de limón.		

Se pone la clara en una terrina o plato hondo; se mezcla un poco sin batir; se agrega el aceite por gotas, mezclando sin cesar para un lado y se continua trabajando como en la salsa mayonesa. Se sazona con sal y unas gotas de jugo de limón.

Salsa de limón

Caldo	1	taza
Vino	1/2	taza
Limón, laurel, orégano, sal y pimienta.		

Se pone a hervir el caldo con el vino y condimentos; despues de 30 minutos se agrega el jugo de medio limón; se cuela y se sirve.

Salsa a la Maïtre d'Hotel

Perejil	2	cucharadas
Manteca	2	cucharadas
Jugo de limón agrio	2	cucharadas
Un poquito de sal, nuez moscada rallada y pimienta blanca molida		

Se pone todo en una sarten a fuego lento, se mezcla perfectamente hasta formar una salsa. Se sirve con bifes, riñones, pescado o pollo.

Salsa tártara

Yemas de huevo	5	
Aceite	4	cucharadas
Vinagre	1	cucharada
Mostaza	1	cucharada
Cebollitas picadas	1/2	cucharada
Perejil picado	1/2	cucharada

Se ponen en un plato las yemas agregando poco a poco el aceite y revolviendo sin cesar hasta incorporar bien al aceite; se hace lo mismo con el vinagre y despues con la mostaza.

Se acerca a un fuego suave revolviendo siempre y sin dejar hervir durante 8 minutos. Por último se agrega el perejil y cebolla. Se sirve con sesos hervidos.

Salsa de manteca

Manteca muy fresca	2	cucharadas
Jugo de limón agrio	3	cucharadas
Sal, pimienta.		

Se calienta una terrina, se pone adentro la manteca, se bate con un tenedor, durante 10 minutos, agregando poco a poco el jugo de limón; se sazona con sal y pimienta. Se sirve con espárragos o alcachofas.

Salsa picante vinaigrette

Mostaza	3	cucharadas
Yemas de huevos duros	4	
Vinagre	1	cucharadita
Aceite, 1 cebolla, perejil, sal, pimienta.		

Se desarman en un recipiente las yemas de huevo, se agrega la mostaza y se incorpora poco a poco aceite hasta formar una salsa de regular espesor. Despues se agrega el vinagre, la cebolla y perejil finamente cortados, y se condimenta con sal y pimienta.

Se sirve con cordero asado o con espárragos.

Salsa de mostaza

Mostaza	1	cucharada
Caldo	1	taza
Ralladura de limón	1	cucharada
Yemas de huevo	2	
Azúcar	1	cucharadita
Vinagre	2	cucharadas
Manteca	1	cucharada

Se pone a derretir la manteca a fuego lento, se agregan 2 yemas de huevo; la mostaza, el caldo caliente, la ralladura de limón, un poquito de sal, el azúcar. Se mezcla bien hasta que forme una salsa de regular espesor, se agrega poco a poco el vinagre y se retira del fuego.

Salsa de avellanas

Avellanas	1	taza
Manteca	1	cucharada
Perejil, cebolla, estragón		

Se pica muy menudo la cebolla, perejil y estragón, se amasa con la manteca y se agrega las avellanas que previamente se habran tostado en el horno, pelado y molido hasta convertirlas en pasta.

Salsa de nueces

Nueces	24	
Caldo colado	1	taza
Aceite	2	cucharadas
Un diente de ajo, un poquito de sal, pimienta blanca molida		

Despues de quitar la cáscara a las nueces se ponen en agua muy caliente y se pelan; se pisan en el mortero con unas gotitas de caldo.

Se calienta el aceite se frie el ajo picado, se lo retira una vez frito y se agrega la nuez, sal y pimienta, se mezcla sobre el fuego durante 2 o 3 minutos se agrega el caldo caliente. Se sirve con pescado o gallina.

Salsa rosa

Zanahorias	6	
Tapioca	3	cucharadas
Manteca	1	cucharada
Azúcar	1	cucharadita

Se cortan las zanahorias en rodajas, se ponen a cocer en 8 tazas de agua con un poquito de sal; cuando estan muy blandas se retiran, se desarman como para un puré.

Se mezcla 1 taza del agua donde hirvieron las zanahorias con 1 taza de agua fria; se pone al fuego; cuando hierve se agrega lentamente la tapioca mezclando con una cuchara durante 10 minutos, se agrega la zanahoria, el azúcar, se retira del fuego y se agrega la manteca.

Salsa verde

Salsa mayonesa	4	cucharadas
Perejil picado	3	cucharadas
Vinagre al estragón	1	cucharada

Se pica el perejil muy fino, se machaca hasta convertirlo casi en una pasta y se mezcla con la mayonesa agregando 1 cucharada de vinagre al estragón.

Salsa para ravioles

Se pica cebolla y hongos frescos o en conserva, si se emplean hongos secos, se remojaran en vino blanco hasta que se ablanden. Se frie esto en manteca o aceite caliente, una vez que está frito se agrega 1 cucharada de harina revolviendo hasta que se dore añadiendo en seguida una o dos latas de conserva de tomate; luego se sazona con sal, pimienta, nuez moscada, laurel, romero, etc.; se agrega unos cucharones de caldo y se hace hervir hasta que la salsa se reduzca.

Si hay tomates frescos se emplean en lugar de la salsa en conserva, para esto se les quita el pellejo, las semillas y las partes duras.

Salsa criolla

Tomates maduros	2	
Papa	1	
Huevos duros	2	
Pimiento dulce	1	
Cebolla verde	2	cabecitas
Mostaza	1	cucharadita
Aceite	1	cucharada
Vinagre	1/2	cucharada
Sal, pimienta.		

Se ponen a hervir los tomates; cuando estan a medio cocer se sacan, se quita la piel y las semillas, se deshacen con un tenedor separando la durezas que tengan; se mezcla con la cebolla muy bien picada, el pimiento cortado en pedacitos, la papa previamente cocida y pasada por una prensa y las yemas de huevo pasadas por un tamíz; se sazona con la mostaza, el aceite, vinagre, sal y pimienta.

Se sirve con asado o carnes fiambres.

Salsa americana

Manteca	2	cucharadas
Pan rallado y cernido	4	cucharadas
Huevos duros	4	
Sal, pimienta.		

Se pone a calentar la manteca; antes que se derrita completamente se agrega el pan rallado, cuando principia a dorarse se agrega el huevo rallado, se sazona con sal y pimienta, se mezcla y se retira del fuego. Se sirve caliente con espárragos o alcachofas.

Salsa Robert

Manteca	2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Mostaza	1	cucharada
Vinagre	1	cucharada

Se dora la manteca con la harina, se agrega cebolla finamente picada, un pedacito de manteca, sal pimienta y 1 cucharada de caldo; se tiene al fuego 15 minutos y antes de servirla se añade el vinagre y mostaza mezclando bien.

Salsa holandesa

Yemas de huevo	6	
Manteca	1	cucharada
Vinagre	1	cucharada

Se pone en una cacerolita al baño-maría, la manteca; cuando se va derritiendo se agrega poco a poco las yemas de huevo mezclando sin cesar, despues se agrega el vinagre. Se revuelve durante 10 o 15 minutos hasta que la salsa tome un poco de consistencia.

Esta salsa se acompaña muy bien con pescado hervido o asado.

Salsa bearnesa

Yemas de huevo	4	
Manteca	1/2	cucharada
Jugo de carne	4	cucharadas
Jugo de limón agrio	1	cucharada

En una cacerola al baño-maría, se ponen las yemas y la manteca revolviendo durante 15 minutos; se agrega el jugo de carne. (El jugo de carne puede ser reemplazado por 2 cucharadas de caldo colado).

Se sigue revolviendo unos minutos mas y antes de retirar del fuego se agrega el jugo de limón.

Se sirve con pescado, sesos o bifes.

Salsa alemana

Tocino	2	lonjas
Hígados de pollo	3	
Anchoas	3	
Manteca	1	cucharada
Caldo	2	tazas
Jugo de carne	2	cucharadas
Perejil picado, sal y pimienta		

Se pica muy menudo el tocino, los hígados, las anchoas y el perejil.
Se pone la manteca en una cacerola agregando el caldo, el jugo de carne y el picadillo anterior; se sazona con sal y pimienta y se cocina a fuego lento.
Se sirve con budines.

Salsa de tomates frescos

Tomates grandes	6	
Manteca	1/2	cucharada
Harina	1/2	cucharada
Caldo	1	taza

1 ramillete de orégano, perejil, tomillo, laurel, 2 granos de pimienta blanca, 1/2 cucharadita de sal

Se parten los tomates en 2 pedazos quitándoles la parte verde que tienen con el tronco, se ponen en una cacerola con el ramillete, la sal, pimienta y 1/2 taza de agua fria; se pone a fuego lento tapando bien la cacerola y se hacen cocer durante 30 o 40 minutos teniendo cuidado de mezclar cada 5 minutos para que no se peguen; despues se pasa por un tamíz.
Se hace un espeso derritiendo la manteca a fuego lento e incorporando la harina, se mezcla durante 3 minutos para impedir que se formen grumos se retira del fuego, se vierte lentamente la salsa de tomate mezclando perfectamente y por último se agrega el caldo acercando de nuevo al fuego, se hace cocer durante 20 minutos agitando siempre con una cuchara de madera.
Si se quiere la salsa menos espesa se agregará mas caldo.

Salsa de tomates en conserva

Salsa de tomates en conserva	2	cucharadas
Caldo	1	taza
Manteca	1/2	cucharada
Harina	1/2	cucharada

Se hace una salsa blanca con la manteca, harina y 1/2 taza de caldo.
Aparte se disuelve la salsa de tomate en el resto de caldo caliente, se agrega lentamente a la salsa blanca, se deja cocer a fuego lento durante 20 minutos y se pasa por un tamíz, si se quiere mas espesa o mas clara se aumenta mas harina para lo primero y mas caldo para lo segundo.

Salsa de pan
(Bread sauce)

Leche	1	taza
Pan rallado	1/2	taza
Manteca	1/2	cucharada
Crema	2 o 4	cucharadas

Sal, 1 cebolla hincada con 1 clavo de olor

Se hace hervir la leche con la cebolla durante 5 minutos; se saca la cebolla y se agrega la manteca, el pan rallado y las 2 o 4 cucharadas de crema segun se quiera la salsa mas o menos espesa. (La crema puede ser reemplazada con caldo). Se cocina a fuego lento 5 minutos.
Esta salsa se sirve con cualquier clase de carne asada.

Salsa de rábano

Caldo colado	1/2	taza
Rábanos	16	
Pan rallado	2	cucharadas
Crema o leche	2	cucharadas
Azúcar	1	cucharadita
Vinagre	1/2	cucharadita
Mostaza en polvo	1/2	cucharadita

Se hace hervir el caldo, se rallan los rábanos y se agrega, cocinando a fuego regular durante 30 minutos; se agrega despues de este tiempo el pan, la crema o leche, el azúcar, la mostaza; se tiene en el fuego 3 o 4 minutos mezclando bien. Por último se agrega el vinagre y se sirve con carne asada o hervida.

CAPITULO 7°

AVES

Unicamente los árcades y sentimentales, gente enferma de cuerpo y de espíritu, desprecian la cocina; el médico y el filósofo deben atravesarla para ir al laboratorio, al gabinete y al hospital.

P. MANTEGAZZA

POLLO

MANERA DE CEBARLO Y PREPARARLO

Los pollos adquieren un sabor especial cuando se ceban durante algun tiempo. Para esto es necesario poner el pollo que se ha de cebar dentro de un cajoncito y darle fuertes raciones de maíz alternando con verduras durante 20 días.

En los grandes restaurants parisienses ceban los pollos, dandoles durante 20 o 30 días, pan mojado en leche como único alimento, lo que da a la carne un sabor exquisito.

Despues de muerto, pelado y destripado el pollo, debe colgarse al aire durante 2 horas por lo menos, para que la carne pierda ese aspecto gelatinoso que es tan desagradable; pero es mejor, sobretodo cuando no es muy tierno, dejarlo al sereno durante la noche.

Pollo asado

Se hace como se explica para la pierna de cordero al horno y resulta riquísimo y muy jugoso.

Pollo cocido en leche

Pollo	1	
Manteca	1	cucharada
Leche	3	tazas
Zanahorias	3	
Yemas de huevo	2	

Se pela el pollo, se destripa, se deja orear el tiempo necesario, se corta en presas.

Se pone en una cacerola la leche con la manteca, se agrega un poquito de sal; cuando la manteca se ha derretido se echan las presas de pollo y se deja a fuego lento.

Se cuecen las zanahorias, se cortan en rebanadas y se agregan al pollo 15 minutos antes de retirarlo.

Se mezclan las yemas de huevo con un poquito de la salsa del pollo, se vierte en la cacerola, se mezcla bien y se sirve.

Pollo con tomates

Pollo	1	
Manteca	2	cucharadas
Tomates	4	
Salsa inglesa	1	cucharada
Caldo	1	taza
Pan rallado	2	cucharadas

1 cucharada de cebolla picada, 1 hoja de laurel, sal, pimienta blanca en grano.

Despues de pelado y destripado el pollo, se deja orear el tiempo necesario y se corta en presas.

Se dora la cebolla en la manteca caliente, se echan las presas de pollo dando vuelta con una cuchara durante unos minutos, se agrega sal, unos granos de pimienta y el laurel; cuando las presas se han dorado se agrega el tomate picado y sin semilla, la salsa inglesa y el caldo. Se tapa la cacerola y se deja cocer a fuego regular.

Un momento antes de retirar se agrega el pan para espesar la salsa, la que, segun el gusto de cada uno se puede pasar por un colador antes de ponerla sobre las presas.

Pollo a la milanesa

Pollo	1	
Aceite	6	cucharadas
Huevos	2	
Jugo de limón agrio	4	cucharadas

Grasa para freir, pan rallado, cebolla, perejil, sal, pimienta en grano, salsa de tomate, papas saltadas.

Se mezcla en una fuente el aceite, jugo de limón, la cebolla picada, el perejil, unos granos de pimienta y un poquito de sal. Se despresa el pollo y se pone en la fuente de manera que todas las presas se mojen en este jugo, se tapa, se deja una hora, se dan vuelta del otro lado las presas y se deja una hora mas. Despues de este tiempo se retiran las presas, se escurre el jugo y se ponen a secar sobre una servilleta. Se baten lijeramente los huevos, se envuelven las presas en este huevo y despues en pan rallado. Se frien en grasa muy caliente.

Se sirve con salsa de tomates y papas cortadas con molde redondo y saltadas. (Ver salsa de tomate y papas saltadas).

Pollo frito

Pollo	1	
Aceite	1/2	taza
Jugo de limón	1	cucharada
Leche	1/2	taza

1 cebolla, 2 gajos de perejil, harina, grasa para freir, sal, pimienta en grano.

Se pela el pollo, se destripa, se deja orear el tiempo necesario, se corta en presas y se ponen en una fuente con el aceite, jugo de limón, la cebolla cortada en rodajas, el perejil, 5 granos de pimienta y un poquito de sal.

Se deja durante 2 horas. Despues de este tiempo se sacan las presas, se secan con una servilleta, se mojan en la leche, se envuelve en harina y se frien en grasa caliente, activando el fuego cuando estan a medio cocer. Se sirve con puré de papas o con la guarnición que se prefiera.

Pollo a la francesa

Pollo	1	
Aceite	3	cucharadas
Leche	1	taza
Harina	1	cucharada
Cebolla blanca	1/2	cabeza
Ajos	1	diente
Tomates grandes	2	
Perejil picado	2	cucharadas

Nuez moscada rallada, pimienta blanca molida.

Se despresa el pollo, se calienta el aceite y se frie el ajo, cuando está dorado se lo retira, se frie la cebolla picada añadiendo el pollo y mezclando hasta que se dore; entonces se agrega los tomates cortados en rebanadas, el perejil y la leche dejando hervir durante 1 hora. Antes de servir se agrega un poquito de nuez moscada y pimienta, la harina; se mezcla durante unos minutos para que no se pegue; cuando la harina está cocida se sirve.

Pollo a la provenzal

Pollo grande y gordo	1	
Caldo	1	taza
Manteca	2	cucharadas
Tocino cortado en dados	10	pedazos
Vino Burdeos	1	vaso
Aguardiente	4	cucharadas
Cebollitas chicas	10	

Hongos, 1 diente de ajo, un ramillete de perejil, orégano, 1/2 hoja de laurel, sal y pimienta.

Despues de pelar y limpiar el pollo con las precauciones indicadas, se deja colgado de las patas durante 24 horas si el tiempo es caluroso y 48 horas si el tiempo es frio.

Se derrite la manteca; cuando esta caliente se dora la cebolla y el tocino, se retira la cebolla y el tocino guardándolas en un rincon del horno, se agrega el pollo cortado en presas dando vuelta con una cuchara hasta que se dore, se agrega de nuevo la cebolla y el tocino, los hongos, el ajo, el ramillete, sal y pimienta; despues de 4 o 5 minutos se retira la cacerola a cierta distancia del fuego se desengrasa el jugo, se rocia con el aguardiente (se prefiere aguardiente de uva) se prende fuego para quemar el aguardiente, se vuelve al fuego agregando el vino y el caldo y dando vuelta con una cuchara de madera. Se tapa hermeticamente la cacerola y se deja cocer a fuego lento durante 1 hora mas o menos.

Si la salsa quedara poco espesa se liga con 2 cucharadas de harina desleida en un pedazo de manteca del tamaño de una nuez.

Se pone en una terrina de barro despues de haberla calentado con agua caliente y se entra al horno para llevar a la mesa muy caliente, si es posible que la salsa llegue hirviendo todavía.

Pollo a la italiana

Pollo	1	
Aceite	3	cucharadas grandes
Ajo	1	diente
Cebolla blanca picada	1/2	
Pimientos picados	2	grandes
Tomates en rebanadas	2	grandes
Vino blanco	1	copa de las de vino
Salsa inglesa	1	cucharada grande
Jugo de limón	1/2	limón
Perejil	1	atadito pequeño

Al matar el pollo se recibe la sangre en un recipiente que tenga un poco de vinagre. Se calienta el aceite, se frie el ajo y en seguida el pollo despresado hasta que se dore, (tambien puede hacerse el pollo entero) se retira el pollo, en el mismo aceite se frie cebolla, pimientos, tomates, sazonando con sal y pimienta. Cuando la salsa de verduras esta lista se añade el pollo, la salsa inglesa, vino blanco y jugo de limón, dejando cocer 1 hora y media a fuego lento. Cuando el pollo esta cocido se saca y en la salsa que ha quedado se echa la sangre y los menudos despues de hervidos y picados.

En el momento de servir se coloca el pollo en una fuente, se lo rodea con su salsa, adornando los bordes de la fuente con papas enteras asadas o fritas, tajadas de limón y ramitos de perejil.

Pollos porteños

Pollos	2
Manteca	2 cucharadas
Jugo de limón	1|2
Limón	1
Tocino	10 lonjas
Carne de ternera	1|4 kilo
Jamón crudo	1|4 Kilo
Perejil picado	2 cucharadas grandes
Cebolla blanca	1

Se elijen pollos tiernos, despues de pelados se destripan por el cuello, poniendo dentro de ellos cuatro cucharadas de la salsa siguiente: derretida la manteca, se añade el jugo de medio limón, sazonando con sal y pimienta, luego se cose la abertura. Cortado el tocino en lonjas finas, se cubren los pollos con ellas atándolas con un hilo.

En una cacerola se colocan lonjas de tocino, encima carne de ternera finamente picada, jamón crudo cortados en pedacitos, perejil y cebolla y sobre esto los pollos, bañándolos con dos cucharones de caldo, se tapa hermeticamente y se deja cocinar. A tiempo de servir se adorna la fuente con rodajas de limón.

Pollos en salsa

Pollos	2
Zanahorias	5
Papas	5
Huevos	3
Berros	1 atado
Cebollitas	4
Perejil	1|2 atado
Apio	4 plantitas
Filet de anchoas	4
Alcaparras	1 cucharada
Aceite	1 taza de las de café
Mostaza	1 cucharadita
Pepinillos en vinagre	2
Vinagre	1|2 taza de las de café

Se salan los pollos y se asan al horno. Se hierven papas, zanahorias y 2 huevos, cuando estan cocidos se cortan en pequeños pedazos, preparando una ensalada que se coloca en el centro de una fuente redonda. Se despresan los pollos arreglándolos en forma de corona al rededor de la ensalada h se bañan con la salsa siguiente: Se hierven en una cacerola durante 10 minutos, berros, cebollitas, perejil y apio, se sa-

can y exprimen en una servilleta, pisando despues todo en un mortero de marmol hasta reducirlo á una pasta, agregando filet de anchoas sin espinas, alcaparras, y una yema cruda, se pisa un rato mas y se añade la mostaza, pepinillos y pimienta, debe quedar verdosa y blanda.

Pollo al jugo

Pollo	1
Aceite	1 taza de las de café
Pimienta blanca en grano	6 granos
Ajos	2 dientes
Caldo	1 taza grande

Se destripa y lava el pollo, salándolo en seguida. Si se tiene una olla de fierro de las llamadas cocotees mejor, se coloca en ella el pollo entero, añadiendo el aceite, ajos, pimienta y caldo, se tapa hermeticamente y se hace cocer a fuego lento durante hora y media. Se sirve con su jugo y es indicado para las personas de estómago delicado.

Pollo al vapor

Pollo	1
Pimienta molida	en la punta de un cuchillo
Manteca	2 cucharadas grandes
Limón	1/2 limón
Aceite	1 cucharada grande
Caldo	1 taza grande
Chauchas	1/2 kilo.

Una vez destripado y lavado se sala el pollo por dentro y fuera, frotandolo despues con aceite y jugo de limón. Atado en la forma que se desee, se pone dentro de él una cucharadita de las de café de manteca. En una olla de fierro se coloca el pollo, se tapa y se hace cocer a fuego lento 2 horas, teniendo cuidado de darlo vuelta, cuando se advierte que se seca demasiado, se añade caldo poco a poco. Una vez cocido se sirve con una guarnición de chauchas preparadas del modo siguiente: se hierven las chauchas sin sal, una vez cocidas, se escurre el agua y se quitan las fibras. En una cacerola se ponen las chauchas, se sazonan con sal, agregando la manteca que ha quedado, se acerca al fuego, retirando y sirviendo cuando están calientes.

Pollo con tomate

Pollo	1
Manteca	3 cucharadas grandes
Agua	1 vaso
Clavo de olor	1
Tomates	4 grandes y maduros
Arvejas	1 kilo
Pan	2 de los chicos

Una vez lavado se sazona con sal y pimienta. Se lo arregla como se desee, se le unta manteca y se coloca en una cacerola, añadiéndole el agua, y clavo de olor, se tapa y se hace cocer.

Los tomates se sancochan deshaciéndolos despues y pasándolos por el colador de alambre, cuando el pollo esta a medio cocer se echa el tomate, teniendo cuidado de bañarlo siempre con la salsa. Una vez cocido se sirve con una corona de arvejas saltadas en manteca y trocitos de pan frito.

Para preparar las arvejas se hierven sin sál, despues de cocidas se escurre el agua, se ponen en una cacerola con manteca y una cucharadita de azúcar y se acercan al fuego, sirviéndolas cuando estan calientes.

Pollo relleno

Pollo	1
Carne de cerdo	menos de 1|4 kilo
Lengua cocida	1 pedazo
Ajos	2 dientes
Pan rallado	2 cucharadas
Huevos	4
Jamón crudo	2 lonjas
Caldo	6 tazas grandes
Manteca	1 cucharada grande

Despues de pelado y lavado se procede a deshuesar el pollo antes de destriparlo, el medio mas sencillo es el siguiente: se hace un corte longitudinal en el espinazo desde el arranque del cuello hasta la rabadilla y con un cuchillo muy filoso se va separando la carne de los huesos teniendo cuidado de no lastimar la piel, al quitar los huesos de las alas, se desarticula en la primera articulación, porque el extremo es muy difícil de deshuesar, una vez quitados de las piernas, se ata el extremo con un hilo fuerte para que no se salga el relleno.

El relleno se prepara del modo siguiente: despues de asada la carne de cerdo se pica finamente juntámente con la lengua cocida, se sazona con sal y pimienta, añadiendo pan rallado, ajos y dos huevos batidos. Se extiende el pollo sobre la mesa y se empieza a rellenar, colocando primero una capa de la preparación anterior, encima lonjitas de jamón y dos huevos duros cortados en pedazos, encima otra capa de relleno, hay que tener cuidado de no llenarlo demasiado porque al cocerse revienta y por último se cose la abertura con un hilo fuerte, se ata el pollo con un lienzo y se pone a hervir en caldo adonde se habrá echado una cucharada de manteca.

Una vez cocido puede servirse caliente o frio, en este último caso, se acompaña con una ensalada de verduras cocidas.

Pollo a la salteña

Pollo	1
Manteca	1 pan de los chicos
Cebolla blanca	1 cabeza
Laurel	1 hoja
Pimienta en grano	5 granos
Oporto	1 copita de las de Oporto
Whisky	1 » de las de licor
Cognac	1 » de las de licor
Nuez moscada	1|2 cucharadita de raspaduras
Leche	1 taza grande
Harina	1 cucharada grande
Huevos	2
Lechugas	1 plantita si es grande

Despues de destripado, se despresa el pollo lavándolo cuidadosamente. En una olla de fierro, o en una cacerola, se derrite medio pan de manteca añadiendo la cebolla partida en cuatro, laurel, pimienta y el pollo, sazonando con sal al paladar, se tapa hermeticamente dejándolo cocer durante 20 minutos a fuego regular.

Transcurrido este tiempo se mezcla en un vaso, oporto, cognac; wisky, raspaduras de nuez moscada y se vierte sobre el pollo dejando cocer durante 10 minutos mas, en el momento de servir se echa una cucharada de manteca se remueve rapidamente y se sirve en una fuente en la que se habrá preparado un follaje con la salsa siguiente:

Se pone la leche a hervir con una cucharadita de manteca y sal al paladar, en una tacita se deslie una cucharada de harina con un poco de leche fría, cuando la leche está hirviendo se echa la harina desleída pasándola por el colador de alambre, teniendo cuidado de mezclar constantemente hasta que se haya cocido, se retira del fuego, añadiendo dos yemas batidas y se vierte sobre el pollo, y encima de esta salsa se echa el jugo del pollo que ha quedado en la cacerola.

Pollo a la Ariboir

Pollo	1	
Aceite	1	taza de las de café
Perejil picado	3	cucharadas grandes
Pan francés fresco	1	
Papas	2	
Zanahorias	2	
Arvejas	1/2	kilo
Chauchas	1/4	kilo

Se elije un pollo gordo, despues de destripado se lo divide por la mitad haciendo un corte longitudinal en el espinazo de modo que la pechuga quede tambien dividida y luego cada una de estas partes se corta en dos pedazos, se lava y se sazona con sal y pimienta. En una fuente algo honda se coloca el pollo bañándolo en aceite, dejándolo 1 hora para que se impregne, teniendo cuidado de darlo vuelta de cuando en cuando.

Se ralla un pan francés fresco y se mezcla con perejil picado, pasando por esto los pedazos de pollo como quien hace una milanesa. En una asadera se coloca al pollo haciéndolo cocer al horno durante 35 minutos, una vez cocido se saca, se despresa, colocándolo en una fuente en forma de corona; en el centro se pone puré de papas o una ensalada hecha en la forma siguiente: se hacen cocer papas, zahanorias, arvejas y chauchas tiernas, despues de cocidas se cortan en pequeños trozos y se sazonan con sal, pimienta, aceite y vinagre o si se quiere en lugar de esto se mezclan las verduras con una mayonesa algo delgada.

Pollo con arroz

Pollo	1	
Aceite	1	taza grande
Ajos	2	dientes
Cebolla blanca	1/2	
Pimiento	1	
Caldo	8	cucharadas
Manteca	1	pan de los chicos
Arroz	1/2	kilo
Arvejas	1/2	kilo
Pimientos morrones	1	lata
Salsa de tomate	1	tarrito
Jamón crudo picado	4	cucharadas grandes

Se lava y despresa el pollo, en una sarten de fierro se pone aceite cuando está bien caliente se echa el pollo, cuando empieza a ponerse amarillo se espolvorea con sal y se lo sigue friendo hasta que se dore

se saca el pollo y en el aceite que ha quedado, se frien dos dientes de ajo, cebolla, pimiento, todo finamente picado, cuando todo está dorado, se añade el jamón y la salsa de tomate (cuando hayan tomates frescos deben preferirse siempre) echando en esta salsa el pollo, y dos cucharones de caldo, se hace dar un hervor y se deja.

En una cacerola se derrite la manteca, haciendo freir en ella el arroz, una vez frito se echa el pollo con su salsa, las arvejas cocidas y seis cucharones de caldo, se tapa y se hace cocer durante 20 minutos, al principio a fuego fuerte despues a fuego suave. Se sirve adornando la fuente con pimientos morrones.

Nota — Para hacer este arroz debe elejirse del de mejor calidad y no se lava, se sacude unicamente para sacar cualquier cosa que tuviera.

Pollo a la Bordelaise

Pollo	1	
Aceite	1	taza grande
Cebolla blanca	1/2	cabeza
Ajos	2	dientes
Pimiento	1	
Manteca	1	cucharada grande
Salsa de tomate	1	tarrito
Caldo	1	cucharón
Jamón picado	2	cucharadas
Carne de cerdo	1/4	kilo
Zanahorias	3	grandes

Se lava y despresa el pollo, en una olla se pone aceite cuando está caliente se echa el pollo, cuando empieza a dorarse se le espolvorea sal, se tapa y se deja hasta que se ha dorado por completo, teniendo cuidado de que no se queme. Se retira el pollo, en el aceite que ha quedado se frie cebolla, ajos y pimiento, todo finamente picado, echando en esta salsa nuevamente el pollo se revuelve 5 minutos y se añade una cucharada grande de manteca, a los 3 minutos se echa la salsa de tomates (si es de tomates frescos debe ser colada, y el caldo, se tapa y se deja hervir 10 minutos a fuego lento.

Puede añadirse a la salsa si se quiere jamón y carne de cerdo picada, o sino zanahorias cortadas con el moldecito.

Pollo a la Villeroi

Pollo	1	
Perejil	1	ramo
Orégano	1	ramo
Apio	1	
Laurel	1	hoja
Zanahorias	2	
Cebolla blanca	1	cabeza
Manteca	1	cucharada
Harina	3	cucharadas
Caldo	1	cucharón
Leche	1	taza
Huevos	6	
Nuez moscada	1/2	cucharadita
Pan rallado y cernido	2	tazas
Grasa de cerdo	2	tazas
Tomates	2	grandes

Despues de destripado se lava y ata al pollo, poniéndolo a hervir en caldo al que se agregará un ramito de perejil, orégano, laurel, apio, zanahorias y cebolla, cuando el pollo está cocido se saca y deja enfriar.

En una cacerolita se pone manteca cuando se derrite se agrega la harina, mezclando bien, se agrega luego una cucharada de harina y una taza de leche, se revuelve constantemente hasta que se espese sazonando con sal y nuez moscada rallada y por último se liga con dos yemas de huevo.

Se despresa el pollo cuando está frio, dando a cada presa la forma de una costilla, se envuelve cada una en la pasta que debe conservarse caliente y se van poniendo en una fuente en la que se habrá puesto una capa de pan rallado. Una vez que la salsa se ha enfriado se pasan por huevo batido y despues por pan rallado.

En el fondo de una canastilla para freir se colocan las presas que quepan y se hacen freir en un tacho con bastante grasa bien caliente.

Se cuecen dos huevos hasta que estén duros, cuando se enfrien se rallan. Se cortan rebanadas de tomates, se polvorean con el huevo rallado, adornando con ellas el borde de una fuente dejando el centro libre para colocar las presas que se adornan con hojitas de perejil.

Pollo en cochifrito

Pollo	1	
Limón	1	
Manteca	2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Agua	1	vaso
Perejil	1	ramito
Nuez moscada	1/4	cucharadita
Cebolla	1	cabeza
Huevos	3	
Espárragos	6	

Despues de lavado el pollo se despresa y se pone durante una o dos horas en agua fría para que se ponga la carne blanca; despues se sacan se estrujan y se frotan con limón agrio. En una cacerola se derriten dos cucharadas de manteca, se añade una cucharada de harina revolviendo para que no se pegue, agregando en seguida un vaso de agua, sal, pimienta, nuez moscada, perejil y cebolla picada, se echan allí las presas, dejándolas cocer tres cuartos de hora, una vez que estén algo cocidos, se echan espárragos cortados en pedacitos.

Aparte se baten tres yemas agregándoles jugo de limón, en el momento de servir se echan las yemas sobre el pollo revolviendo rápidamente hasta que se cuezan.

Pollo campesino

Pollo	1	
Manteca	1	cucharada
Aceite	1	cucharada
Zanahorias	3	
Huevos	1	
Harina	1	cucharada
Leche	1	vaso

Se despresa un pollo y se lava cuidadosamente. En una cacerola se pone un vaso de leche, una cucharada bien llena de manteca y otra de aceite, cuando la manteca se ha derretido se ponen las presas crudas, se sazona con sal y pimienta, se tapa y deja cocer un rato, cuando está medio cocido se añaden las zanahorias cortadas en rodajitas finas.

Aparte se bate un huevo con una cucharada de harina y cuando

el pollo y las zanahorias estan cocidas, se añade el huevo con la harina y se mezcla hasta que se ha cocido y se sirve.

Si se quiere se pone una cebolla cortada en cuatro partes para que le dé mejor gusto.

En igual forma se prepara la gallina.

Pollo bonito

Pollo	1	
Manteca	4	cucharadas
Zanahorias	6	
Cebolla	1	
Vino seco	1	vaso
Nuez moscada	1/2	cucharadita
Perejil	1	ramito
Romero	1	ramito
Orégano	1	ramito
Laurel	1	hoja
Papas	3	
Nabos	3	

Despues de destripado y lavado el pollo se lo ata, en una olla de fierro se ponen 2 cucharadas de manteca, haciendo dorar en ella cebolla finamente picada, luego se coloca el pollo, y se hace dorar despues añadiendo perejil, orégano, dos zanahorias, romero, sal, pimienta, raspaduras de nuez moscada, laurel y una copa de vino seco, se tapa y se deja cocer despacio.

Aparte se cortan papas, zanahorias y nabos con el moldecito, haciendolas cocer en agua con sal, una vez cocidas se pasan por manteca.

En el momento de servir, se saca el pollo y se despedaza, colocándolo en el centro de una fuente, los bordes se adornan con la verdura que se ha preparado, y se termina bañando el pollo con su propio jugo despues de colado.

Pollo de Abril

Pollo	1	
Caldo	2	tazas
Almendras	20	
Leche	1/2	taza
Manteca	1	cucharada

Se pela el pollo, se destripa, se deja orear el tiempo necesario y se corta en presas dándoles una buena forma.

Se pelan las almendras, se echan en agua caliente, se sacan el pellejo, se pisan en el mortero, agregando el azúcar, hasta que queden convertidas en una pasta lisa; se mezclan con la leche

Se frie la cebolla en la manteca caliente, se doran las presas sazonando con sal, pimienta y nuez moscada, se agrega el caldo, se tapa la cacerola y se deja cocer a fuego lento durante 1 hora, mas o menos.

Se cuela por una servilleta la leche. apretando fuertemente con una cuchara a fin de extraer todo el jugo de las almendras; se retira el pollo del fuego y cuando deja de hervir se agrega la leche y se sirve con puré de espinacas o arvejas saltadas.

Pollo en coquillas

Pollo	1	
Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Leche	1	taza
Caldo	1/2	taza
Yemas de huevo	2	
Queso rallado	4	cucharadas

Pan rallado y cernido, sal, pimienta, nuez moscada.

Se cuece el pollo en el caldo, se pica la carne y se pasa por la máquina.

Se pone a derretir la manteca a fuego suave, se agrega la harina mezclando, hasta incorporar bien, despues un poquito de sal, pimienta, nuez moscada, el caldo y la leche, mezclando todo perfectamente hasta que la salsa tome un regular espesor. Se mezcla esta salsa con el pollo, se agrega las yemas de huevo y se pone en las coquillas, se polvorea pan rallado, queso y se hace dorar al horno durante 15 minutos.

Nota — La salsa blanca puede ser reemplazada con puré de papas o con arroz cocido en leche lo que hará las coquillas mas livianas.

Pollo en costillitas

Pollo	2	
Manteca	2	cucharadas
Harina	3	cucharadas
Caldo broth	1	taza
Leche	1	taza
Huevos	4	

Pan rallado y cernido, grasa para freir.

Se cuece el pollo en él caldo, se saca, se deja enfriar, se pasa la carne por la máquina y se cortan los huesos de las patas y alas para figurar con ellos los huesitos de unas costillas.

Se hace una salsa crema con manteca, harina, leche, agregando el caldo y despues, al retirarla del fuego, 2 yemas de huevo.

Se mezcla la carne del pollo con 2 cucharadas de esta salsa y con 2 huevos enteros, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se hacen 8 porciones de esta pasta dando a cada una la forma de una costilla e introduciendo en el extremo inferior un huesito para figurar perfectamente una costilla; se envuelve cada una en la salsa crema que se habrá conservado caliente, se pone sobre una fuente con bastante pan rallado; cuando se enfrian se pasan por huevo batido, despues por pan rallado y se frien en grasa muy caliente.

Se sirve con guarnición de arvejas o chauchas.

Paté de pollo

Se elejiran 2 pollos grandes y gordos y se procederá como para el paté de liebre suprimiendo la carne de ternera y poniendo menos cantidad de tocino.

Enrrollado de pollo

Manteca	1	cucharada
Yemas de huevo	4	
Leche	1	taza

Harina, grasa para freir y recado de pollo.

Se prepara un recado haciendo hervir un pollo tierno en el caldo, picando despues la carne y machacándola hasta convertirla casi en una pasta. Se frie este picadillo en grasa o manteca en la que se habrá dorado cebolla y se sazona.

Despues que el recado está preparado se bate la leche, yemas y manteca añadiendo harina poco a poco hasta formar una pasta semi líquida,

Se pone al fuego, en una sarten de fierro: 1 cucharada de grasa; cuando se derrite se vacia un cucharon de la preparación anterior despues de haberla batido durante 15 minutos, se sacude la sarten para que la pasta llene el fondo del recipiente y también no se pegue, una vez que está cocida de abajo, se unta con la misma grasa el revés de una tapa de cacerola, se tapa la sarten y se vuelca sobre la tapa, de esta manera se hace escurrir facilmente la tortilla al sarten para que se cueza del otro lado, en seguida que está cocida se pone sobre una mesa lijeramente polvoreada con azúcar, se extiende una capa del recado de pollo y se enrrolla, despues se hace la otra porción de pasta en la misma forma obteniéndose así con estos ingredientes 2 enrrollados.

Una vez que estan preparados se pueden poner por unos minutos al horno suave para servirlos caliente con salsa de tomate o la que se prefiera.

En lugar de recado de pollo se puede rellenar con puré de espinacas al que se agregará yemas de huevos duros ralladas.

(Receta dada por la profesional señorita Lola Cano).

Petits soufflés de volaille

Pechugas de pollo	4	
Salsa blanca espesa	4	cucharadas
Manteca	1	cucharada
Huevos	5	

Se asan las pechugas al horno despues de haberlas sazonado con sal y untado con manteca, se pican, se pasan por la máquina, se mezclan con la salsa blanca y se pasa por un tamiz; se mezcla este puré con 5 yemas, se agrega muy poquita nuez moscada, por último las claras batidas a nieve, se mezcla perfectamente, se pone en cocotes de loza sin llenarlas completamente y se entran en seguida al horno con mas calor de abajo.

Se sirven en las mismas cocotes.

Quenelles de volaille

Pollo	1	
Salsa blanca	5	cucharadas
Trufas picadas	1	cucharada
Champignon	1	cucharada
Manteca	1	cucharada
Yemas de huevo	4	

Se pica el pollo (crudo) se separan los nervios y se pasa la carne por la máquina; se mezcla con la salsa blanca y se pasa por un tamíz de alambre; despues se agrega a este puré, las trufas y champignon muy bien picados y las yemas; se mezclan perfectamente sazonando con sal, y poquita nuez moscada.

Se pone esta preparación en moldecitos redondos de 3 centíme-

tros por 5 de alto, mas o menos, los que se untaran con bastante manteca y se polvorearán con harina, se entran al horno; cuando estan cocidos se desmoldan sobre una fuente y se sirven con salsa picante o la que se prefiera.

Morcillas blancas de pollo

Pechugas de pollo	2	
Tocino picado	1	cucharada
Pan francés chico	1	
Leche	1/2	taza
Huevos	3	
Manteca o grasa de cerdo	1/2	cucharada

Sal, pimienta, nuez moscada, tripas de vaca o ternera.

Se pica la carne de las pechugas se pasa por la máquina junto con el tocino.

Se quita las durezas al pan francés, se remoja en la leche, se pasa por un tamíz apretando con una cuchara para desarmarlo; se mezcla con el pollo, los huevos, la manteca; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada.

Se lavan bien las tripas, se rellenan con la pasta preparada sin llenarlas completamente para que no se rompan al cocerlas, se largan en agua caliente, se pone la cacerola a fuego lento de manera que el agua se mantenga en un estremecimiento imperceptible; sin que suelte el hervor; cuando las morcillas se han cuajado se sacan y se doran a la parrilla. Se sirven con bordura duquesa.

Gallina rellena

Gallina	1	
Manzanas apples	3	
Manteca	4	cucharadas
Pan	1	
Azúcar	1	cucharadita

Se elije una gallina gorda, se mata el día antes se destripa con cuidado para no romper mucho la piel, se lava, sala, y se deja al sereno.

Al dia siguiente se pone en una cacerola dos cucharadas de manteca, friendo en ella las manzanas cortadas en pedacitos, cuando estan fritas se añaden pedacitos de pan, una vez todo cocido se pone una cucharada de azúcar y con esta pasta se rellena la gallina cosiendo la abertura.

Antes de entrarla al horno se le unta manteca y se pone a asar; se asa poco a poco, retirando del fuego, dejando reposar y poniendola nuevamente, teniendo cuidado de rociarla con su propio jugo y manteca derretida. Esta operación se repite varias veces, el tiempo que se necesita son 3 horas y media.

Gallina frita

Gallina	1	
Cebolla	2	cabezas
Perejil	1	ramito
Limón	1	
Harina	1	cucharada
Caldo	1	cucharón
Huevos	6	
Laurel	1	hoja
Orégano	1	ramito
Vinagre	1	vaso
Manteca	2	cucharadas
Miga de pan	1/2	taza

Despues de muerta y destripada se pone la gallina en una cacerola, con sal, pimienta, cebolla en rebanadas, perejil picado y el jugo de un limón, dejándola por espacio de una hora para que se penetre.

En una cacerola se derriten dos cucharadas de manteca, añadiendo una cucharada de caldo, se sacan las presas del adobo y se ponen a cocer con esta salsa.

Cuando la gallina se ha cocido se coloca en una fuente en el centro, rodeándola de huevos fritos y bañándola con la salsa siguiente:

Se derriten dos cucharadas de manteca, friendo en ella cebolla, perejil, orégano laurel, se sazona con sal y pimienta y se añade un vaso de vinagre y un cucharón de caldo, se tapa y deja hervir. En el momento de servir se pasa por el colador de alambre y se espesa con miga de pan rallado o una cucharada de harina.

Gallina en salsa de leche

Gallina	1	
Manteca butter	1	cucharada
Aceite oil	1	cucharada
Harina	1	cucharadita
Zanahorias carrots	4	
Leche	1	vaso
Huevos	1	

En una cacerola se pone un vaso de leche con 1 cucharada de manteca y otra de aceite, cuando la manteca se ha derretido se pone la gallina cortada en presas, sazonando con sal y pimienta, se tapa y deja cocer a fuego moderado, cuando la gallina esta cocida se añaden las zanahorias cortadas en rebanadas Un momento antes de servir se espesa la salsa con una yema batida con harina, se revuelve y una vez que la harina se ha cocido se sirve.

Galantine

Gallina	1	
Carne de cerdo pork	1/2	kilo
Tocino bacon	1/4	kilo
Jamón crudo raw ham	6	rebanadas
Trufas	1	lata
Lengua salada	1/4	kilo
Huevo duro	1	
Coñac	1	cucharada
Pata de ternera	1	
Manteca	1/2	cucharada
Cebolla	1	cabeza
Zanahorias	2	
Laurel, orégano		

Se despluma una gallina y antes de destriparla se hace un corte en el lomo, desde la rabadilla hasta el arranque del pescuezo y se empieza a destripar la piel con un cuchillo de hoja fina y muy filoso teniendo cuidado de no romperla; si se quiere se saca la piel de las alas y los mulos o sino se corta para abreviar el trabajo, en este caso se cosen los agujeros que han quedado con hilo fuerte; una vez que se ha sacado la piel se destripa la gallina y se despresa separando la pechuga.

Se lava la piel, se seca, se extiende sobre una servilleta y se rellena de la manera siguiente: se hace un picadillo de la carne de cerdo y la mitad del tocino, se pasa por la máquina y se mezcla con un poco de jugo de trufas, 1 huevo duro picado, 1 cucharada de coñac, sazonan-

do con sal y pimienta; se extiende sobre la piel una capa de este picadlilo y otra de lonjas de tocino; de jamón, de pechuga de gallina, de trufas y de lengua salada; se atan las extremidades de las alas y piernas y se cose la piel con hilo fuerte tratando que no haga puntas, dándole una forma ovalada; despues se envuelve en un tul de mosquitero y se atan las puntas.

Aparte se habrá derretido la manteca y frita la cebolla partida en 4 partes, las zanahorias cortadas en rodajas, 1 hoja de laurel, 1 ramito de orégano, la pata de ternera cortada en 6 o 7 trozos agregando despues 14 tazas de agua fria y un poquito de sal; despues de 2 horas de ebullición a fuego lento, se retira la cacerola; cuando deja de hervir se pone adentro el relleno que se ha preparado de la gallina y las presas que quedaron, se vuelve al fuego dejando hervir a fuego lento durante 5 horas; despues de este tiempo se retira la gallina; se cuela el jugo quitando toda la grasa que ha subido a la superficie, se deja enfriar, se agrega 2 claras batidas a nieve, se vuelve al fuego batiendo bien durante 15 minutos, despues se pasa por una servilleta mojada y se deja enfriar entre hielo dentro de un molde.

A la gallina se la saca del tul, se prensa entre 2 tablas poniendo una cosa pesada encima, se deja durante la noche y al dia siguiente se cortan los hilos, se corta en rebanadas y se sirve con la gelatina cortada en cuadraditos.

Para sacar la gelatina del molde, se sumerje durante 2 minutos el molde en agua caliente; se vuelca sobre una fuente y se retira el molde.

Ganso de Navidad

Ganso	1	
Manzanas	6	
Almendras peladas y molidas	20	almendras
Manteca	2	cucharadas
Pan rallado	2	cucharadas
Pasas	20	pasas
Azúcar	2	cucharadas
Vino blanco	1/2	taza

Se despluma el ganso sin mojar en agua caliente, se destripa, se cuelga en un sitio fresco y se deja orear durante 24 horas.

Despues de este tiempo se lava y se sala por dentro y fuera.

Se calienta la manteca, se frien lijeramente las manzanas, se agrega un poquito de sal, el higado del ganso, picado; las almendras molidas, el pan, las pasas, el azúcar y el vino, mezclando durante 15 minutos.

Se rellena con esta preparación el ganso, se pone en una asadera y se entra al horno durante 2 horas, mas o menos; teniendo cuidado de mojarlo cada 15 minutos con el jugo que suelta.

Con este mismo procedimiento se puede preparar un pavo o pato.

Ganso en terrina

Ver paté de liebre.

Pichones al tomate

Pichones de paloma	8	
Tomates pelados y sin semilla	6	
Manteca	2	cucharadas
Caldo colado	1	taza
Jugo de carne	4	cucharadas

Pimienta, sal, nuez moscada rallada, 1 diente de ajo, perejil, orégano, 1 hoja de laurel cebolla.

Derretir la manteca, cuando está caliente dorar la cebolla y el ajo, retirarlas y poner los pichones despues de haberlos atado y sazonado con sal, dar vuelta con una cuchara hasta que se doren. Agregar despues los tomates, el caldo, jugo de carne, sazonar con pimienta, sal y nuez moscada, añadir el perejil, orégano y laurel. Tapar bien la cacerola y colocarla sobre brasas durante 45 minutos.

Para servir retirar el perejil, orégano y laurel y espolvorear con perejil picado muy finamente.

Pichones a la crapudine

Pichones de paloma	8	
Aceite	1	taza
Jugo de limón agrio	2	cucharadas

Pepinillos en vinagre, rebanadas de limón agrio, pan rallado, sal pimienta.

Despues de pelados y limpios los pichones, se dividen sobre el lomo sin separarlos; se aplastan y se ponen en una fuente con el aceite, jugo de limón, un poquito de sal y pimienta; se pone una tabla pesada encima y se deja en este adobo durante 2 horas.

Despues se envuelve en pan rallado y cernido, se ponen en horno regular durante 30 minutos, se sacan, se doran sobre la parrilla y se sirve con los pepinillos y rebanadas de limón.

Palomitas con manzana

Palomitas	8	
Manzanas	4	
Manteca	2	cucharadas
Caldo	1	taza

Cebolla, sal, nuez moscada.

Se pelan las palomitas, se destripan y se dejan orear 2 horas.

Se dora 1 cucharada de cebolla picada en la manteca caliente, se largan las palomitas dando vuelta con una cuchara durante unos minutos, se agrega un poquito de nuez moscada, las manzanas peladas y cortadas en tajadas y el caldo, se tapa la cacerola y se deja cocer a fuego lento.

Palomitas en escabeche

Palomitas	12	
Aceite de buena clase	2 1/2	tazas
Vinagre blanco	4	tazas
Caldo colado	2	tazas

24 granos de pimienta blanca, 1 cebolla grande, 2 ajies, 1 hoja de laurel, 2 dientes de ajo molido, 2 cucharaditas de sal refinada.

Se pelan las palomitas, se destripan y se dejan orear durante 4 horas en un sitio fresco. Se lavan, se secan con una servilleta y se po-

nen en una cacerola con 2 tazas de aceite y todos los ingredientes indicados. Se hace hervir durante 40 minutos, mas o menos; cuando al tirar un huesito de las patas sale con facilidad, se retiran, se dejan enfriar, se ponen en un bote de vidrio, se vierte encima el resto del aceite, se tapa el bote muy bien y se guarda en un sitio fresco.

(Estas palomitas se pueden conservar durante 1 mes).

Perdices en escabeche a la criolla

Perdices chicas	10	
Aceite buena clase	2	tazas
Vinagre fuerte	1	taza
Cebolla blanca	2	kilos
Ajos	1/2	kilo
Azafrán	1	cucharadita
1 ramito de orégano y sal.		

Se dividen las perdices por mitad sazonándolas con sal.

Se pone en una cacerola un poco del aceite y se colocan las perdices por capas, alternando con la cebolla cortada en rebanadas y los ajos, el azafrán y orégano; se baña con el resto del aceite y el vinagre y se hace cocer a fuego regular.

Perdices en escabeche a la tucumana

Perdices	12	
Aceite de buena clase	4	tazas
Vinagre fuerte	2	tazas
Jugo de limón agrio, colado	2	tazas
Cebolla blanca	1	cabeza
Zanahorias	6	
Laurel	2	hojas
Pimienta blanca	24	granos
Sal refinada		

Se pelan las perdices, se destripan y se dejan orear, segun sea el tiempo fresco o caluroso, 12 a 6 horas respectivamente.

Se lavan bien, se salan por dentro y fuera, colocando dentro de cada una 2 granos de pimienta; se ponen a cocer con el aceite, el vinagre, jugo de limón, agregando la cebolla cortada en rebanadas y las zanahorias en rodajas finas. Se deja hervir hasta que el vinagre y jugo de limón desaparecen y cuando tirando un huesito de las patas este sale con facilidad.

Las perdices preparadas de esta manera se pueden conservar 3 meses, guardandolas en botes de vidrio tapados.

PATOS

INDICACIONES GENERALES

Se elije el pato según la forma en que se desea preparar. para asarlo al horno es preferible el pato pichón, para guisarlo se elegirá pato de un año y si es para rellenar son mejores los patos un poco viejos por ser mas faciles de deshuesar.

Se tendrá cuidado de no elejir un pato que este cambiando las plumas porque entonces estan flacos y son difíciles de pelar.

Los patos deben pelarse en seco y en seguida de matarlos; cuando son para rellenar se dejan la cabeza y las patas. Despues de pelados se pasan lijeramente por una llama que se hará con papeles encendidos, con lo cual se chamuscarán las plumas chicas que no han podido arrancarse, luego se vierte agua hirviendo en el pico y las patas para aflojar el pellejo que los cubre y se desprende este con las uñas.

En cualquier forma que se preparen es preferible matarlos el día anterior y dejarlos al sereno durante la noche.

Pato estofado

Pato	1	
Manteca	2	cucharadas
Zanahorias grandes	5	
Vino	1	vaso
Nuez moscada	1/2	cucharadita
Laurel	1	hoja
Tomates	2	grandes
Pimientos	2	
Cebolla	1	
Pimienta blanca molida	1/2	cucharadita
Repollo	1	mitad

Despues de destripado, se despresa y lava cuidadosamente.

En una cacerola u olla de fierro se hace derretir la manteca friendo en ella cebolla finamente picada, cuando empieza a dorarse se añaden pimientos y tomates en rebanadas y luego el pato; se hace freir un poco sazonando con sal, pimienta y nuez moscada y por último se echa el repollò cortado como tallarines, las zanahorias en rodajas el laurel y el vino, se tapa y se deja cocer durante dos horas a fuego regular, como el pato suelta mucho jugo no necesita caldo ni agua, pero si por cualquier causa se secara demasiado, se le puede echar un poco de caldo.

Pato relleno

Pato	1	
Espinacas	3	atados
Manteca	2	cucharadas
Nuez moscada	1/2	cucharadita
Carne de cerdo	1/4	kilo
Huevos	3	
Cebolla blanca	1/2	
Ajos	2	dientes

Despues de pelado, antes de destriparlo se lo deshuesa del modo siguiente: con un cuchillo pequeño y filoso se hace un corte longitudinal en el lomo, desde el arranque del pescuezo hasta la ravadilla y se va desprendiendo la carne de los huesos con el mayor cuidado, las patas hasta la coyuntura de la pierna, y las alas hasta la segunda articulación, este trabajo es muy sencillo; cuando se han retirado los huesos, se lava el pato y se lo seca con una servilleta, se lo coloca abierto sobre una mesa y se empieza a rellenar, primero se llenan los huecos de las piernas y las alas, despues se estiende una capa de relleno sobre el pato que esta abierto, encima se ponen dos huevos duros enteros uno al lado de otro, entonces se cose con un hilo fuerte de modo que conserve la forma que tenía antes, no debe quedar muy lleno por que el relleno al cocerse se hincha y rompe la piel, una vez preparado se lo hace cocer al horno, o si no se lo hace en una olla de fierro en la que se pone aceite haciendo dorar dos dientes de ajo se tapa y se deja cocer al va-

por añadiendo caldo en pequeñas cantidades hasta que está a punto. El pato relleno es mejor frio, en ese caso se decora una fuente con zanahorias, papas huevos duros, perejil y rodajas de limón.

El relleno se hace del modo siguiente: se pica finamente la carne de cerdo y las espinacas despues de cocidas y escurridas.

En una sarten se pone una cucharada de manteca friendo en ella cebolla hasta que esté lijeramente dorada, añadiendo en seguida la carne de cerdo y las espinacas y sazonando con sal, pimienta nuez moscada y laurel, cuando la carne se ha cocido se retira del fuego y se deja enfriar añadiendo por último uno o dos huevos batidos y se procede a rellenar en la forma que se ha indicado. Antes de entrar el pato al horno se le acomodan las alas cruzadas sobre el lomo y el pico en la forma que se quiera ,sujetadas con un piolin, que se quita una vez cocido.

Pato con champignons

Pato	1	
Champignons	1	tarrito
Trufas	2	cucharadas
Cebollas	2	cabezas
Harina	1	cucharada
Manteca	3	cucharadas
Caldo	3	cucharones
Perejil picado	3	cucharadas

Se frie en manteca una cucharada de harina revolviendo sin cesar hasta que tome un color oscuro, en seguida se echa el caldo revolviendo siempre hasta que la harina esté cocida, entonces se echan las trufas y los champignons sazonando con la sal y pimienta.

En una olla de fierro se pone el pato despresado, se cubre con cebolla cortada en rebanadas, perejil picado, se sazona con sal y pimienta, y se baña con la salsa que se ha preparado, se tapa hermeticamente y se hace eocer a fuego moderado, teniendo cuidado de moverlo para que no se pegue.

Pato delicioso

Pato	1	
Papas	8	
Limón	1	
Pan rallado	2	cucharadas
Perejil	1	ramito
Apio	1	
Caldo	El suficiente	
Manteca	3	cucharadas

Despues de lavado se coloca el pato en una cacerola con 3 cucharadas de manteca, apio y perejil picado el jugo de un limón, pan rallado y caldo suficiente para cubrir todo, se deja cocer un rato y se añaden papas peladas y enteras.

Debe cocerse a fuego lento, conservando la cacerola bien tapada.

Pato con chorizos

Pato	1	
Chorizos	3	
Cebolla	1	
Hongos secos	5	
Clavo de olor	2	
Perejil	1	ramito
Harina	1	cucharadita
Papas	3	
Carne de cerdo	2	cucharadas

Se hace cocer el pato en caldo, añadiendo cebolla, perejil, pimienta en grano y hongos despues de remojados en agua fria.

En una cacerola se pone grasa, una vez caliente se frien los chorizos quitándoles la tripa, cuando estan cocidos se añaden unas papas cocidas cortadas en pedacitos, y por último el pato despresado, se hace freir un poco y se sirve, si se secara mucho se añade caldo del que se ha empleado para cocer el pato.

Pato con nabos

Pato	1	
Manteca	3	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Caldo	7	cucharones
Cebolla	1	
Perejil	1	ramito
Clavos de olor	2	
Nabos blancos		
Nuez moscada	1/2	cucharadita
Romero	1	ramito
Laurel	1	hoja

Despues de desplumado y destripado se lava, se atan las piernas y las alas, se sala y se hace dorar en 3 cucharadas de manteca, una vez dorado se saca y coloca en una fuente. En la manteca que ha quedado en la cacerola se frien 2 cucharadas de harina hasta que tomen color, agregando despues 7 cucharones de caldo, se hace hervir 5 minutos y se cuela en el colador de alambre.

En otra cacerola limpia se coloca el pato, con la salsa, unos granos de pimienta, clavo de olor, perejil, laurel, romero y nuez moscada se hace cocer a fuego lento una hora.

Una vez cocido se le quitan los hilos se coloca en una fuente, formando una corona de nabos blancos y se baña todo con la salsa en que se ha cocidó el pato.

Los nabos para la guarnición se preparan del modo siguiente:

Se pelan con el cuchillo, y se cortan en pedacitos como dados algo largitos, se lavan y se hierven durante 5 minutos, el agua en que se los eche debe estar hirviendo, se sacan de allí se escurren y se echan en caldo añadiendo media cucharadita de azúcar, media de sal y un vaso de agua, se hacen cocer durante 20 minutos; se retiran del fuego, dejándolos en el mismo caldo hasta el momento de emplearlos.

Pato con porotos

Pato	1	
Porotos secos o tiernos	1/2	kilo
Cebolla	1	
Caldo	8	cucharones
Harina	2	cucharadas
Manteca	3	cucharadas
Tocino	4	cucharadas
Perejil	1	ramito
Laurel	1	hoja
Grasa	1	cucharón

Se pela el pato, despues de destripado se sala y se dora en grasa de cerdo muy caliente, o si se prefiere en manteca.

El tocino se corta en pequeños pedacitos cuadrados, como dados, y se hace freir en tres cucharadas de manteca, cuando esta dorado se

añaden 2 cucharadas de harina revolviendo rapidamente con una cuchara de madera para que no se pegue, durante 3 minutos, y por ultimo se agrega el caldo, cebolla, perejil, laurel, pimienta y un poquito de sal, al primer hervor se echa el pato y los porotos, si los porotos son secos deben estar cocidos, si son frescos, nada mas que sancochados. Se deja cocer hora y cuarto con la cacerola no muy tapada, una vez cocido se escurre, se ponen los porotos y tocino en la fuente y encima el pato, quitando la cebolla y el perejil.

PAVO

MANERA DE CEBARLO Y PREPARARLO

Los pavos adquieren un sabor especial cebándolos de la manera siguiente: durante 1 mes se los hace tragar diariamente 1 nuez entera con cáscara, para esto se abre el pico se coloca adentro la nuez y despues se pasa con los dedos por el cogote para que la traguen facilmente. Una hora antes de matarlo se lo hace tragar un vasito de vino; cuando está muerto se lo pela en seco, se destripa y se cuelga en un sitio ventilado, sin lavarlo, durante una noche, al día siguiente se lava y se prepara en la forma que se prefiera. Cuando se desea como fiambre, se deja asado durante una noche y se sirve al otro día.

Pavo relleno a la criolla

Pavo	1	
Manteca	1	cucharada
Pan francés chico	1	
Leche	1/2	taza
Huevos	2	
Cebolla	1	cabeza

1 hoja de Laurel, 1 ramito de perejil sal, pimienta, nuez moscada aceite, limón agrio, caldo.

Se frie 1/2 cucharada de cebolla picada en manteca caliente; cuando se ha dorado se agrega los menudos del pavo muy bien picados sazonando con sal, pimienta y nuez moscada; despues se agrega el pan remojado en la leche al que se habrá quitado las durezas; se retira del fuego y se mezcla con los 2 huevos.

Se rellena el pavo con esta preparación, se cose la abertura y se pone en una cacerola con agua abundante, un poquito de sal, el laurel, la cebolla y el perejil; despues que ha dado un hervor se lo saca, se lo coloca en una asadera frotándolo con aceite y limón agrio, se lo baña con caldo y se termina de cocer poniendolo al horno tapado con un papel de astraza untado con aceite, teniendo cuidado de bañarlo cada 15 minutos con el jugo.

Pavo a la alemana

Pavo	1	
Manzanas	4	
Ciruelas secas	8	
Almendras	12	
Manteca	1	cucharada

Sal, pimienta, azúcar, cebolla

Despues de pelado y destripado el pavo, se cuelga en un sitio fresco y se deja durante una noche.

Al dia siguiente se lava, se unta con manteca por dentro y fuera, se sazona con sal y pimienta.

Se pelan las manzanas, se parten por el medio; se saca las semillas y el corazón se subdivide cada mitad en 4 partes y se polvorean con 2 cucharadas de azúcar.

Se saca el carozo de las ciruelas.

Se pelan las almendras, se saca el pellejo y se quiebran en el mortero; se mezcla con las manzanas y ciruelas.

Se calienta la manteca, se dora 1 cucharada de cebolla picada, se saca la cebolla y se frie la fruta preparada, durante 5 minutos, agregando ademas los menudos del pavo con esta preparación, se coce la abertura y se pone al horno en una asadera, bañando cada 15 minutos con el jugo que suelta. Cuando está cocido se corta en presas y se sirve con el relleno.

CAPITULO 8º

VACA Y TERNERA

Sacando tales invenciones de potajes, tan nuevos guisados, tan nuevos artificios y tan nuevas «cocinerias», que nunca los antiguos oyeron sus nombres, ni los modernos pueden declarar sus composturas.

P. Juan Torres

Carne al vino
(Cocina alemana)

Carne de ternera	1	kilo
Vino	1	vaso
Vinagre	2	cucharadas
Salsa inglesa	1	cucharada
Manteca o grasa	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Cebolla picada	1	cucharada
Caldo	4	tazas
Perejil picado, sal, pimienta, puré de papas		

Se pone la carne, durante 2 horas, en una fuente con el vino, el vinagre, la salsa inglesa, un poquito de sal y 5 granos de pimienta,

Se calienta la manteca o grasa, se frie la carne y cuando está dorada se agrega el perejil y cebolla muy bien picados y la harina; una vez que la harina se ha tostado se echa poco a poco el vino donde se preparó la carne y el caldo, mezclando siempre. Se tapa la cacerola y se deja cocer a fuego lento. Se sirve en tajadas delgadas y acompañadas de puré de papas.

Carne a la crema
(Cocina alemana)

Carne de vaca o ternera	1	kilo
Manteca o grasa	1	cucharada
Cebolla picada	1	cucharada
Caldo	3	tazas
Leche cortada	1/2	taza
Sal, pimieuta, puré de papas		

Se dora la cebolla en la manteca caliente, se frie la carne agregando despues sal, pimienta y el caldo; se deja cocer a fuego lento y cuando el caldo se ha consumido se agrega la leche cortada, despues de 10 minutos se retira y se sirve con puré de papas o papas cocidas al vapor.

Carbonada criolla

Carne del blando	1	kilo
Papas	8	
Zapallitos	4	
Grasa	2	cucharadas
Cebolla picada	2	cucharadas
Pimientos dulces	2	
Pimentón colorado	1/2	cucharada
Sal, pimienta, cominos		

Se dora la cebolla en la grasa muy caliente, despues se frie los pimientos, la carne cortada menudita, las papas y zapallitos picados en cuadritos, se agrega el pimentón, sal y pimienta; cuando todo se ha dorado se echa agua caliente y se hace hervir hasta que se cueze aumentando agua caliente si fuera necesario.

Carbonada de verano

Se prepara como la anterior pero agregando junto con las papas, zapallitos, duraznos, peras y manzanas.

Costillas a la Villeroi

Costillas de ternera o cordero	8	
Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Leche	1	taza
Caldo	1	taza
Salsa inglesa	1	cucharadita
Pan rallado, grasa para freir		

Se lavan las costillas, se machacan un poco con la mano del mortero, se raspa la carne de la parte inferior hácia arriba para darles una buena forma, se frien en grasa caliente y se ponen a enfriar sobre una servilleta doblada.

Se hace una salsa blanca espesa con la harina, manteca, leche y caldo, agregando la salsa inglesa; antes que se enfrie se envuelven con esta salsa las costillas, se ponen sobre una camada de pan rallado cernido y se dejan enfriar de nuevo.

Se baten lijeramente los huevos, se envuelven las costillas, se pasan por pan rallado y se frien en grasa caliente.

Se sirven con puré de papas.

Costillas a la jardinera

Costillas	8	
Manteca	2	cucharadas
Caldo	2	tazas
Zanahorias	2	
Espárragos	16	
Cebollas medianas	2	
Vino blanco	1/2	taza
Yemas de huevo	2	
Sal, pimienta, nuez moscada		

Se machacan un poco las costillas y se saltan en la manteca hasta que se doran lijeramente, se retiran y en esa misma manteca se doran las zanahorias y cebollas cortadas en rodajas y las puntas de los espárragos. Se vuelven a poner las costillas, se sazonan con sal, pimienta y nuez moscada rallada, se agrega 1 1/2 taza de caldo, el vino y se cuece a fuego lento durante 40 minutos mas o menos.

Se mezclan las yemas de huevo con el resto del caldo, tibio, se ponen las costillas en una fuente, se agrega rapidamente el huevo con el caldo a la salsa, se mezcla y se bañan las costillas.

Costillas en papillotes

Carne del blando	1	kilo
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Caldo	1	taza

1 pan francés chico, 3 huevos, 1 cabeza de cebolla, harina, pan rallado y cernido, sal, pimienta, nuez moscada, grasa para freir 4 fideos macarrones, papel de seda.

Se pica la carne, se pasa por la máquina y se mezcla con la cebolla picada, un poquito de sal y pimienta.

Se hace una salsa blanca espesa con la manteca, harina 1/2 taza de leche y el caldo; se mezcla con la carne, agregando 1 huevo, el pan remojado en 1/2 taza de leche y pasado por un tamíz, quitándole las durezas; un poquito de nuez moscada.

Se polvorea la mesa con harina se extiende la pasta en una forma alargada, se corta en pedazos iguales dando a cada uno la forma de una costilla, se envuelven en pan rallado, despues en huevo batido, otra vez en pan rallado y se frien en grasa muy caliente.

Se cortan los macarrones en pedazos de 10 centímetros, se adornan en un extremo con tiritas de papel rizado atandolas con un hilo, se colocan en las costillas para figurar los huesos.

Se sirve con guarnición de arroz.

Costillitas sorpresa

Costillas de cordero o ternera	8	
Papas medianas	8	
Huevos	4	
Manteca	1	cucharada
Galletas Canale molidas	10	
Harina, perejil, sal, nuez moscada		

Se cuecen las papas en agua y sal, se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara agregando a la vez la manteca.

Se raspa la carne de las costillas, se pasa por la máquina, se mezcla con la papa agregando 2 yemas de huevo, un poquito de nuez moscada rallada y 1 cucharada de perejil picado. Se divide esta pasta en 8 porciones, se da a cada una la forma de una costilla, introduciendo en los extremos los huesitos que se quitaron al raspar la carne para que la imitación de la costilla sea perfecta. Se polvorean con harina de todos lados, se pasan por 2 huevos lijeramente batidos, despues en las migas de las galletas, (las galletas pueden ser sustituidas por pan rallado y cernido, pero el sabor es menos delicado), se frien en grasa de vaca y de cerdo, mitad por mitad.

Chuletas de ternera

Lomo de ternera	1	kilo
Manteca	1/2	cucharada
Aceite	1/2	taza
Huevos	4	
Jugo de limón	1	cucharadita
Mostaza	1	cucharadita
Sal, pimienta, perejil picado, pan rallado, grasa para freir		

Se corta el lomo de ternera en rebanadas de 1 centimetro de espesor, se sazona con sal y pimienta, se untan con manteca y se dejan durante 1/2 hora.

Se cuecen 2 huevos duros, se sacan las yemas, se pisan en el mortero, se agrega el aceite por gotas mezclando con una cuchara de madera hasta formar una salsa, se agrega el jugo del limón, la mostaza y un poquito de sal.

Se envuelven las rebanadas de ternera en 2 huevos lijeramente batidos, se pasan por pan rallado, se frien en grasa caliente. Se colocan en una fuente poniendo encima de cada chuleta un poco de salsa de huevos y adornando con perejil picado y las claras de los huevos ralladas.

Charquicillo

Carne asada	1	kilo
Arroz	1	taza
Grasa	2	cucharadas
Cebolla picada	1	cucharada
Ají picante, 1 pimiento, 1/2 cucharada de pimentón colorado		

Se corta la carne asada y fria en hebras finas.

Se frien las verduras en la grasa caliente agregando el pimentón; cuando todo está dorado se agrega la carne y el arroz, se sazona con sal y pimienta, se agrega caldo o agua y se hace hervir a fuego lento hasta que el arroz se cueza.

Bifes Chateaubriand

Carne del blando	1	kilo
Manteca	1/2	cucharada
Ajo	2	dientes

Sal, pimienta blanca molida, papas fritas, ensalada de lechuga

Se corta la carne en 8 trozos iguales que se machacan de uno y otro lado, empujando despues con los dedos, la carne de los costados para formar unos bifes altos y redondos. Se polvorean lijeramente, por los dos lados, con sal y pimienta.

Se pone la manteca en una sarten grande de fierro; cuando está caliente se colocan los bifes; alrededor, dejando el centro libre; allí se ponen los dientes de ajo; despues de 3 minutos se dan vuelta, se polvorean de nuevo con sal y pimienta, se dejan 3 minutos, se dan vuelta y se polvorean del otro lado. Se cubren con una tapa de cacerola un poco mas chica que la sarten y se dejan cocer, teniendo cuidado de darlos vuelta para que no se peguen; cuando pinchándolos con un tenedor no sale sangre, se hace un tajo a lo largo de los bifes se dan vuelta dejándolos durante 3 minutos para que absorvan todo el jugo.

Bifes a la Maïtre d'Hotel

Carne del blando	1	kilo
Manteca	2	cucharadas

Sal, pimienta, nuez moscada, salsa a la maitre d'hotel, papas fritas

Se cortan 8 bifes de la carne, se sazonan con sal, pimienta y nuez moscada.

Se pone la manteca en una sarten; cuando está caliente se coloca los bifes dejándolos a fuego vivo hasta que se doran de un lado; cuando aparece jugo encima se dan vuelta y se hacen dorar del otro lado. Se sirven con papas fritas y salsa a la maitre d'hotel, la que se coloca 1 cucharada sobre cada bife (ver salsa a la maitre d'hotel).

Bifes a la francesa

Carne del blando	1	kilo
Arvejas	1/2	kilo
Papas	1/2	kilo
Manteca	1	cucharada
Aceite	1/2	taza
Extracto de carne Liebig	1	vasito
Vino blanco	1	vasito
Limón agrio	8	rebanaditas
Azúcar	1	cucharadita

Se corta la carne en bifes de regular tamaño, se machacan con la maceta para bífes y se dejan durante 1 hora en un plato o fuente con el aceite.

Se cuecen las arvejas y se pasan por manteca, agregando el azúcar.

Las papas se cortan con moldecito o cuchara redonda, se cuecen en agua con sal y se pasan por manteca.

Se frien los bifes en una sarten y con el mismo aceite; cuando la carne principia a soltar el jugo se salan de un lado y se dan vuelta del otro lado para que se cuezan bien; se retiran los bifes y en el mismo aceite se agrega 1 cucharadita de manteca, el extracto de carne y el vino, dando vueltas durante unos minutos.

Se ponen los bifes en una fuente, se bañan con la salsa poniendo encima 1 rodaja de limón y a los lados las papas y arvejas.

Bifes a la rusa

Carne del blando	1 kilo
Tocino	1/4 kilo
Manteca	4 cucharadas
Huevos	9
Salsa inglesa	2 cucharadas
Repollo en conserva	1 tarrito
Sal, pimienta	

Se machaca la carne con un cuchillo pesado hasta convertirla en una pasta, se sazona con sal y pimienta, se une con 1 huevo. Se coloca esta masa sobre la tabla de picar que se habrá polvoreado de antemano con harina, se hacen 8 porciones dando a cada una la forma de un bife redondo; despues se frie en una sarten con bastante manteca dándolos vuelta para que se cuezan de los dos lados; cuando están dorados se echa a cada uno varias gotas de salsa inglesa. Se sirven en fuentecitas de loza rodeados de repollo pasado por manteca y con un huevo frito encima de cada uno.

Bife aléman

Carne del blando	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Cebolla verdes	12
Ajo	2 dientes
Sal y pimienta blanca molida	

Se corta la carne en 4 trozos gruesos, se polvorean con sal y pimiente, se untan con ajo molido se colocan sobre una tabla de picar y con el dorso de la hoja de un cuchillo de cocina se golpea la carne durante largo rato hasta que se consigue adelgazarla pero sin romperla.

Se pone la manteca en una cacerola, (se preferirá de fierro), se coloca encima los bifes, uno sobre otro, se cubren totalmente con la cebolla picada, se polvorea lijeramente con sal, se tapa herméticamente la cacerola y se coloca a fuego lento durante 2 horas, sin revolver ni sacudir; despues de este tiempo se sacan, se divide cada bife en 2 partes y se sirve bañándolos con la misma salsa y la cebolla.

Bifecitos o tournedos

Carne del blando	1 kilo
Alcachofas	8
Vino madera	1/2 vaso
Manteca	2 1/2 cucharadas
Crema o leche	1/2 taza
Guarnición de arroz	

Se corta la carne en bifes de 1/2 centímetro de espesor, se aplastan con el machete para bifes, se sazonan con sal y pimienta y se saltan en una sarten, a fuego vivo, con 2 cucharadas de manteca; cuando están cocidos se retiran y se ponen en el horno para conservar calientes.

En la misma manteca se doran los fondos de las alcachofas despues de haberlos cocidos y escurridos el agua.

Se sacan y se conservan calientes.

En la misma cacerola se pone el vino, dejándolo reducir a fuego lento y agregando despues la leche o crema, se revuelve con cucharara de madera y se hace hervir durante 4 minutos; se agrega despues el resto de la manteca y se pasa esta salsa por un colador.

Se colocan los bifes sobre una fuente redonda, se bañan con la salsa se pone encima las alcachofas y en el medio la guarnición de arroz (Ver guarnición para bifes).

Bifecitos rellenos

Lomo de ternera	1 kilo
Tuetano de vaca	4
Huevos	3
Manteca, piñones, leche	

Se corta el lomo en bifecitos chicos, se aplastan con el mazo, se sazonan con sal y pimienta y se dejan durante 30 minutos.

Se cuecen los tuetanos en el caldo, se sacan del hueso y se dejan enfriar.

Aparte se pisa en el mortero las yemas de los huevos que se habran cocido duros, 1 cucharada de perejil, 1 cucharada de pan remojado en leche, 1/2 cucharada de piñones, los tuétanos; cuando queda reducido a pasta se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se pone una cucharadita en cada bife, se humedecen los bordes con manteca y se tapan con otro bife.

Se pone un papel untado con manteca en el fondo de una asadera, se colocan los bifecitos poniendo encima de cada uno un pedacito de manteca, se tapan con otro papel mantecado y se entran al horno regular hasta que se cuezan.

Se sirve con la guarnición que se prefiera.

Estofado criollo

Carne del pecho (de vaca)	1 kilo
Grasa	2 cucharadas
Vino blanco	1 vaso
Cebolla picada	1 cucharada

16 pelones, 20 pasas, 1 hoja de laurel, 4 cucharadas de azúcar, sal, pimienta, 1 cucharadita de pimentón.

Se frie la cebolla en la grasa caliente, se agrega el pimentón, el laurel, la carne cortada en 8 trozos, el azúcar, los pelones y las pasas; cuando todo se ha dorado se sazona con sal y pimienta, se agrega despues el vino, 4 tazas de agua caliente o caldo y se deja cocer durante 2 1/2 horas, mas o. menos, aumentando agua si fuera necesario, hasta que la carne quede bien cocida. Si se quiere con la salsa espesa, se agregará 2 cucharadas de pan rallado antes de retirar.

Fricadelle
(Cocina alemana)

Carne asada	1 kilo
Pan cortados en pedazos	1/2 taza
Leche	2 tazas
Caldo	1/2 taza
Huevos	5
Pasas, quitadas las semillas.	16
Choclos	8
Manteca	2 cucharadas
Cebolla, sal, pimienta, nuez moscada	

Se asa la carne en el horno, se recoje el jugo, se pica la carne en máquina; se mezcla con el pan remojado en 1 taza de leche, las pasas, la cebolla cortada muy finita, 1 cucharada de manteca, 2 huevos duros picados, 3 huevos crudos; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y se pone en una asadera untada con manteca, dandole la forma y el espesor de un budín para que al cocinarlo no se seque demasiado Se pone en horno regular durante 20 minutos bañandolo varias veces con el jugo de la carne mezclando con el caldo.

Aparte se rallan los choclos, se dora la cebolla en 1 cucharada de manteca, se agregan los choclos y la leche y se hace un puré que se sirve con el fricadelle.

Hígado a la milanesa

Hígado de ternera	1 kilo
Aceite	4 cucharadas
Huevos	2
Sal, pimienta, pan rallado, grasa para freir, salsa de tomates	

Se corta el hígado en rebanadas de 1 ctm. de espesor, se machacan con la mano del mortero, se sazonan con sal y pimienta, se ponen en una fuente, se rocian con el aceite y dejan 1 hora.

Se baten ligeramente los huevos, se agrega un poquito de nuez moscada, se envuelven las rebanadas de hígado, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente. Se bañan con salsa de tomate y se sirve.

Se puede acompañar con puré de papas y porotos.

Hígado con jamón

Hígado de ternera	1 kilo
Jamón sin gordura	8 rebanadas
Aceite	8 cucharadas
Manteca	1 cucharada
Pan de sandwich	8 rebanadas
Vino blanco seco	2 cucharadas
Sal, pimienta, perejil picado	

Se corta el hígado en rebanadas de 1 centímetro de espesor, sacando los filamentos, se sazonan con sal y pimienta, se poden en una fuente, se rocian con el aceite y se deja 1 hora. Se ponen despues en una sarten, con el mismo aceite y se cocinan haciendo dorar de los dos lados.

Se corta el jamón del tamaño de las rebanadas de hígado, se rocian con el vino y se doran en la manteca caliente.

Se tuestan las rebanadas de pan, se ponen en una fuente, se coloca encima de cada una, una rebanada de hígado, despues otra de jamón y se adorna con perejil picado.

Se sirve acompañado de papas sopladas o saltadas.

Hígado con salsa

Hígado de ternera	1 kilo
Tocino	12 tiras
Manteca	1 cucharada
Harina	1 cucharada
Vino blanco	1 vaso

3 zanahorias, 1 cabeza de cebolla, 2 clavos de olor, perejil, sal, pimienta.

Se machaca el hígado con las tiras de tocino, se lava y se condimenta con sal y pimienta molida.

Se calienta la manteca, se pone el hígado dándolo vuelta de todos lados para que se dore bien; se saca el hígado y se incorpora la harina a la manteca, se agrega despues 2 tazas de agua caliente, el vino, 1 ramito de perejil, la cebolla picada con los clavos de olor, un poquito de sal y pimienta; se mezcla hasta que hierva, entonce se vuelve a poner el hígado agregando las zanahorias cortadas en rebanadas. Se tapa la cacerola en sus 3/4 partes y se hace cocer a fuego lento durante 2 horas, mas o menos; cuando está bien cocido se pone el hígado en una fuente, se corta en rebanadas, se baña con la salsa pasada por un colador y se guarnece con las zanahorias.

Jigote

Carne asada	1 Kilo
Panes franceses	2
Caldo	1 taza
Grasa	2 cucharadas

1 cebolla picada, 1 tomate, perejil, comino, 1/2 cucharada de pimentón colorado, 3 huevos cocidos duros.

Se pica muy menudo la carne y se corta el pan en rebanadas de 1/2 centímetro de grueso las que se mojan en el caldo.

Se frie la cebolla en la grasa muy caliente agregando el tomate picado, el perejil, 1/2 cucharadita de cominos, y el pimentón; despues se frie la carne y se coloca en una fuente resistente al horno alternando con rebanadas de huevo duro y pan, se termina con una camada de pan que se moja en bastante caldo y se unta con grasa. Se entra al horno durante 20 minutos, mas o menos y se sirve en la misma fuente.

Lengua en salsa

Lengua de vaca	1
Caldo	1/2 taza
Vino blanco seco	1/2 vaso
Yemas de huevo	2
Vinagre	1 cucharadita

Perejil picado, pimienta, 1 ramillete de verduras

Se hace hervir la lengua en agua con sal y 1 ramillete de las verduras que se prefiera, durante 5 horas mas o menos. Cuando está blanda se saca, se pela y se corta en rebanadas. Se ponen las rebanadas en una cacerola, con el caldo, el vino, un poquito de pimienta molida y se deja a fuego regular durante 30 minutos.

Se mezcla las yemas de huevo con 2 cucharadas de la salsa de la lengua, se agrega el vinagre y se agrega a la lengua mezclando bien; despues de unos minutos se retira y se sirve.

Lengua al gratin

Lengua de vaca	1	
Huevos	4	
Manteca	2	cucharadas
Jamón agrio	3	lonjas
Limón agrio	1/2	
Miga de pan	1	tacita
Leche	1	
Perejil	1	ramito

Se cuece lengua en agua con sal, un ramito de perejil, cebolla entera y unos granos de pimienta, cuando está cocida se saca, se quita el cuero gruso que la cubre, se parte al largo por la mitad, se extiende una capa de relleno se cubre con la otra mitad, se pasa por huevo batido y pan rallado, se pone en una asadera se le echa manteca derretida y se entra al horno, cuando está dorada se sirve con la salsa que se quiera.

Para el relleno se pisa en el mortero miga de pan mojado en leche y exprimida, 1 cucharadita de manteca 1 yema cocida, despues se mezcla con un huevo batido, jamón picado, sal, pimienta y nuez moscada y se procede a rellenar la lengua en la forma que se ha indicado.

Lengua con salsa verde

Lengua	1	
Perejil	1	manojo
Orégano	1	»
Manteca	1	cucharada
Aceite y vinagre	1	tacita

Se cuece una lengua hasta que pueda pelársela facilmente, despues se la corta en rebanadas. Se pisa en el mortero un manojo de perejil y otro de orégano, friéndolo despues en una cucharada de manteca, se sazona con sal y pimienta, añadiendo vinagre y aceite, en una fuente que resista el fuego se pone la salsa verde, encima las rebanadas de lengua, se tapa y se acerca a un fuego moderado durante media hora y se sirve.

Lengua dulce

Lengua	1	
Manteca	2	cucharadas
Aceite	2	»
Apio	1	ramito
Zanahorias	2	
Tomates	2	
Hongos secos	6	
Clavo de olor	2	
Canela molida	1/2	cucharada
Azúcar	1	terroncito
Cebolla	1/2	cabeza

Una lengua cruda se pela al fuego, luego se pone en una cacerola con aceite, manteca, cebolla cortada en pedazos, tomates en rebanadas, apio, zanahorias, hongos remojados picados, canela, clavo, sal, pimienta, raspaduras de nuez moscada, un terrón de azúcar tostado en las brasas, se tapa hermeticamente y se cuece a fuego lento durante a dos horas, dandola vuelta de vez en cuando.

Lengua a la milanesa

Lengua	1	
Huevos	2	
Pan rallado	1	taza

Se cuece la lengua, se pela y se corta en rebanadas pasándola por huevo batido y pan rallado y friéndola en grasa caliente. Se sirve acompañada con una tortilla de berenjenas o zapallitos tiernos.

Lengua con aceitunas

Lenguas	8	
Aceitunas	20	
Manteca	1	cucharada
Apio	1	rama
Zanahorias	1	
Perejil	1	ramito

Se sancocha una lengua en agua caliente, se pela y se pone en una cacerola en la que anteriormente se habrá frito en manteca, cebolla, perejil, apio y zanahoria todo muy picado, cuando la lengua se ha dorado se añade unos cucharones de caldo, 6 aceitunas picadas, otras tant s molidas y las demás enteras, se tapa y se hace cocer con fuego arriba y abajo.

Liebre casera (Falscher Hase)

Carne de ternera sin gordura	1	kilo
Manteca	1/2	cucharada
Pan francés	1	
Leche	1	taza
Tocino picado	1	cucharadita
Huevo	1	

Se machaca con un cuchillo la carne de ternera y se raspa con el cuchillo como para albóndigas, se mezcla con el tocino, el pan remojado en leche, al que se habran quitado las durezas, la manteca, el huevo, se mezcla perfectamente sazonando con sal y pimienta, se envuelve en una servilleta o lienzo de cocina dándole una forma alargada, se prende con palillos y se cocina en caldo por espacio de 30 minutos, despues se desenvuelve, se corta en tajadas sobre una fuente y se sirve con salsa de tomate.

Lomo con nueces

Lomo de vaca	1	kilo
Aceite	1	cucharada
Manteca	1	tacita
Tomates	2	
Cebolla	1/2	cabeza
Laurel	1/2	hoja
Zanahorias	2	
Chauchas o arbejas	1	kilo
Vino bueno	1	vaso
Nueces molidas	1	taza

Se pone en una cacerola 1 cucharada de aceite 2 de manteca, cuando está caliente se pone a dorar el lomo, sazonando con sal y pi-

mienta, cuando el lomo se ha dorado se saca de la cacerola y en el jugo que ha quedado se echa cebolla, tomates, zanahorias y 1/2 hoja de laurel, todo finamente picado, se tapa y se deja cocer, cuando esta bien cocido, se cuela y en esta salsa se pone nuevamente el lomo añadiendo el vino, se tapa y se deja cocer suavemente hasta que la carne esté blanda, un momento antes de servir se añaden las nueces molidas.

Se sirve con chauchas o arvejas saltadas, o cualquier otra verdura.

Lomo mechado

Lomo de ternera	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Tocino	1/4 kilo
Vino blanco	1/2 kilo
Caldo	1 taza
Laurel	1 hoja
Sal, pimienta, cebolla	

Se hacen varios tajos en el lomo introduciendo en cada uno, unas tiritas de tocino.

Se dora 1 cucharada de cebolla picada en la manteca caliente, se agrega un poquito de pimienta, pimentón, el laurel, se mezcla y se pone el trozo de lomo; cuando se ha dorado se agrega el caldo, un poquito de sal, el vino, se tapa la cacerola y se deja cocer a fuego regular durante 40 minutos mas o menos.

Se puede servir con papas saltadas.

Lomo con macarrones

Lomo de ternera	1 kilo
Macarrones	1/4 kilo
Vinagre	1/2 taza
Manteca	2 cucharadas
Salsa de tomate	1 cucharadita
Sal, pimienta, harina, orégano seco, ají, perejil, cebolla, 1 diente de ajo.	

Se mezcla el vinagre con el ají, el ajo molido, un poquito de sal, pimienta, orégano, se refriega con esto el lomo y despues se envuelve en harina.

Se dora 1 cucharada de cebolla picada en una cucharada de manteca caliente, se agrega perejil picado, se pone el lomo agregando 1/2 taza de agua caliente y se tapa la cacerola dejando cocer a fuego lento.

Se cortan los macarrones en pedacitos, se cuecen en agua y sal, se escurren, se agrega el resto de la manteca y la salsa de tomate, se pone en la cacerola con el lomo, se deja 15 minutos y se sirve.

Lomo de ternera relleno

Lomo de ternera	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Caldo	2 tazas
Aceite	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Huevos cocidos duros	2
Zanahorias	6
Sal, pimienta, cebolla	

Se abren dos huecos por el costado del lomo, se introducen los huevos sin la cáscara y se cosen las bocas con hilo fuerte.

Se calienta el aceite, se frie 1 cucharada de cebolla picada, se agrega 1 cucharada de manteca caliente y el lomo, se sazona con sal y pimienta; cuando se ha dorado se agrega 1 taza de caldo se tapa hermeticamente la cacerola y se deja cocer a fuego lento durante 1 hora.

Aparte se cuecen las zanahorias en agua, se pasan por un tamiz.

Se calienta la otra cucharada de manteca, se incorpora la harina; cuando ha tomado un color rubio se agregan las zanahorias y la otra taza de caldo y se cocina durante 10 minutos.

Se corta el lomo en rebanadas se colocan en una fuente. Se pone alrededor la salsa y se sirve muy caliente.

Matambre al horno

Matambre gordo	1	
Aceite	1/2	taza
Vinagre	1	taza
Manteca	2	cucharadas
Caldo	2	tazas
Pan rallado	3	cucharadas
Queso rallado	3	cucharadas

2 dientes de ajo, sal, 6 granos de pimienta blanca

Se pone el matambre, en una asadera, con el aceite, vinagre, un poquito de sal, la pimienta, el ajo molido y se deja en este adobo durante una noche.

Al día siguiente se coloca de manera que la parte gorda quede arriba, se extiende encima la manteca, se polvorea con pan y queso rallado se vierte el caldo alrededor y se entra al horno durante 2 o 3 horas según sea el grueso del matambre, teniendo cuidado de bañarlo cada 20 minutos con el mismo jugo.

Molleja de ternera

La molleja de ternera es la parte glandulosa que está bajo la garganta de este animal; conteniendo mas gelatina y albúmina que la carne y siendo de facil digestión, tiene mucha aplicación en la cocina casera.

Hay que elejir mollejas bien llenas y que no tengan hendiduras o grietas.

En cualquier forma que se preparen hay que desangrarlas y blanquearlas de la manera siguiente: con un cuchillo filoso se hace un tajo a lo largo pero sin desprender de la molleja las membranas que tienen por debajo, se ponen en agua fria abundante durante 4 horas, despues se ponen en una cacerola con menos cantidad de agua, se acerca al fuego dejando que se calienten hasta que se hinchen como un globo pero sin dejarlas endurecer demasiado, despues se sacan, se escurren y se colocan entre dos tapaderas chatas con un peso de 2 kilos encima dejándolas así aprensadas hasta que se enfrien, entonces se preparan de la manera que se prefiera.

Molleja de ternera al natural

Mollejas de ternera	2
Tocino, caldo	

Despues de preparar las mollejas en la forma que se indica en la receta anterior, se mechan con tiritas de tocino.

Se pone en una sarten enlozada o cacerola chata, 2 tacitas de caldo, se da color con 2 o 3 cucharaditas de caramelo, (ver caramelo para colorar), se ponen las mollejas polvoreando un poquito de sal y se acerca al fuego haciendo reducir el caldo hasta que se forme un jugo gomoso, se sacan, se quitan con cuidado todos los tendones o membranas y se vuelven a poner en la sarten agregando otras 2 tacitas de caldo, se tapa la cacerola, se colocan brasas encima y se deja cocer a fuego lento teniendo cuidado de mojarlas de rato en rato con el mismo jugo; cuando han tomado un color rubio se cuela el jugo, se desengrasa, se ponen las mollejas en una fuente, se bañan con el jugo y se sirven con puré de espinacas o la guarnición que se prefiera.

Si se quiere con mas jugo se pondrá mas cantidad de caldo.

Mollejas de ternera a la parrilla

Mollejas	4	
Manteca	1	cucharada

Despues de mechar las mollejas en la forma que se indica en la página anterior, se ponen en una cacerola chata con 2 tacitas de caldo, se acerca al fuego durante unos minutos, se sacan, se quitan con cuidado todos los tendones o membranas, se cortan en dos al traves, de manera que queden dos superficies planas recortandola para darles una buena forma, se envuelven en manteca líquida, despues en pan rallado y se asan a la parrilla.

Se sirven con jugo de carne al que se agregará unas gotas de limón o con puntas de espárragos.

Niños envueltos

Carne de vaca (del blando)	1	kilo
Aceite	1/2	taza
Caldo	1	taza
Leche	1/2	taza
Pan francés chico	1	
Papas	4	
Vino blanco	1/2	taza
Huevos	2	

1 cucharada de cebolla picada, 1 cucharada perejil picado, 1 ají, 1 tomate, pimienta en grano y molida

Se corta la carne en forma de bifes muy delgados, se aplastan con la maceta para bifes y se ponen durante 1 hora, con el aceite y 6 granos de pimienta blanca.

Se remoja el pan en la leche, se pasa por un tamíz, se mezcla con los huevos, 1 cucharada del aceite en que se remojaron los bifes y un poquito de sal. Se extiende sobre cada bifes 1 cucharada de esta pasta, se enrollan, se atan en cada extremo con un hilo.

Se calienta el resto del aceite en que se remojaron los bifes, se dora la cebolla, el ají y tomates picados y sin semilla, las papas cortadas en rodajas, el caldo, el vino; se ponen los niños envueltos sazonando con sal y pimienta y se dejan cocer a fuego lento.

Ropa vieja

La ropa vieja se hace como el charquicillo pero con la carne hervida cortada en hebras y poniendo papas en lugar de arroz. Sé sirve con rebanadas de huevo duro.

Riñoncitos a la crema

Riñón de ternera	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Caldo	1 taza
Vino	1/2 taza
Vinagre blanco	1/2 vaso
Perejil picado muy fino	2 cucharadas
Limón agrio	8 rebanadas
Sal y pimienta	

Se corta el riñon en dos mitades a lo largo y despues al traves en tajadas delgadas, se ponen en una fuente con el vinagre y un poquito de sal dejandolos 2 horas; despues se frien en la manteca caliente sazonándolos con sal y pimienta.

Se disuelve la harina en un poco de caldo frio, se vierte sobre el resto del caldo bien caliente, agregando el vino y perejil picado. Se echa esta preparación a los riñones, despues que estan fritos, se deja a fuego lento durante 15 minutos y se sirve con las rebanadas de limón.

Riñones con salsa negra

Riñón de ternera	1 kilo
Grasa de cerdo	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Caldo	2 tazas
Papas	8
Vinagre	1/2 taza
Cebolla picada	1 cucharada
Ajo	1 diente
Pimentón	1 cucharada

Se corta el riñon en 2 mitades a lo largo y despues en tajadas delgadas al traves, se ponen en una fuente con el vinagre y un poquito de sal dejándolos durante 2 horas.

Se dora el ajo en la grasa muy caliente, se retira y se frie la cebolla añadiendo despues los riñones previamente escurridos y secados con una servilleta, se frien hasta que se consume el jugo que han despedido y queda solo la grasa, entonces se agrega la harina y el pimentón mezclando rápidamente para que no se pegue; cuando la harina ha tomado un color dorado oscuro se agrega el caldo y las papas cortadas en rodajas muy finas, dejando cocer a fuego lento.

Salpicón caliente

Carne del puchero	8 rebanadas
Caldo	1 taza
Vino blanco	1/2 taza
Manteca	1 cucharada
Harina	2 cucharadas
Cebolla	4 rebanadas
Sal, pimienta, perejil, orégano	

Se frie la cebolla en la manteca caliente, se retira del fuego, se incorpora la harina, se vuelve al fuego se agrega el perejil, orégano, sal, pimienta y el vino, se mezcla durante 10 minutos. Se agrega la carne, el caldo, se tapa la cacerola y se deja cocer a fuego lento durante 20 minutos. Se sirve muy caliente. Se puede acompañar con guarnición de arvejas.

Sesos en coquillas

Sesos de ternera	1	
Manteca	2	cucharadas
Vino blanco	1/2	vaso
Papas medianas	6	
Harina	1	cucharada
Yemas de huevo	2	

Pan rallado y cernido, queso rallado, 1 cucharada de vinagre, 1 cucharada de cebolla picada, 1 hoja de laurel, 1 gajito de orégano, 1/2 cucharada de perejil picado

Se lavan los sesos, se ponen durante 1 hora en agua con sal y el vinagre. Se sacan y se quita el pellejo.

Se frie 1 cucharada de cebolla picada en 1/2 cucharada de manteca caliente, el laurel, orégano y el vino; se ponen a hervir los sesos y cuando estan cocidos se sacan y se cortan en pedazos del tamaño de una nuez grande.

Se cuecen las papas, se pasan en calientes por la prensa, se desarman con una cuchara y se mezcla con 1/2 cucharada de manteca. Se pone este puré en una bolsa con boquilla rizada, se forma un borde en las coquillas, (no habiendo bolsa se pondrá el puré con una cucharita, teniendo cuidado de no ensuciar las coquillas).

Se derrite a fuego lento 1/2 cucharada de manteca, se incorpora 1 cucharada de harina; cuando está bien disuelta se agrega 1 taza del caldo, (previamente colado), en que hirvieron los sesos, se hace espesar, se retira del fuego y se liga con las yemas de huevo. Se envuelven los pedazos de seso en esta salsa, se colocan en el centro de las coquillas, se polvorea queso y pan rallado, se pone encima pedacitos de manteca y se hace dorar en el horno durante 15 minutos.

Sesos a la jardinera

Sesos	1	
Caldo	2	tazas
Vino blanco	1/2	vaso
Manteca	1 1/2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Yemas de huevo	2	

1 platito de chauchas, 2 zanahorias, 2 papas, sal, nuez moscada

Se lavan los sesos; se ponen en agua con sal y se dejan 1 hora; despues se ponen en el caldo, se agrega el vino, se hace hervir durante 10 minutos, se sacan, se pelan y se cortan en rebanadas.

Se hace una salsa crema con la manteca, harina leche, 2 yemas de huevo, se sazona con sal y nuez moscada.

Se colocan las rebanadas de seso en el centro de una fuente resistente al horno, se cubren con la salsa y se dora al horno 15 minutos mas o menos.

Se cuecen por separado las chauchas, zanahorias y papas, se cortan en cuadritos, se pasan por manteca y se adorna con esto la fuente.

Sesos a la hortelana

Sesos de vaca	1	
Zanahorias	4	
Remolachas	2	
Pimientos dulces	2	
Tomates	2	
Vino blanco	1	vaso
Aceite	1	tacita
Caldo	2	tazas

Perejil, sal, pimienta, 1 cabeza de cebolla, pan rallado

Se lavan los sesos y se ponen durante 1 hora en agua fria con sal; despues se sacan, se pelan y se cuecen en agua.

Se sancochan aparte las zanahorias y remolachas.

Se calienta el aceite y cuando está quemado se frie la cebolla. los pimientos, tomates, perejil, (todo picado), sazonando con sal y pimienta.

Se saca la mitad de esta fritura y sobre la que ha quedado en la cacerola se coloca una camada de sesos cortados en rebanadas, otra de zanahorias y remolachas cortadas en rodajas, 1 cucharada de la fritura de verduras, se cubre con pan rallado repitiendo despues la operación hasta terminar con los sesos y verduras; se baña con el caldo y el vino, se tapa la cacerola poniendo brasas encima y se hace cocer a fuego lento teniendo cuidado de sacudir la cacerola de tiempo en tiempo, para que no se pegue.

Sesos a la italiana

Sesos de vaca	1	
Caldo	2	tazas
Vino blanco	1	vaso
Manteca	2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Yemas de huevos	2	
Chauchas	1	platito
Zanahorias	4	
Papas	4	

Sal, pimienta, nuez moscada

Se lavan los sesos y se ponen durante 1 hora en agua fria con sal; despues se sacan, se pelan y se cuecen en el caldo, agregando el vino.

Se hace una salsa crema con 1 1/2 cucharada de manteca; la harina, la leche, 2 yemas de huevo, sazonándola con sal, pimienta y nuez moscada.

Se cuecen por separado las chauchas, zanahorias y papas, se cortan en cuadritos y se pasan por el resto de la manteca.

Se colocan los sesos, cortados en rebanadas, en el centro de una fuente, se cubren con la salsa crema y se adorna con las verduras preparadas.

Sesos al gratin

Sesos de vaca	1	
Arroz	4	tacitas
Manteca	1 1/2	cucharada
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Salsa inglesa	1	cucharadita

Pan y queso rallado

Se lavan los sesos, se ponen durante una hora en agua fria y despues se cuecen en agua con sal; cuando están bien cocidos se pelan y cortan en rebanadas.

Aparte se cuece el arroz; una vez que está blando se retira del fuego y se agrega la salsa inglesa.

Se hace una salsa blanca con 1 cucharada de manteca la harina y la leche.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno, se pone en el fondo una camada del arroz, encima otra de sesos, se cubre con la salsa blanca polvoreando encima queso rallado, se vuelve a poner camadas de arroz y sesos cubriendo por último con queso y pan rallado, poniendo encima pedacitos de manteca. Se entra al horno hasta que se dore.

Ternera a la americana

Lomo de ternera	1	kilo
Zanahorias	2	
Cebolla	2	cabezas
Manteca	1 1/2	cucharada
Harina	1	cucharada
Pan cortado en dados	1	taza

1 limón agrio, 1 ramito de perejil, sal, pimienta en grano

Se frota la carne de ternera con el limón partido por la mitad y se pone en una cacerola con las zanahorias, cebollas, perejil, un poquito de sal, 5 granos de pimienta y 4 tazas de agua haciendo hervir a fuego lento hasta que todo quede cocido, entonces se retira la carne y se cuela el jugo.

Aparte se derrite la manteca agregando poco a poco la harina, despues el jugo que se ha colado; cuando hierve se pone adentro la carne; despues de 15 minutos se sirve poniendo alrededor de la fuente los pedacitos de pan fritos en manteca.

Ternera con nueces y jamón
(Cocina alemana)

Carne de ternera	1	kilo
Nueces	4	
Jamón	2	rebanadas
Tocino	8	tiritas
Manteca	1 1/2	cucharada
Vino madera o marsala	1	vaso
Espárragos	15	
Sal, pimienta		

Se corta la carne de ternera en rebanadas de 1 centímetro de espesor; mas o menos, se hacen en cada rebanada varios tajos, se introduce adentro pedacitos de nueces peladas, tiritas de jamón y en otros tiritas de tocino, se polvorean con sal y pimienta, se colocan en una asadera, se tapa con un papel blanco untado con manteca y se entra al horno; cuando están a medio cocer se agrega 1 cucharada de manteca y una vez que estan bien cocidas se saca el jugo, se pone en una cacerolita, se agrega las puntas de espárragos, previamente cocidos y el vino se pone a fuego lento durante 15 minutos y se sirve con esta salsa las rebanadas de ternera.

Ternera a la cacerola

Carne de ternera	1	kilo
Manteca	1 1/2	cucharadas
Grasa	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Fécula de papa	1	cucharadita
Papas	3	
Zanahorias	4	
Arvejas en conserva	1/2	tarrito

1 cebolla picada, 1 hoja de laurel, perejil, sal, pimienta

Se lava lá carne de ternera se sala y se dora en la grasa caliente. Aparte se frie la cebolla y 1 zanahoria picada en la manteca caliente, se incorpora la harina, se coloca la carne, se cubre con agua caliente, se agrega el laurel y se deja cocer durante 2 horas en la cacerola tapada; se cuela la salsa agregando despues 1 cucharadita de fécula desleida en agua fria. Se coloca la carne en una asadera, se baña con la salsa y se entra al horno durante 10 minutos rociándola 2 veces con la salsa, en ese intérvalo.

Aparte se cuecen las papas, 3 zanahorias y la arvejas; se cortan las papas y zanahorias en forma de dados, se pasan las 3 cosas por manteca.

Se corta la carne en rebanadas, se colocan en una fuente, se bañan con la salsa. Se ponen las verduras alrededor rodeandolas de perejil picado pero sin bañarlas con salsa.

Tripas a la Caen

Tripas	1	kilo
Tomates	2	
Zanahorias	4	
Repollo	1	
Porotos mantecosos	1	tazo
Tocino	4	lonjas
Caldo	4	tazas
Vino blanco	1	taza

2 cabezas de cebolla, 2 cucharadas de perejil picado, 1 hoja de laurel, 1 dienie de ajo, sal y pimienta en grano.

Se lavan las tripas y se hacen hervir durante 2 horas, en agua con un poquito de sal. Se sacan y se cortan en rebanadas.

Se coloca en el fondo de una cacerola, (se preferirá de fierro), rebanadas de zanahoria y cebolla, perejil picado, el laurel, el ajo, un poquito de sal y unos granos de pimienta; se pone encima una camada de tripas; despues una de repollo cortado muy finito, porotos y zanahorias; sazonando siempre la verdura con sal y pimienta.

Se coloca encima las lonjas de tocino, se cubre todo con el vino y el caldo, se tapa hermeticamente la cacerola y se hace cocer a fuego lento durante 2 horas, mas o menos.

CAPITULO 9°

CERDO

¡Y en la lumbre está cociendo
Una olla de chorizos
Que yo la he visto!
No quiero irme . . .

RAMÓN DE LA CRUZ

CERDO

INDICACIONES GENERALES

Cuando se desea beneficiar un cerdo es necesario cebarlo durante un mes, mas o menos, dándole fuertes raciones de maiz sancochado y afrecho de trigo mojado.

Para matarlo se elije un dia fresco pero no húmedo, se tiene preparado 2 o 3 tarros de lejía hecha con agua caliente y ceniza.

Se mata al cerdo con una puñalada en el codillo para lo cual se requiere una mano experta, se recibe la sangre en un recipiente en el que se pondrá 1/2 cucharadita de sal mezclándola mientras cae, despues se coloca al animal en un bateón, se lo baña con la lejía y se cubre con una arpillera para que no se enfrie; cuando al tirar las cerdas estas se desprenden facilmente, se empieza a raspar el cuero con un cuchillo hasta quitar todos los pelos y dejar la piel perfectamente limpia.

Una vez limpio se hace un corte lonjitudinal por delante, se sacan las entrañas separando los menudos que se emplean en chanfaina. Se cuelga al cerdo en un sitio fresco y se deja durante una noche. Se lava la carne recien en el momento de emplearla.

Arrollado

Se corta carne de lomo y tocino fresco en tiritas de un centímetro de ancho y se ponen junto con un pedazo de cuero de cerdo en un adobo igual que el que se hace para los chorizos, despues de algunas horas se hace el arrollado, se extiende el cuero con la gordura hacia arriba, en un extremo se colocan las tiritas de carne y tocino y se empieza a arrollar, cuando se ha terminado se ata una punta donde se anuda fuertemente, despues se hierve con sal hasta que esté perfectamente cocido, se saca y se cuelga para que se enfrie. Se sirve frio.

Butifarras especiales

Lomo de cerdo	3	kilos
Vino blanco	1	litro
Aguardiente de uva	1	vaso
Canela molida	1	cucharadita
Laurel	3	hojas
Nuez moscada	1	cucharadita

Se pica menudo tres kilos de lomo de cerdo con bastante gordura, se pasa por la maquina de moler carne, se pone en una fuente honda, con sal, pimienta molida y en grano, canela, nuez moscada, laurel un

vaso de aguardiente de uva o de caña y un litro de buen vino blanco, se mezcla todo y se deja en este adobo durante toda una noche, al día siguiente se llenan las tripas y se hierven, una vez cocidas se cuelgan para que se sequen. Se comen frias.

Butifarras catalanas

Carne del lomo	2	o 3 kilos
Sal fina	Io	necesario
Pimienta en grano	2	cucharaditas
» molida	1	cucharada

Se elije carne de lomo que sea bastante gorda, si no lo fuera bastante se añade un poco de tocino, se pica muy fino y luego se pasa por la maquina de moler carne, se coloca en una fuente, condimentando con sal, pimienta molida y pimienta en grano, se deja en reposo por dos o tres horas y luego se procede a llenar las tripas.

Antes de utilizar las tripas que deben ser de vaca y estar secas, se las desinfla y se las pone en agua fria, cuando se han ablandado suficientemente; se las enrolla en el embudo especial que se emplea para embutidos, anudando la punta y se empieza a llenar sosteniendo el embudo con la mano izquierda y apretando la carne con el pulgar de la mano derecha para hacerla entrar, cuando se ha concluido se va atando la butifarra de trecho en trecho con un hilo fuerte, no deben llenarse demasiado porque al cocerse revientan.

Terminado este trabajo se las cuece en agua caliente con sal, no mucha, despues se las saca y se cuelgan para que se enfrien y se conservan asi varios dias. Las butifarras se comen como fiambre.

Costillas de cerdo a la parrilla

Se pica el costillar durante 24 horas, en un adobo de vinagre, ajo, orégano y laurel, molido, pimienta, sal, pimentón, cominos, y ají, al dia siguiente se saca del adobo y se cuelga para que se orée.

En un buen fuego de brasas se pone la parrilla y encima el costillar, con la parte mas carnosa hacia abajo, y se tapa con un fuente enlozada para que no se seque, cuando se ha cocido de un lado se da vuelta del otro, este asado debe hacerse rápido para que salga bien.

Se sirve caliente acompañado con una salsa picante.

Coteletas de cerdo

Coteletas	8	
Aceite	1	tacita
Ajos	4	dientes
Tomates	4	

Se golpean las coteletas con el mazo para ablandar la carne, se lavan y se untan con ají molido sazonando con sal y pimienta se ponen una sobre otra y se dejan 1 hora. Se coloca un sarten de fierro al fuego y cuando está caliente se ponen las coteletas despues de haberlas pasado por aceite, cuando estan cocidas se colocan en una fuente y se bañan con salsa de tomate colada.

Chanfaina

Menudos	todos los del cerdo	
Grasa de cerdo	1	cucharada
Vino blanco	1	vaso
Canela	1	pedacito
Cebolla	1/2	cabeza
Papas	4	

Se lavan los riñones; hígado, corazón, mondongo y tripas dulces estas últimas se ponen durante una hora en agua fria con sal, teniendo cuidado de darlas vuelta de cuando en cuando, volviendo lo de adentro hacia fuera, despues se cuece todo en agua con sal.

Se frie cebolla en grasa caliente, cuando está dorada se añaden los menudos picados muy finitos y se los frie durante 10 minutos, sazonando con canela, pimienta, sal, nuez moscada y laurel, agregando por último un vaso de vino y papas cocidas y picadas, se tapa, dejando cocer a fuego lento. Algunas personas le ponen azúcar y pasas de uva, eso es cuestión de gusto, lo que si hay que cuidar que no se seque añadiendo caldo las veces que sea necesario.

Chorizos criollos

Carne de cerdo	3	kilos
Orégano seco	1	atadito
Pimentón colorado dulce	3	cucharadas
Ají molido	2	cucharadas
Cominos	1	cucharada
Ajos	1	cabeza
Vinagre fuerte	1	litro
Laurel	2	hojas

La carne para chorizos puede ser de cualquier parte, de las piernas, o lomo, como se quiera, pero que sea bastante gorda, se pica fino y se pone en un recipiente enlozado.

Aparte se muele una cabeza de ajo, el orégano en bastante cantidad, cominos y laurel, cuando todo está perfectamente molido se mezcla con un litro de buen vinagre, añadiendo, el pimentón la pimienta y el ají.

Una vez que la carne está picada se sala en seco luego se baña con el adobo que se ha preparado, se mezcla bien, se tapa y se deja asi 24 horas, despues de este tiempo se llenan las tripas siguiendo el procedimiento que se ha indicado para las butifarras y se los cuelga en un lugar seco para que se oreen. Cuando los chorizos son frescos la mejor forma de comerlos, son asados a la parrilla.

Coquillas con espárragos

Carne de cerdo cocida	1/2	kilo
Lengua de vaca cocida	4	rebanadas
Espárragos cocidos	24	
Hongos secos picados	1	cucharada
Jugo de limón	2	cucharadas
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Caldo colado	1	taza
Yemas de huevo	2	
Queso rallado	3	cucharadas

Se pica muy menudo la carne y la lengua; se mezcla con las puntas de los espárragos, los hongos, el jugo de limón, un poquito de sal, pimienta y nuez moscada.

Se hace una salsa crema con la manteca, harina, caldo y 2 yemas

de huevo; se mezcla con la carne preparada, se pone en coquillas o en cocottes de loza, se polvorea con queso y pan rallado y se entran al horno durante 15 minutos mas o menos.

Morcilla blanca

Hígado de cerdo
Riñonada de «

Se hierve el hígado y la riñonada con agua, sal, pimienta, 1 hoja de laurel y nuez moscada, una vez cocido se pasa todo por la máquina de moler carne, se llenan las tripas mas grandes y se hacen dar un hervor, luego se sacan y se cuelgan a orear. Este fiambre se echa a perder facilmente, asi que no hay que guardarlo mucho tiempo.

Chorizos ahumados

Se pasa la carne de cerdo, con bastante gordura, por la maquina de moler, se sazona con sal, pimienta y un poquito de pimentón si se quiere, se llenan las tripas y se cuelgan por varios dias al humo hasta que estén completamente ahumados. Se comen asados a la parrilla, quemados con rom o alcohol y hay quienes los comen asi no mas.

Jamón cocido al vino

Pierna de cerdo	1
Vino	2 vasos
2 hojas de laurel, sal, azúcar	

Se frota la pierna (debe ser la pierna trasera), con sal gruesa, se la cubre enteramente con mucha sal y se coloca en un lugar fresco con bastante peso arriba; despues de 8 días se la saca, se repite la operación de frotar y salar y se deja con peso encima durante 8 dias mas.

Se saca, se sierra el hueso del medio dejando solo un pedazo de la parte inferior, se sacan los huesos de encima y del medio y se pone en una olla con agua hirviendo a la que se agrega el laurel, se deja hervir hasta que quede blanda, entonces se retira y se pone en otra olla con agua caliente agregando el vino y sal si fuera necesario; se deja hervir a fuego lento y con la olla tapada durante 30 minutos.

Se saca se escurre el agua, se seca con una servilleta y cuando está fria se extiende una capa de azúcar de los dos lados planchándola despues con una plancha caliente.

Se sirve con ensaladas o con puré de espinacas.

Lechón asado

Despues de pelarlo en la misma forma que al cerdo, se lo destripa se sala, y se cuelga al sereno toda una noche, al día siguiente se hace una pasta con 6 dientes de ajo molidos, una cucharada de grasa de cerdo y una de harina y se unta el lechoncito, adentro se le ponen unas cabezas de cebolla verde unos granos de pimienta, y 1 hoja de laurel, se coloca en una asadera y se pone a cocer en horno regular, bañándolo de cuando en cuando con su jugo. También se emplea en lugar de la pasta aceite y jugo de limón, que le da un sabor muy agradable.

Lechón relleno

Lechón	1	
Tocino	6	lonjas
Miga de pan	1	taza
Leche	1	«
Huevos	4	
Jamón	6	lonjas
Hígado de lechon	1	
Hongos en conserva	10	o 12

Despues de pelado y destripado se quitan los huesos grandes, menos los de la cabeza, patas y manos, teniendo cuidado de no estropear la piel.

Se remoja en leche la miga de pan, se exprime y se pisa en el mortero, se añade sal, pimienta y nuez moscada, tres yemas y un huevo entero.

Se coloca el lechón abierto, se sala prolijamente, y se empieza a rellenar en la forma siguiente: primero una capa de lonjas de tocino muy finas, otra de la pasta que se ha preparado y otra de lonjas de jamón, el hígado cortado en rebanadas delgadas y hongos en conserva, luego con un hilo fuerte se cose la abertura tratando de darle la forma primitiva, se unta con limón agrio y aceite y se cuece al horno, tambien se lo puede hervir en ese caso se pondrá una olla grande con agua caliente, sal, pimienta en grano, una cebolla, perejil y orégano. Puede comerse frio o caliente, cuando es hervido es mejor frio.

Otro lechón relleno

Lechón	1	
Hígado de lechón	1	
Hongos en conserva	6	
Trufas	6	
Alcaparras	2	cucharaditas
Miga de pan	1	taza
Manteca	1	cucharada
Huevos	3	
Anchoas	2	
Perejil picado	1	cucharada
Orégano	3	cucharaditas
Cebollas en escabeche	2	

Despues de pelado y destripado se tiene un dia entero en agua fria, despues se saca y se deja secar. cuando se lo va a rellenar se prepara la pasta del modo siguiente: se remoja en leche la miga de pan despues de exprimido se pisa en el mortero, con pimienta sal, nuez moscada, anchoas y manteca, cuando todo se va reduciendo a una pasta se mezcla con tres yemas de huevo lijeramente batidos y se añaden tripas, alcaparras, hígado cocido, hongos, perejil y orégano todo muy picado, con esto se rellena el lechón cosiendo la abertura con un hilo fuerte, se unta con aceite y se hace cocer al asador o al horno, si es al asador hay que bañarlo continuamente con aceite.

Patitas de cerdo

Patas de cerdo	6	
Perejil picado	1	cucharada
Mostaza francesa	1	cucharadita
Aceite	1	tacita
Vinagre		«
Salsa inglesa	1	cucharadita
Huevos	2	

Se limpian las patitas cuidadosamente, arrancando con la punta del cuchi lo la dureza que envuelve las uñas, se hirven en agua con sal, cuando est n bien cocidas se sacan, se parten al largo por la mitad y se colocan frias en una fuente bañandolas con la salsa siguiente: se pisan en el mortero dos yemas duras, junto con el perejil y la mostaza, se sazona con sal y pimienta, se añade el aceite, vinagre, salsa inglesa y mostaza, se bate todo junto y se vierte sobre las patitas.

Patitas guisadas

Patas	6	
Cebolla	1/2	cabeza
Tomates	2	
Pimientos	2	
Aceite	2	cucharadas

Se cuecen las patas hasta que esten blandas, dividiendolas despues en varios pedazos. Se frie cebolla y 1 diente de ajo en aceite caliente, añadiendo en seguida las patas, y los tomates y pimientos cortados, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, dejando cocer suavemente durante una hora.

Pierna de cerdo al horno

Pierna	1	
Aceite	1	tacita
Limón agrio	1	

La carne de cerdo no debe comerse nuncsa el dia en que se lo mata, sino al siguiente, despues de haberla tenido al aire lo menos 24 horas.

Se pone la pierna despojada del cuero en un recipiente para cubrirla completamente con agua, despues de dos horas se la saca, se sala se friccina fuerte con jugo de limón y despues con aceite. Se pone al horno una asadera de latón, cuando está caliente se pone la pierna en ella y se hace cocer al principio en horno regular para que no se arrebate y cuando la pierna está casi cocida, se apura el fuego para que se dore rapidamente y no se seque mientras se cuece hay que tener cuidado de bañarla con su propio jugo, necesita para cocerse 1 y 1/2 o 2 horas, segun el tamaño.

Se sirve caliente acompañada de un puré de papas, o una cucharada de verduras crudas.

Pierna a la cocotte

Pierna	1	
Cebolla	1	
Papas	8	
Laurel	1	hoja
Tomates	2	
Pimientos	2	
Vino blanco	1	vaso
Grasa de cerdo	2	cucharadas
Tocino	2	lonjas
Zanahorias	8	

Despues de lavar la pierna se la mecha con lonjitas finas de tocino, poniendo un poco de sal en los agujeritos para que se sale bien.

En una olla de fierro de las llamadas cocotte se pone grasa a derretir, cuando está caliente se frie una cabeza de cebolla cortada en

rebanadas y despues un diente de ajo picado, cuando está dorado se echa la pierna y se hace freir hasta que se dora, entonces se añaden, pimientos y tomates cortados, sal, pimienta, laurel y nuez moscada, y vino, se tapa y se deja cocer lentamente, dando vuelta de cuando en cuando la pierna para que se cueza por igual, cuando está a la mitad de su cocción se añade zanahorias en rebanaditas, papas enteras y se deja cocer hasta que esté a punto. Se sirve bañada con la salsa y se rodea con las papas enteras.

Queso de cerdo

Se hierve en poca agua el cuero, las orejas, y la carne de la cabeza junto con unos granos de pimienta, 1 hoja de laurel y sal suficiente, todo debe estar cortado en pequeños pedazos, despues de dos o tres horas de cocción, cuando todo está perfectamente cocido, se saca y se vuelca en un lienzo, se recojen las puntas y se ata muy fuerte tratando de que se escurra el agua, se coloca esta bolsa sobre una tabla, encima se pone otra tabla y un buen peso y se deja allí 24 horas, despues de este tiempo, se quita el lienzo y se sirve en rebanaditas finas. El tamaño del queso depende del gusto de quien lo haga, chico o grande; de un cerdo regular se sacan 3 quesos.

Queso de cabeza de cerdo

Se sancocha la cabeza para deshuesarla, se le saca toda la carne y se corta en pedacitos, la lengua se descuera y se corta en pedazos y todo junto con un pedazo de cuero, se pone e cocer en agua donde se habrá echado, 2 dientes de ajo, pimienta, ají, comino, sal, y vinagre, cuando está todo bien cocido se saca, se forra un molde con el cuero de cerdo, se pone allí la carne y se tapa con otro pedazo de cuero y se pone un peso encima para apretarlo, asi se deja 24 horas, despues se saca y se sirve frio.

CAPITULO 10°

CORDERO

CORDERO

INDICACIONES GENERALES

El cordero para que sea bueno tiene que ser gordo, se lo mata el dia anterior, se le quita el cuero y las entrañas, se cuelga al aire en lugar seco y se lava en el momento de prepararlo.

Menudos de cordero

Menudos		
Grasa de cerdo	2	cucharadas
Harina	1	»
Vino blanco	1	vaso
Perejil picado	2	cucharadas
Cebolla	1/2	cabeza
Patitas de cordero	4	

Se lavan los menudos cuidadosamente y se deja durante una hora el hígado y riñones, despues de cortados, en vinagre con sal. Se frie cebolla picada, en grasa caliente, cuando está dorada se añaden todos los menudos picados finitos, se sazonan con sal, pimienta y nuez moscada, cuando se han frito un buen rato, se añade una cucharada de harina revolviendo rapidamente para que no se queme, en seguida se añade vino blanco, perejil y varios cucharones de caldo y se deja cocer lentamente hasta que todo esté a punto, se sirve adornando la fuente con patitas fritas despues de hervidas y partidas en dos partes cada una.

Costillas con puré

Costillas de cordero	8	
Papas medianas	12	
Huevos	4	
Manteca	1	cucharada
Sal, pimienta, pan rallado, grasa para freir.		

Se lavan las costillas, se raspa la parte inferior con un cuchillo para que la carne vaya hacia arriba tratando de darles una buena forma, se machacan con la mano del mortero, se frien en grasa de cerdo, se sacan, se ponen sobre una servilleta y se dejan enfriar.

Se cuecen las papas, se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se agrega la manteca, 2 yemas de huevo, sal y pimienta. Se envuelven en este puré las costillas, se ponen en una

fuente a la que se habrá puesto una camada de pan rallado y cernido y se dejan enfriar de nuevo; despues se envuelven en 2 huevos lijeramente batidos, otra vez en pan rallado y se frien en grasa de vaca y cerdo, mitad por mitad.

Se sirve con arvejas saltadas.

Costillas asadas con salsa

Costillas de cordero o ternera	8	
Grasa	2	cucharadas
Manteca	1/2	cucharada
Salsa de tomate	8	cucharadas
Ají, pimiento dulce	2	

Pan rallado, sal, 1 cebolla picada, 4 cucharadas de perejil picado.

Se unta una asadera con manteca, se colocan las costillas poniendo encima de cada una un pedacito de grasa, se entra la fuente al horno; cuando principia a salir jugo de la carne, se salan las costillas y se dan vuelta del otro lado hasta que se cuezan. Antes de sacarlas se polvorean con pan rallado y cernido por un solo lado y con perejil picado.

Se prepara la salsa de la manera siguiente: Se derrite 1 cucharada de grasa; cuando está caliente se frie la cebolla y los ajies cortados en tiritas, se agrega despues la salsa de tomate haciendola freir un poco. Se pone esta salsa en el centro de una fuente y se colocan las costillas alrededor, de manera que el lado polvoreado con pan quede arriba.

Chuletas de cordero

Pierna de cordero	1	
Manteca	1/2	cucharada
Salsa picante, vinagrette	1/2	taza
Sal y pimienta		

Se unta la pierna de cordero con la manteca polvoreando encima sal y pimienta y se asa en el horno; cuando está cocida se saca; se deja enfriar y se corta en rebanadas finas.

Se ponen estas rebanadas en una cacerola, la que se colocará al baño maria, se vierte encima la salsa vinagrette (ver salsa vinagrette), se deja calentar y se sirve.

Chanfaina criolla

Grasa de vaca	1 1/2	cucharada
Caldo colado	1	taza
Azúcar	1/2	taza
Pasas	20	
Cebolla picada	1	cucharada

Los menudos y la sangre de un corderito, sal y pimienta.

Cuando se mata el cabrito, se recoje la sangre en una cacerola poniendo 1/4 cucharadita de sal para que no se endurezca.

Se limpian muy bien los menudos lavandolos varias veces en agua fria y se ponen a cocer en agua con sal, junto con el hígado, hasta que queden blancos. Se cuece aparte la panza despues de haberla lavado muy bien.

Se pica todo muy fino.

Se dora la cebolla en la grasa caliente, se echan despues los menudos, el azúcar, las pasas, un poquito de sal y pimienta; cuando todo se ha dorado se agrega el caldo y se deja hervir a fuego lento, sobre la plancha, durante 30 minutos.

Coteletas de cordero

Se preparan en la misma forma que las de cerdo, acompañadas con la salsa que se quiera.

Coteletas de cordero a la milanesa

Coteletas de cordero	8	
Huevos	2	
Pan rallado	1	taza
Zanahorias	3	
Nabos	3	
Coles	1	
Repollos de lechuga	2	
Cebollitas	8	

Se golpean las coteletas con el mazo, se sazonan con ajo molido, sal y pimienta, dejandolas asi preparadas un buen rato, en el momento de freirlas se pasan por huevo batido y despues por pan rallado, echándola a freir en grasa de cerdo caliente. Se sirven en una fuente redonda, colocando las coteletas en el centro y rodeándolas con verduras preparadas del modo siguiente: se pelan nabos y zanahorias, se cortan en pedazos simétricos y se cuecen en agua con sal, aparte se hierven coles y los repollos de las lechugas, cuando todo está cocido se saca, se cortan las coles y las lechugas muy finas, se acomodan en la fuente, encima y en forma caprichosa se ponen los nabos y zanahorias y rodeando todo las cebollitas que se pasan por manteca sin dejarlas dorar, bañando despues las verduras con una mayonesa en que se habran echado alcaparras, perejil picado y pepinillos en vinagre.

Coteletas de cordero a la parrilla

Coteletas	8	
Manteca	3	cucharadas
Huevos	2	
Pan rallado	1	taza
Limón agrio	2	

Se lavan las coteletas y se golpean con un mazo, sazonándolas con sal y pimienta, se colocan una encima de otra y se dejan asi unahora.

En una sarten se pone manteca, cuando está caliente se frien las coteletas, sacándolas antes de que tomen color, la manteca que ha quedado se la cuela y se la deja enfriar, una vez fria se la mezcla con dos yemas, se pasan las coteletas por esta crema y despues por pan rallado poniéndolas a asar en la parrilla. Se sirven con tajadas de limón o con la salsa que se quiera.

Coteletas fritas

Coteletas	8	
Harina	2	cucharadas
Huevos	2	
Manteca	1	cucharada
Perejil picado	8	cucharadas
Leche	3	cucharadas
Queso parmesano	1	cucharada

Despues de lavar las coteletas y salarlas, se asán a la parrilla. Aparte se baten 2 huevos, con una cucharada de harina, añadiendo leche, sal, pimienta, manteca y queso, por esta crema se pasan las coteletas y se frien en grasa muy caliente sirviendolas adornadas con perejil frito.

Coteletas con legumbres

Coteletas	8	
Zanahorias	2	
Nabos	3	
Chauchas	1/4	kilo
Manteca	3	cucharadas
Perejil picado	2	»
Vino blanco	1	vaso
Clavo de olor	2	

Despues de lavadas y saladas se frien en manteca cuando están algo doradas se añade, vino, clavo, perejil y pimienta y se dejan cocer. En una fuente redonda se colocan en el centro las coteletas, y al rededor se forma una guarnición con las verduras cocidas las que se bañan con la salsa en que se han hervido las coteletas.

Pierna de cordero al vino

Pierna de cordero	1	
Cebolla	3	cabezas
Clavo	6	
Laurel	2	hojas
Vinagre	1	vaso
Vino tinto	1	botella
Tocino	2	lonjitas
Chuño	1	cucharadita
Papas	4	
Miga de pan	1	taza
Huevos	2	
Nuez moscada	1/2	cucharadita

Se toma una pierna de cordero que sea grande, se corta la punta del hueso para darle una forma medio redonda, se le quita el cuero y la gordura, se golpea mucho con el mazo y se refriega con sal, despues se pone en una fuente honda, se cubre con cebolla cortada en rebanadas, pimienta en grano, laurel, clavo de olor, una botella de buen vino tinto y un vaso de vinagre, tres dias debe estar allí, cubierta totalmente con esta preparación, hay que tener cuidado de moverla de vez en cuando. Para guisarla se la saca, se la mecha con lonjitas finas de tocino y se hace freir en manteca hasta que tome un color dorado, entonces se le va echando el adobo en que ha estado junto con un poco de agua caliente, se deja hervir allí hasta que esté cocida, rociándola siempre con su propia salsa. Una vez cocido se saca la pierna, se coloca en una fuente y se baña con la salsa despues de colada y espesada con chuño, rodeándola de bolitas de papas que se hacen del modo siguiente: se cuecen las papas y se pasan por la máquina de hacer puré, se mezclan con miga de pan rallado, raspaduras de nuez moscada y dos huevos, luego con la cuchara se hacen bolitas que se echan en caldo hirviendo una vez cocidas se ponen en la fuente y se sirve.

Lenguas de cordero

Lenguas	8	
Tomates	3	
Pimientos	4	
Cebolla	1/2	cabeza
Vino blanco	1	vaso
Grasa de cerdo	1	cucharada

Se lavan las lenguas y se las echa en agua hirviendo durante cinco minutos, en seguida se pelan.

En grasa caliente se frie cebolla picada y ajos, cuando la cebolla está casi dorada, se echan los pimientos cortados en pedazos, se los frie añadiendo en seguida los tomates en rebanadas, se deja cocer un buen rato hasta que se forme una salsa, entonces se agregan las lenguas, sazonando con sal, pimienta y un vaso de vino, se tapa y se cuece a fuego lento hasta que las lenguas estén blandas, si quedara muy seco se pone un poco de caldo.

Patitas de cordero

Patitas de cordero	8	
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Cebolla	1	cabeza
Jugo de limón agrio	1	cucharadita
Yemas de huevo	2	
Perejil, orégano, sal, pimienta, nuez moscada		

Despues de pelar bien las patitas se cuecen en agua con sal, la cebolla y un ramito de perejil y orégano, cuando estan bien blandas se sacan, se estrujan, se dividen por la mitad sacando los huesos grandes. Se frien en seguida en la manteca caliente agregando un poquito de sal, pimienta, nuez moscada y la harina, revolviendo durante unos minutos; una vez que estan doradas se agrega un poco de agua y perejil picado dejando hervir a fuego lento durante 30 minutos, mas o menos.

En el momento de servir se agrega las yemas lijeramente batidas y el jugo de limón.

Pierna rellena

Pierna	1	
Grasa de cerdo	2	cucharadas
Cebolla en cabeza	1	
Orégano	1	gajo
Apio	un	ramito
Perejil		
Romero		
Laurel	1	hoja
Papas	2	
Huevos	2	
Cebolla verde	1	
Aceite	1/2	tacita
Vinagre	1/2	»

Se frie la pierna en grasa caliente añadiéndole un poco de pimentón colorado, cuando esta dorada se añade caldo bastante, pimienta en grano, laurel, un ramito de verduras y un poquito de sal, cuando está cocida se saca, con un cuchillo filoso se saca un cuadrado del centro y se llena con papas cocidas y deshechas, huevos duros picados, cebolla picada muy fina y lavada con agua hirviendo, aceite y vinagre, lo que sobra de este recado se echa en el caldo en que se ha cocido la pierna despues de colado y en el momento de servir se baña con ese caldo.

Pierna de cordero al horno

Pierna de cordero	1	
Limón agrio	1	
Aceite	1	tacita

Se quita la piel a una pierna de cordero, despues de lavada prolijamente se la coloca en un recipiente, cubriéndola totalmente con agua fria y dejándola allí de 2 a 3 horas.

Despues de transcurrido este tiempo se la saca, se la sala con mucha sal, en seguida se la frota fuerte con limón agrio y por último con aceite.

Se pone al horno una asadera de latón o de estaño y cuando está caliente se coloca en ella la pierna, haciéndola cocer en horno moderado para que no se arrebate, mientras se cuece debe bañarse continuamente con su propio jugo, cuando al pinchar la pierna con un tenedor no sale sangre, se apura el fuego para que se dore rapidamente y salga jugosa. Como a veces no es posible graduar el horno a la temperatura que se desea, si acaso esta muy caliente se cubre la pierna con un papel blanco de los que se usan para envolver y se quita cuando se quiere que se dore.

Este procedimiento se aplica a cualquier carne que se desee asar y que salga jugosa.

Pierna al gratin

Pierna	1	
Vino	1	vaso
Cebolla	1	cabeza
Tomates	2	
Hongos secos	8	
Pimientos	2	
Manteca	4	cucharadas
Papas	4	
Huevos	3	
Miga de pan	1	taza

Se frie cebolla en 2 cucharadas de manteca cuando está dorada se pone la pierna a freir, cuando está de un lado, se la da vuelta, luego se añaden tomates, pimientos, hongos remojados, sal, pimienta, pimentón, nuez moscada, laurel, un vaso de vino blanco y se tapa dejando cocer a fuego moderado, si se secara demasiado se le añadirá caldo para mantener el estofado muy jugoso. Cuando la pierna está cocida se saca y se corta en rebanadas gruesas, se pasan por manteca derretida; despues por pan rallado y se acomodan en una fuente, colocando encima rebanadas de papas y huevos cocidos; se baña con el jugo del estofado, se polvorea con pan rallado, poniendo de trecho en trecho pedacitos de manteca y se hace dorar al horno.

Riñones con puré

Riñones de cordero	4	
Aceite	1/2	taza
Vino	1/2	vaso
Cebolla picada	1	cucharada
Perejil picado	1	cucharada

Puré de papas, sal, pimienta, nuez moscada, 1 diente de ajo.

Se quita la piel a los riñones, se dividen por mitad y se corta cada mitad en 4 pedazos, se echan en agua caliente durante 5 minutos, sin hacerlos hervir, se sacan y se echan en agua fria durante 10 minutos.

Se pone el aceite en una sarten; cuando está bien caliente se dora el ajo, se retira el ajo y se frie la cebolla y el perejil; despues se frien los riñones sacudiendo la sarten a fuego fuerte; antes que los riñones acaben de cocerse se retiran y se deja reducir el jugo, volviéndolos a poner para que terminen de cocerse y añadiendo el vino.

Riñoncitos a la japonesa

Riñoncitos de cordero	8	
Pan francés	8	rebanadas
Leche	1	taza
Huevos	2	
Aceite	1/2	taza
Vinagre	1	cucharada
Manteca	1	cucharada
2 tomates, 1 cebolla, sal, pimienta		

Se cortan los riñoncitos en 2 o 3 pedazos, se ponen durante 30 minutos en agua con sal y 1 cucharada de vinagre.

Se remojan las rebanadas de pan en la leche, se escurren, se envuelven en huevo lijeramente batido y se frien en la manteca.

Se conservan calientes en el horno.

Se dora 1 cucharada de cebolla picada en el aceite caliente, despues los tomates picados y sin semilla; en seguida se frien los riñoncitos rapidamente para que no se endurezcan, se sazonan con sal y pimienta, se colocan en las rebanadas de pan poniendo encima la salsa de la fritura, operación que se hará rápidamente para servir muy caliente.

Timbales de lengua de cordero

Lenguas de cordero en conserva	4	
Manteca	1	cucharada
Cebolla picada	1	»
Salsa blanca	1	tazá
Huevos	3	

Se frie cebolla en manteca, una vez dorada se añaden las lenguas finamente picadas, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se retira del fuego y se añaden dos cucharadas de salsa blanca.

Se hace una masa como la N.o 10, con ella se forran los moldecitos, luego se llenan con la pasta y se cubren con salsa blanca y huevos duros picados. Se cuecen al horno durante 5 minutos.

Cabrito al horno

Cabrito	1/2	
Aceite	1/2	taza
Vinagre	1/2	»
Nuez moscada	1/2	cucharada
Cebolla	1	cabeza
Tomates	2	
Pimientos	2	
Manteca	2	cucharadas

Despues de lavado se corta en pedazos pequeños, colocándolos en una asadera, se sazona con sal, pimienta nuez moscada, 1/2 hoja de laurel, aceite y vinagre, se cubre con rebanadas de cebolla, tomates y pimientos, se tapa y se deja 1 o 2 horas.

En el momento de entrar al horno se pone de trecho en trecho pedacitos de manteca, se hace cocer en horno moderado, bañándolo siempre con su jugo. Se sirve cubriendolo con una salsa crema delgada.

Cabrito asado

Cabrito	1/2	
Aceite	1/2	tacita
Vinagre	1/2	»
Manteca	2	cucharadas

Despues de lavado el cabrito se sazona con sal, pimienta, aceite y vinagre, se unta un papel en bastante manteca, se envuelve el cabrito y se lo pone entre hielo hasta el momento de cocinarlo.

Sea al horno o a la parrilla se lo asa sin quitarle el papel, solo al servirlo se le saca la envoltura y se acompaña con una ensalada de verduras crudas o salsa picante.

Siguiendo estas indicaciones se obtendrá siempre un cabrito tierno y jugoso.

CAPITULO 11°

LIEBRE Y CONEJO

LIEBRE Y CONEJO

INDICACIONES GENERALES

La liebre y conejo se vuelven muy tiernas poniéndolas en una fuente durante 24 horas, con leche a la que se agregará 1 cabeza de cebolla picada y orégano; despues de este tiempo la leche se cuaja y comunica al animal un sabor exquisito cualquiera sea la forma en que se prepare. (El hígado de la liebre no se utiliza).

Liebre guisada
(Civet de liebre)

Liebre	una mitad
Tocino picado	1 cucharada
Manteca	1 cucharada
Harina	1 cucharada
Vino tinto	1/2 vaso
Cebollitas blancas	8
1 ramillete de verduras	

Despues de poner la liebre en la leche como se indica anteriormente, se corta en pedazos.

Se quita la corteza al tocino, se corta en forma de dados y se echa en agua hirviendo dejándolo 5 minutos, se escurre y se frie en la manteca; cuando está dorado se saca y se guarda, se ponen los pedazos de liebre en la cacerola, se frien durante 10 minutos, se agrega la harina mezclando durante 2 minutos, despues se añade el vino y 1 cucharón de caldo, se hace hervir durante 5 minutos mezclando bien, en seguida se cuela la salsa, se limpia la cacerola, se enjuagan las tajadas con agua caliente y se vuelven a poner con la salsa colada añadiendo 1 ramillete de verduras, el tocino que se guardó y sazonando con sal y pimienta; se tapa la cacerola colocando brasas encima, se deja hervir a fuego suave durante 20 minutos teniendo cuidado de mojar con el mismo jugo de rato en rato; despues se agregan las cebollitas que se habran frito en 1/2 cucharada de manteca; cuando se cuecen las cebollas se vuelve a colar el jugo, se desengrasa y se vierte sobre la liebre que se habrá colocado en una fuente.

Se puede acompañar con la guarnición que se prefiera.

Paté de liebre

Liebre	1
Carne de ternera veal	1/2 kilo
Tocino bacon	1/2 kilo
Manteca	1 cucharada

Se corta la liebre en trozos, la parte mas carnosa se corta en lonjas de 1/2 centímetro de espesor y el résto se pica separando cuidadosamente los nervios, se mezcla este picadillo con la sangre de la liebre, un poco de tocino sin corteza y la carne de ternera picada, se pasa 2 veces por la máquina para convertirla en una pasta mojándola poco a poco con 2 tacitas de caldo y condimentando con sal y especias.

Se mechan las lonjas de liebre con tiritas de tocino, se sazonan con sal, pimienta y nuez moscada y se frien en la manteca caliente durante 10 minutos.

En una terrina de loza grande, de las que vienen para los paté, se pone una camada del picadillo del grueso de 2 centímetros, encima se pone una capa de las lonjas mechadas, en seguida otra de picadillo, despues la otra mitad de lonjas mechadas cubriendo con picadillo, encima lonjas finitas de tocino y 1 hoja de laurel, se tapa la terrina con su tapa, se pone en una cacerola con agua hierviendo y se hace cocer al baño maría tapando la cacerola. Se deja cocer a fuego lento con un hervor muy suave, durante 3 horas mas o menos hasta qne entrando un cuchillo se vea que está en su punto, se deja enfriar, destapado; cuando está completamente frio se cubre con una capa de grasa de cerdo del grueso de 1/2 centímetro. Se deja durante 24 horas y se sirve.

Estas terrinas se pueden conservar 2 o 3 días y aun mas reemplazando la carne de ternera por lomo de cerdo.

Nota: de la misma manera pueden hacerse terrinas de pavo, de conejo, de ganso, esta última es muy apreciada, entonces se utiliza la grasa derritida del ganso para cubrir la terrina.

Conejo adobado

Conejo	1	
Manteca	1	cucharada
Caldo	1	taza
Vinagre	1	vaso
Vino blanco	1	vaso
Zanahorias cortadas en ruedas	2	

1 diente de ajo, 1 cebolla, 2 gajos de perejil, 1 hoja de laurel, 1 cucharadita de cominos, 6 granos de pimienta, sal.

Despues de destripado y lavado el conejo, se lava y se pone en una fuente con el vinagre, el vino, agregando sal, las verduras y los condimentos.

Se deja en este adobo durante 24 horas, teniendo cuidado de darlo vuelta varias veces. Despues de este tiempo se saca, se corta en trozos de regular tamaño y se pone a cocer en el mismo adobo con la verdura; cuando está blando se retiran las presas y se cuela el jugo exprimiendo las verduras para extraerles toda la sustancia.

Se mezcla este jugo con la manteca y se ponen de nuevo los trozos de conejo durante 15 minutos.

CAPÍTULO 12°

ALBÓNDIGAS Y CROQUETAS

Albóndigas imperiales
(Fiambre)

Tocino	1/2 kilo
Carne de ternera	1/4 kilo
Jamón crudo	1/4 kilo
Trufas	1 lata
Huevos	4
Harina	1 taza
Cola de pescado	20 hojas
Caldo	4 tazas
Caramelo	1 cucharada
Nuez moscada	1/2 cucharada

Se pica muy fino el tocino, la carne y el jamón, pisandolo luego hasta que se reduzca a una pasta, se coloca en una fuente, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se añaden las trufas cortadas en pedacitos y se une todo con 4 yemas, se hacen las albóndigas de la forma que se quiera, se las echa en caldo hirviendo y se las deja enfriar y se sirven adornadas con jalea de carne.

Se pone en una cacerola 4 tazas de caldo colado, 20 hojas de cola de pescado, raspaduras de nuez moscada, una cucharadita de caramelo, 2 claras de huevo batidas, cuando empieza a hervir se retira y se bate durante tres minutos, luego se deja cocer durante un cuarto de hora, a fuego lento, se retira, se cuela y se hace enfriar en hielo y con esta jalea se adornan las albóndigas.

Albóndigas con garbanzos

Carne de cerdo	1/2 kilo
Tocino	1/4 kilo
Huevos	3
Miga de pan	1 tacita
Cebolla	1/2 cabeza
Laurel	1/2 hoja
Pan rallado	1 taza
Queso rallado	2 cucharadas
Tomates	3 grandes
Garbanzos	1/2 kilo

Se pica la carne y el tocino, se sazona con sal y pimienta, añadiendo cebolla frita en grasa y 1 diente de ajo, se pica todo muy bien y se agrega miga de pan mojada en caldo o leche y dos huevos crudos, se hacen albóndigas del tamaño y la forma que se desee y se las frie en grasa de cerdo.

En una cacerola se pone salsa de tomate, dos tazas de caldo y una hoja de laurel, se ponen allí las albóndigas despues de fritas y se hacen cocer media hora. Se sirven con una corona de garbanzos guisados.

Albóndigas de carne de vaca

Carne blanda	1/2 kilo
Tocino	1/4 kilo
Leche	1 tacita
Pan rallado	2 cucharadas
Perejil picado	2 cucharadas
Harina	1 cucharada de postre
Grasa de cerdo	1 cucharada
Cebolla	1 cabeza chica
Caldo	2 cucharones
Huevos	2

Se pica menudo la carne, el tocino y perejil, se sazona con sal y pimienta y luego con la hachuela se empieza a trinchar todo junto hasta reducirlo a una pasta, entonces se baten dos huevos se une con la carne y se agrega el pan rallado y una tacita de leche, se mezcla bien y se empiezan a hacer las albóndigas del modo siguiente: en una tacita se pone un poco de harina, se echa una cucharada de pasta y se sacude la tacita de modo que la pasta al saltar dentro se va redondeando e impregnando de harina hasta formarse una bolita perfecta y asi se continua hasta hacer todas, en seguida se frien en grasa bién caliente, cuando están bien cocidas se sacan escurriendolas bien para que no les quede grasa.

En una sarten de fierro se pone una cucharada de grasa y en ella se frie cebolla finamente picada, cuando está de un color amarillento se añade una cucharada de harina se revuelve constantemente hasta que tome un color marrón, entonces se añade media cucharadita de pimentón colorado se le da una vuelta y antes de que se queme se le echa dos cucharones de caldo, en seguida se echan en esta salsa las albóndigas y se dejan hervir diez minutos, en seguida se sirven.

Albóndigas con papas

Carne	1/2	kilo
Tocino	1/4	»
Perejil picado	2	cucharadas
Tomates	2	
Papas	5	
Ajo	1	diente
Cebolla	1	cabeza chica
Pimientos	1	
Grasa	1	cucharada
Huevos	2	
Pan rallado	2	cucharadas

Se prepara la pasta para las albóndigas igual que las anteriores, pero no se las hace en la taza. En una cacerola se pone grasa y se hace dorar en ella cebolla picada y un diente de ajo, se añade en seguida los pimientos y tomates, se sazona con sal y pimienta y en esta salsa se va poniendo por cucharadas la pasta, se añade medio cucharón de caldo, se tapa y se deja cocer, cuando las albóndigas estan medio cocidas se añaden las papas peladas y picadas, se agrega un poco mas de caldo, se tapa y se deja hasta que todo se ha cocido y se sirve, la salsa debe resultar no muy espesa.

Albóndigas con salsa

Carne blanda	1/2	kilo
Cebolla	1/2	cabeza
Pimientos	2	
Tomates	3	
Tocino	1/4	kilo
Pan rallado		lo suficiente
Aceite	2	cucharadas
Huevos	2	

Se hacen las albóndigas en la forma que se ha explicado para las anteriores, con la diferencia de que al armarlas se les da una forma alargada envolviéndolas en pan rallado en lugar de harina, despues se frien en grasa caliente, escurriéndolas prolijamente al sacarlas para que queden sequitas.

En una sarten de fierro se pone dos cucharadas de aceite, cuan-

do está caliente se frie en él cebolla finamente picada, antes de que se dore se añade el ajo picado, y por último los tomates y pimientos picados, sazonando con sal, pimienta y un poquito de pimentón colorado, a medida que se va cociendo se va retirando la piel de los tomates que se afloja, añadiendo por último 2 o 3 cucharones de caldo, dejando hervir un rato. Media hora antes de servir se echan las albóndigas a la salsa, manteniendo la sarten en un fuego muy suave.

Albóndidas con arroz

Arroz	1/2	kilo
Aceite	1/2	tacita
Cebolla	1/2	cabeza
Caldo	5	cucharones

Se hace la pasta para las albóndigas igual que las anteriores pero no se las arma, sino que cuando el arroz ha dado un hervor, se van echando poco a poco cucharadas de la pasta, al terminar se tapa y se deja cocer, sirviendo cuando el arroz esta a punto.

En una cacerola se calienta aceite, friendo en el cebolla picada, cuando está dorada se echa el arroz sin lavar, se lo frie unos minutos teniendo cuidado de que no se pegue y por ùltimo se añade el caldo, al dar el primer hervor se echan las albóndigas.

Albóndigas de pescado

Pescado	1/2	kilo
Huevos	4	
Aceite	3	cucharadas
Miga de pan	1/2	tacita
Nuez moscada rallada	1/2	cucharadita
Ajo	1	diente

Se sancocha el pescado, se quita la piel y las espinas y se trincha hasta convertirlo en una pasta, luego se le agregan dos huevos duros rallados y miga de pan mojado en leche. En una sarten se calienta aceite y se frie un diente de ajo, cuando está dorado se añade la pasta de pescado, sazonando con sal, pimienta y nuez moscada, se cuece durante 5 minutos y se retira del fuego, se deja enfriar, y se une con dos huevos batidos, cuando está todo mezclado se forman las albóndigas, se pasan por harina y se frien en grasa caliente. Se sirven bañadas en salsa de tomates o salsa crema.

Si se quiere se las sirve como fiambre, en este caso se preparará una ensalada de verduras crudas y huevos duros.

Albóndigas de pollo

Pollo	1	
Manteca	4	cucharadas
Huevos	3	
Pan	1	
Leche	1	taza
Azúcar	1/2	cucharadita
Vino blanco	1	cucharada
Cebolla	1	
Perejil picado	2	cucharadas
Orégano	1	cucharadita
Laurel	1	hoja
Comino	2	granitos
Jamón picado	2	cucharadas
Tomates	3	
Pimientos dulces	3	
Arroz	1/4	kilo

Se pica muy fina la carne de un pollo crudo, se quitan los nervios y se pisa en el mortero hasta que quede hecha una pasta, se añade luego 1 cucharada de manteca, la miga de un pan francés mojada en leche y exprimida, se sigue pisando todo junto y se vuelca en una fuente, se sazona con sal, pimienta, 1/2 cucharadita de azúcar, 1 cucharada de vino y por último se agrega 2 cucharadas de leche, 2 yemas y 1 huevo entero, mezclando todo perfectamente.

En una cacerola se pone 2 cucharadas de manteca, se hace dorar media cebolla picada, agregando en seguida, 2 tomates, 2 pimientos, 2 cucharadas de perejil, 2 cucharadas de jamón, todo finamente picado, orégano, laurel, y 2 granos de comino, despues de unos minutos se van echando las albóndigas a las que se dará la forma de un huevo, cuando están todas se tapa la cacerola y se cuece al horno 20 minutos.

Aparte se hace un arroz seco, con el caldo de los huesos del pollo, tomates y pimientos. Cuando el arroz está a punto se lo coloca en el centro de una fuente en forma de piramide, alrededor las albóndigas bañadas.

Albóndigas de papa
Thüringer klosse

Papas medianas	6	
Sémola	2	tacitas
Leche	2	tazas
Pan frances, grasa, salsa de tomate		

Se rallan las papas despues de peladas y se exprimen en un lienzo para extraerles el agua.

Se pone la leche al fuego; cuando hierve se echa lentamente la sémola mientras se va mezclando la leche para que no formen grumos, se deja cocinar y despues se mezcla con la papa rallada sazonando con sal y pimienta.

Aparte se frie pan cortado en cuadritos.

Para hacer las albóndigas se pone una cucharada de la masa en la mano mojada, se colocan en el centro 2 trocitos del pan frito y despues se ponen con cuidado en una cacerola con agua hirviendo a la que se habrá agregado un poquito de sal; cuando estan cocidos, despues de 10 o 15 minutos, se retiran con espumadera y se sirven con salsa de tomate.

Poniendo 1 huevo a la masa salen mas sabrosos.

Buñuelos de choclos

Choclos	12	
Huevos	3	
Queso rallado	1	cucharada

Se elijen choclos muy tiernitos; se rallan, se mezcla con los huevos y se bate durante 20 minutos hasta que se esponje mucho; luego se agrega el queso, un poquito de sal y nuez moscada, se revuelve y se frie por cucharadas en manteca o grasa. Si se quieren dulces se añade azúcar.

Croquetas de arroz

Arroz	1	taza
Queso rallado	2	cucharadas
Jamón	4	rebanadas
Huevos	2	
Pan rallado y cernido, grasa para freir o aceite.		

Se lava el arroz, se pone a cocer en poca agua, aumentando agua caliente a medida que se va evaporando; cuando el arroz está cocido y se ha evaporado el agua, se retira del fuego, se mezcla con el queso rallado, el jamón muy bien picado y 1 huevo, se deja enfriar un rato, se forman las croquetas se ponen sobre una camada de pan rallado, se dejan enfriar y se envuelven en huevo batido con unas gotas de aceite, se pasan por pan rallado y cernido y se frien en grasa o manteca caliente.

Croquetas de chauchas

Chauchas	1	kilo (4 platitos)
Manteca	2	cucharadas
Harina	1 1/2	cucharada
Leche	1 1/2	taza
Huevos	4	

Sal, pimienta, pan rallado y cernido, grasa para freir

Se quitan los filamentos a las chauchas y se cuecen según las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo; se sacan, se escurren, se pican muy menuditas y se exprimen por puñados, apretando muy fuerte con las manos.

Se hace una salsa blanca espesa, con la manteca, harina y leche, se sazona con sal y pimienta y se mezcla con las chauchas y 2 huevos. Se forman las croquetas con una cuchara, se envuelven en pan rallado, se dejan enfriar, se pasan por huevo batido, otra vez por pan rallado y se frien en grasa muy caliente.

Croquetas de batatas

Batatas medianas	3	
Manteca	1	cucharada
Jamón sin grasa	4	rebanadas
Huevos	6	

1 cucharada de perejil molido, pan rallado y cernido, grasa para freir, sal, pimienta.

Se cuecen las batatas, se desarman como para puré agregando la manteca, un poquito de sal y pimienta, 1 cucharada de perejil picado y molido, el jamón cortado muy finito y 1 huevo mezclando todo perfectamente.

Se cuecen 4 huevos duros, se pelan, se dividen por la mitad, se envuelve cada una de las mitades en la pasta preparada dandoles la forma de un cono, se envuelven en pan rallado y cernido, despues en huevo batido, otra vez en el pan rallado y se frien en grasa caliente.

Se puede servir con guarnición de arvejas.

Croquetas bombones

Espinacas	4	atados
Papas medianas	6	
Huevos	8	
Manteca	1	cucharada

Pan rallado, grasa para freir, sal, nuez moscada.

Se cuecen las espinacas, y se pasan por un tamiz.

Aparte se cuecen las papas peladas y se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se agrega la manteca derretida y 1 huevo crudo.

Se cuecen 5 huevos duros, se pelan, se dejan enfriar y se rallan en el rallador.

Se mezclan estas 3 pastas y se sazonan con sal, y nuez moscada, se forman las croquetas, se envuelven en huevo lijeramente batido, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente.

Croquetas de legumbres

Espárragos	24	
Zanahorias	4	
Arvejas	1	taza
Coliflor	1	
Alcachofas	4	
Manteca	1	cucharada
Harina	1	»
Huevos	4	

Sal, pimienta, pan rallado, grasa para freir, azúcar.

Se ponen a hervir en caldo o agua agregando 1 cucharada de azúcar, la punta de los espárragos, las zanahorias cortadas en rebanadas, las arvejas, y las alcachofas; aparte se cuece la coliflor.

Se hace una salsa crema con la manteca, harina, leche, 2 yemas de huevos, sazonando con sal y pimienta,

Se mezcla esta salsa con la coliflor cortada en pedacitos, los fondos de las alcachofas picadas, los espárragos, zanahorias y arvejas, se forman las croquetas envolviendolas en huevo batido y pan rallado y cernido, friendolas despues en la grasa muy caliente.

Croquetas de maíz

Se hace una mazamorra muy bien cocida, se deja enfriar en una fuente, se corta en trozos y se hacen como las de sémola.

Croquetas de papas

Papas	1	kilo
Manteca	1	cucharada
Queso rallado	3	cucharadas
Huevos	5	

Sal, pimienta, nuez moscada, grasa para freir, harina, pan rallado, 8 tallos de perejil

Se cuecen las papas en agua y sal, se desarman en calientes, por la prensa de puré, se mezcla con la manteca, 3 yemas de huevos, el queso rallado; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada. Se divide la masa en 8 porciones dando a cada una la forma de una pera y colocando en el extremo de cada una un gajo de perejil fresco para imitar el tronco de la pera, se envuelven en harina, despues en huevo lijeramente batido y por último en pan rallado y cernido. Se frien en grasa caliente.

Croquetas de pan

Pan rallado	1	taza
Puré de papa	1	taza
Leche	1/2	taza
Huevo	1	
Grasa para freir, harina		

Se mezcla el pan rallado con la papa deshecha agregando la leche el huevo y un poquito de sal, se forman las croquetas se ruedan sobre harina y se frien en grasa caliente.

Croquetas de sémola

Sémola	1 taza
Leche	2 1/2 taza
Huevos	1
Grasa para freir, pan rallado	

Se pone al fuego la leche agregando un poquito de sal; cuando hierve se echa lentamente la sémola mientras se va mezclando sin cesar y agitando la leche para evitar que se formen grumos, se deja cocinar a fuego lento hasta que la sémola quede muy bien cocida, entonces se saca, se vacia sobre una fuente mojada, alisando la superficie con el reves de la hoja de un cuchillo; cuando está frio se corta en rectángulos que se envuelven en huevo lijeramente batido, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa bien caliente.

Se puede servir con rebanadas de jamón.

Croquetas de sémola rellenas

Sémola	1 taza
Hígados de pollo	4
Trufas picadas	1 cucharada
Huevos	2
Pan rallado y cernido, grasa para freir, caldo perejil	

Se cuece la sémola echándola lentamente en 3 tazas de caldo hirviendo mientras se va agitando el caldo con un cucharón para evitar que formen grumos, se deja cocer a fuego lento hasta que se ponga espesa, entonces se pone un poco de esta preparación en moldecitos de quimbos haciendo con una cucharita de café una cavidad en el centro, (los moldecitos deben estar mojados), en la cavidad se pone un picadillo hecho con los higados que se habran cocido en caldo y con las trufas, sazonándolo con un poquito de nuez moscada, se cubre con sémola tratando de unir con la primera capa, (se trabajará rapidamente para que la sèmola no se enfrie); se deja enfriar, se sacan de los moldecitos, se envuelven en huevo, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente. Se sirve con gajos de perejil frito.

Croquetas de papa rellenas

Se hacen como las de sémola poniendo en lugar de sémola puré de papas al que se agregará 1 o 2 huevos.

En lugar del relleno de hígado se puede hacer con relleno de carne.

Croquetas de verduras

Espinacas	4 atados
Lechugas	3 plantas
Salchichas	1 metro
Leche o caldo	1 taza
Manteca	1 cucharada
Harina	1 cucharada
Queso rallado	2 cucharadas
Huevos	2

1 cucharada de cebolla picada, sal y pimienta molida, pan rallado y cernido, grasa para freir.

Se cuecen las espinacas y lechugas, se sacan, se pican separando los troncos y se pasan por un tamíz.

Se hace una salsa blanca espesa con la manteca, harina y leche, se mezcla con la verdura, se sazona con sal y pimienta, se deja enfriar y se liga con un huevo crudo y el queso rallado.

Se dora la cebolla en 1 cucharada de grasa caliente, se frie la salchicha, despues de frita se corta en trozos de 3 centmietros. Se envuelve cada uno en la pasta de verdura dando una forma alargada, se envuelven en pan rallado, se pasan por huevo batido, otra vez por pan rallado y se frien en grasa muy caliente.

Croquetas de zanahorias

Zanahorias	12	
Harina	1	cucharada
Manteca	1	cucharada
Caldo	1	taza
Queso rallado	8	cucharadas
Huevos	8	

Grasa para freir, pan rallado y cernido, sal y pimienta

Se cuecen las zanahorias en agua con sal y se pasan en caliente por la prensa de puré.

Se hace una salsa blanca, espesa, con la manteca, harina y caldo; se mezcla con la zanahoria agregando 2 huevos, el queso y se sazona con sal, pimienta y nuez moscada.

Se forman las croquetas, se envuelven en pan rallado, se pasan por huevo lijeramente batido, otra vez por pan rallado y se frien en la grasa muy caliente.

Se sirve con rebanadas de jamón cocido.

Croquetas de pollo

Pollo	1	
Leche	1/2	taza
Huevos	3	
Manteca	1	cucharada
Almendras	20	

Pan rallado, harina, grasa para freir, sal nuez moscada

Se cuece el pollo en el caldo, se deja enfriar, se pica la carne y se pasa por la máquina.

Se pelan las almendras, se ponen en agua muy caliente, se quita el pellejo, se pisan en el mortero hasta formar una pasta y se mezclan con la leche.

Se calienta la manteca a fuego muy suave, se agrega 2 cucharadas de pan rallado, la leche con las almendras mezclando en el fuego durante 5 minutos.

Se mezcla esta salsa con el pollo, se agrega 1 huevo crudo, se sazona con sal y nuez moscada y se forman las croquetas; se envuelven en harina, despues en huevo lijeramente batido, por último en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente.

Se sirve con la salsa que se prefiera.

Croquetas de restos de pescado

Arroz	2	tacitas
Leche	1	taza
Huevos	4	

Restos de pescado cocido, pan rallado, sal, pimienta, nuez moscada, grasa para freir, harina.

Se pica muy fino los restos de pescado.

Se cuece el arroz poniéndolo en agua hirviendo, al primer hervor se saca y se termina de cocer en la leche caliente; se mezcla con el pescado, 2 huevos crudos, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada. Se forman las croquetas, se envuelven en harina, despues en huevo lijeramente batido y por último en pan rallado y cernido. Se frien en grasa caliente.

Se sirve con la guarnición que se prefiera.

Croquetas de ostras

Ostras en conserva	2	tarros
Manteca	1	cucharada
Yemas de huevo	6	

Harina, sal, pimienta, nuez moscada, perejil, cebolla, pan rallado y cernido, aceite o grasa para freir.

Se pica muy fino un poco de cebolla y perejil y se dora en la manteca caliente, despues se incorpora 1 cucharada de harina mezclando bien hasta que no forme grumos; se agrega poco a poco el agua de las ostras revolviendo sin cesar hasta que se espesa, se retira, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se agrega 3 yemas de huevo, se deja enfriar y se forman croquetas chicas que se envuelven en harina seca, despues en huevo lijeramente batido, se pasan por pan rallado y se frien en aceite o grasa muy caliente.

Croquetas de sesos

Sesos de vaca o ternera	1	
Papas	4	
Manteca	1	cucharada
Queso rallado	3	cucharadas
Huevos	3	

Pan rallado y cernido, grasa para freir, harina, sal, pimienta, 1 ramillete de verduras.

Se cuecen los sesos en agua con sal y el ramillete de verduras, se les quita la piel, se pican muy menudo y se pasan por un tamíz apretando con la mano del mortero.

Se cuecen las papas peladas en agua con sal, se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se mezclan con la manteca, se unen con los sesos agregando el queso rallado, 1 huevo y un poquito de sal y pimienta. Se forman las croquetas, se envuelven en harina, despues en huevo batido y por último en pan rallado y cernido.

Se frien en grasa caliente y se acompaña con la guarnición que se prefiera.

Croquetas a la crema

Seso de ternera	1	
Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Leche	1	taza
Huevos	4	

Sal, Pimienta, nuez moscada, pan rallado y cernido, grasa para freir, 1 ramillete de verduras.

Se cuecen los sesos en agua con sal y un ramillete de verduras, se sacan, se quita el pellejo, se deja enfriar y se corta en rebanadas dándole una buena forma.

Se hace una salsa crema con la manteca, harina, leche, 2 yemas de huevo; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y antes que se

enfrie se envuelven con esta salsa las rebanadas de seso, se van poniendo en una fuente con una capa de pan rallado y cernido y se dejan enfriar. Se baten lijeramente 2 huevos en un plato, se envuelven las croquetas, se pasan por pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente.

Se acompaña con la guarnición que se prefiera.

Croquetas de carne de ternera

Carne de ternera	1	kilo
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Huevos	3	

Sal, pimienta, pan rallada, harina, grasa para freir.

Se cuece la carne de ternera en el puchero, se saca, se pica y se pasa por la máquina.

Se hace una salsa blanca con la manteca harina y leche; se mezcla con la carne y 1 huevo, se sasona con sal y pimienta.

Se forman las croquetas, se envuelven en harina, se pasan por huevo batido, se envuelven de nuevo en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente. Se sirve con guarnición de arvejas o zanahorias.

Croquetas de restos de carne

Papas medianas	6
Huevos	3

Restos de carne de vaca o aves cocidas, pan rallado y cernido, grasa para freir, sal, pimienta, manteca.

Cuando quedan restos de carne de vaca o aves, se hacen croquetas de la manera siguiente: Se separa toda la carne de los huesos, se pica muy finamente.

Se cuecen las papas en agua y sal, se pasan en calientes por la prensa de puré y se mezcla con 1 cucharada de manteca, se agrega la carne, 1 huevo crudo y se sazona con sal y pimienta.

Se forman las croquetas con una cuchara, se envuelven en huevo lijeramente batido, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente.

Croquetas de porotos

Porotos secos	4	tazas
Manteca	1	cucharada
Queso rallado	3	cucharadas
Huevos	3	

Pan rallado y cernido, sal, pimienta, grasa para freir.

Despues de remojar los porotos durante la noche, se cuecen en agua y se pasan en calientes por el tamiz apretando con la mano del mortero y teniendo cuidado de que no pase el pellejo. Se mezcla este puré con el queso rallado, la manteca derretida y 1 huevo; se sazona con sal y pimienta.

Se mezclan 2 huevos en un plato, se forman las croquetas, se envuelven en harina, se pasan por el huevo, despues por pan rallado y cernido. Se frien en grasa caliente.

Se sirve con salsa de tomate.

De la misma manera se puede preparar croquetas de garbanzos.

Costrones Flora

Pan de sanwidch	1/2	kilo
Manteca	1	cucharada
Huevos duros	3	
Médula de vaca, sal, pimienta, queso rallado.		

Se corta el pan en trozos iguales de 2 centímetros de espesor, se rocian con la manteca y se hacen dorar al horno, despues se hace un hueco en el medio y se rellenan con un picadillo de huevo duro y médula cocida, sazonando con sal y pimienta, se polvorea queso rallado y se hace dorar al horno.

Medallones de queso

Se hace una salsa crema sazonándola de buen gusto agregando junto con las yemas 1 cucharadita de perejil picado finito. Se cortan medallones o cuadrados de 1 centímetro de espesor, de un buen queso, se envuelven con la salsa, se ponen sobre pan rallado y cernido y cuando se enfrian se envuelven en pan, despues se pasan por huevo batido, otra vez por pan rallado y se frien en grasa caliente.

Torrejas de pan con revuelto de huevos

Pan francés	8	rebanadas
Leche	1	tacita
Huevos	6	
Harina	1	cucharadita
Manteca	1	cucharada

Se baten 2 huevos, con una tacita de leche, 1 cucharadita de harina, sal y pimienta al paladar, se mojan las rebanadas de pan en esta salsa y se frien en grasa caliente.

Aparte se prepara un revuelto de huevos con lo que se quiera bien sean tomates, o cualquier conserva por ejemplo sardinas.

Para hacer el revuelto si es de verdura se frie primero la verdura en manteca despues se echan los huevos sin batir, mezclados apenas, sazonando con sal y pimienta, se echan sobre la verdura y se revuelven suavemente hasta que el huevo esté cocido pero blando, si el revuelto ha de ser de sardinas, se les quita la piel y las espinas, se deshacen un poco se mezclan con los huevos y se cuece como el revuelto anterior.

Para servir se colocan las rebanadas de pan fritas en una fuente y sobre cada una se pone una cucharada de revuelto.

CAPÍTULO 13°

BUDINES

.... sepan regir muy bien sus casas, es a saber, amasar y cocer, lavar, barrer, cocinar y coser.

FR. ANTONIO DE GUEVARA

Budín de alcachofas

Alcachofas	6	
Salsa blanca espesa	4	cucharadas
Azúcar	2 1/2	cucharadas
Huevos	6	
Salsa crema, manteca		

Se cuecen las alcachofas, se separan las hojas y los filamentos del fondo, se desarma la parte comible mezclando con la salsa blanca y se pasa esta pasta por un tamíz; despues se la mezcla con 2 cucharadas de azúcar, 6 yemas de huevo, un poquito de sal y las claras batidas, a nieve.

Se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con el resto del azúcar y se hace cocer al horno.

Se sirve bañado con una salsa crema delgada.

Budín de arvejas y zanahorias

Arvejas	2	tazas
Zanahorias	5	
Manteca	1	cucharada
Miga de pan francés	1/2	taza
Leche	1	taza
Huevos	3	
Pan rallado, sal, pimienta		

Se cuecen las arvejas y zanahorias. Se pican las zanahorias muy menudo, se mezclan con las arvejas, el pan remojado en la leche, 1/2 cucharada de manteca, 3 yemas de huevo, un poquito de sal, y pimienta molida. Por último se baten las claras a punto de nieve y se agrega mezclando perfectamente. Se unta una budinera con manteca, se polvorea con pan rallado, se pone la preparación y se cuece en horno regular durante 30 minutos.

Budín de arroz a la nieve

Arroz	2	tacitas
Leche	2	tazas
Huevos	4	
Azúcar	5	cucharadas
Manteca	1/2	cucharada
Sal, harina		

Se pone a hervir el arroz con una taza de agua; cuando está a medio cocer se agrega la leche caliente y un poquito de sal, se tiene a fuego lento hasta que el arroz quede muy blando.

Se saca el arroz, se deja enfriar; se desarma un poco con una cuchara mezclando con 4 yemas de huevo lijeramente batidas, con 2 cucharadas de azúcar, se agregan las claras batidas a nieve y se pone inmediatamente en el horno en una budinera untada con manteca y polvoreada con harina. Se cocina durante 30 minutos, se saca, se desmolda sobre una fuente resistente al horno.

Mientras se cocina el budín se baten las otras dos claras con 3 cucharadas de azúcar, a punto de nieve, se forman unos merengues sobre el budín y se dora en el horno. Se sirve caliente.

(Los merengues se forman despues de desmoldar el budín).

Budin de carne

Carne de ternera	1	kilo
Tocino	1/4	kilo
Huevos	4	
Pimienta blanca, sal, nuez moscada		

Se machaca la carne con un cuchillo y se va raspando hasta convertirlo en una masa.

Se pica el tocino muy menudo, se mezcla muy bien con la carne.

Se baten lijeramente los huevos, se agrega un poquito de nuez moscada rallada y pimienta, se mezcla con la carne, se agrega sal y se pone en una budinera.

Se cocina en baño-maría durante 2 horas mas o menos.

Budín de convite

Carne de ternera	1/4	kilo
Carne de cerdo	1/4	kilo
Harina	2	cucharadas
Manteca	1	cucharada
Crema o leche	1	taza
Huevos	4	
Sal, nuez moscada, salsa de tomate		

Se pica la carne de ternera y cerdo y se pasa por la máquina.

Se hace una masa bomba poniendo en una cacerolita 1/2 taza de agua, 1 cucharada de manteca y un poquito de sal; cuando hierve se agrega la harina previamente disuelta en agua fria y se mezcla con espátula de madera hasta que la masa tome cierto espesor. Se retira del fuego y se agrega los huevos y un poquito de nuez moscada rallada. Se mezcla la carne con la masa bomba y se pasa por un tamíz se pone en una cacerola, se agrega la crema o leche y se mezcla sobre el fuego durante 5 minutos.

Se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y se cuece en el horno, al baño-maría, durante 1 hora mas o menos.

Se saca del molde y se sirve con salsa de tomate.

Budín de coliflor

Coliflor	1	
Jamón	3	rebanadas
Queso rallado	2	cucharadas
Manteca	1 1/2	cucharada
Migas de pan francés	1/2	taza
Leche	1/2	taza
Huevos	4	
Cebolla, pan rallado, sal, pimienta, salsa crema		

Despues de cocinado el coliflor segun las indicaciones que se dan, se pica muy fino, se mezcla con el jamón picado, el pan remojado en leche, el queso rallada, 1/2 cucharada de manteca. Se sazona con sal y pimienta.

Se frie 1 cucharada de cebolla picada en 1/2 cucharada de manteca caliente y se mezcla con el coliflor.

Se agrega despues 4 yemas de huevo y las claras batidas a punto de nieve. Se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina en el horno durante 40 minutos.

Se sirve caliente con salsa crema (Ver salsas).

Budín de choclos

Choclos	8	
Leche	1	taza
Manteca	1	cucharada
Grasa	1	cucharada
Azúcar	1/2	taza
Cebolla picada	1	cucharada
Huevos	4	

Se rallan los choclos, se mezclan con la leche y el azúcar y se pasan por un tamíz.

Se frie la cebolla en la grasa caliente, despues se agrega la mezcla anterior removiendo con una cuchara hasta que se cueza, entonces se retira, se agrega la manteca, se deja enfriar y se añaden las yemas, un poquito de sal y las claras batidas a nieve. (Se puede agregar 1 copita de coñac lo que le da un sabor muy agradable). Se mezcla bien y se pone en una budinera untada con manteca, (ésta debe ser lisa y chata) y se cocina al horno en baño-maría.

Budín crema de choclos

Choclos, según el tamaño	6	o 9
Leche hervida	1	taza
Azúcar	2	tacitas
Manteca	2	cucharadas
Huevos	8	

Se rallan los choclos, se mezcla este puré con la leche y se cuela por una servilleta apretando fuerte con una cuchara para extraer bien la leche del choclo.

Aparte se pone la manteca al fuego, antes que se acabe de derretir se agrega la leche con el choclo mezclando durante unos minutos con cuchara de madera, se retira del fuego, se deja enfriar, se mezcla con 8 yemas y 6 claras lijeramente batidas, el azúcar y un poquito de sal; se pone inmediatamente en un molde o budinera untada con manteca y polvoreada con azúcar y harina y se cocina al horno en baño-maria.

Tambien se puede poner en budinera caramelizada.

Budín de chauchas

Chauchas	1/2	kilo
Manteca	2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Jamón sin gordura	5	rebanadas
Huevos	4	
Sal, pimienta, pan rallado		

Se sacan los filamentos a las chauchas y se cuecen segun las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo; se sacan, se escurren, se pican muy finitas y se exprimen en las manos, apretándolas muy fuerte.

Se hace una salsa blanca de regular espesor, con 1 1/2 cucharada de manteca, la harina y leche; se mezcla con las chauchas agregando el jamón muy bien picado, los huevos y zanahorias sazonando con sal y pimienta.

Se unta una budinera con el resto de la manteca, se polvorea con pan rallado y cernido, se pone la preparación adentro y se cocina al horno, en baño-maría durante 30 minutos, mas o menos.

Se puede servir con salsa de tomate u otra que se prefiera.

Budín diplomático

Pescado	1	kilo
Leche	1/2	taza
Manteca	1	cucharada
Arvejas	1/2	taza
Zanahorias	2	
Huevos	3	

Pan rallado y cernido, sal, pimienta, nuez moscada, salsa de tomate.

Se quitan las escamas al pescado y se cuece en agua con sal. Se saca, se pica la carne separando las espinas y se desarma con una cuchara.

Se cuecen aparte las arvejas y zanahorias, se cortan éstas últimas en pedacitos y se mezclan con el pescado, agregando las arvejas, 3 yemas de huevo, la leche, la mitad de la manteca; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y se agrega por ùlttmo las claras batidas a punto de nieve. Se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado, se polvorea encima del budín pan rallado y se cocina al horno, en baño maria, durante 30 minutos mas o menos.

Se sirve con salsa de tomate.

Budín de espinacas

Espinacas	8	atados
Salsa blanca	10	cucharadas
Huevos	4	
Queso rallado	3	cucharadas

Manteca, sal, pimienta, nuez moscada. Papas a la milanesa

Se cuecen las espinacas en agua hirviendo con sal, se sacan, se escurren, se quitan los filamentos y se pasan por un tamíz.

Aparte se hace la salsa blanca (ver salsa blanca). Se mezcla la mitad de esta salsa con las espinacas, se pone en el fuego durante 5 minutos, se retira, se agrega el queso rallado, se sazona con sal, pimienta, y nuez moscada, se agregan las 4 yemas de huevo y por último las claras batidas a punto de nieve.

Se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina en el horno durante 30 minutos.

Se desmolda, se baña con la otra mitad de la salsa y se sirve caliente con papas a la milanesa.

(Ver papas a la milanesa).

Budín de garbanzos

Garbanzos	2	tazas
Manteca	1	cucharada
Tocino picado	1	cucharada
Jamón picado	2	cucharadas
Huevos	4	

Pan rallado, sal, pimienta, nuez moscada.

Despues de remojar y cocer los garbanzos segun las indicaciones que se hacen en el capítulo respectivo, se pasan por un tamíz; se mezcla este puré con la manteca, tocino, jamon, las yemas de huevo, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, por último se agrega las claras batidas a nieve mezclando todo perfectamente, se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado, se polvorea encima pan rallado y en seguida se entra al horno.

Se sirve con puré de espinacas o de acelgas.

Budín de hígado de ternera

Hígado de ternera	1	Kilo
Arroz	1	tacita
Leche	1	taza
Manteca	1	cucharada
Huevos	4	

Sal, pimienta, harina

Se cuece el hígado, se deja enfriar y se ralla en el rallador.

Aparte se pone a cocinar el arroz con una taza de agua; cuando hierve se saca, se escurre y se pone inmediatamente en la leche caliente. Se termina de cocer a fuego lento hasta que quede muy blando. Se mezcla con el hígado, 1/2 cucharada de manteca, 4 yemas de huevo; se sazona con sal y pimienta, se agrega las claras batidas a nieve y se pone a cocinar inmediatamente al horno, en una budinera untada con el resto de la manteca y polvoreada con harina.

Budín de jamón del diablo

Papas	5	
Manteca	1	cucharada
Leche	1	taza
Huevos	3	
Jamón del diablo	1	latita
Pimienta, nuez moscada etc.		

Se hace un puré con papas, manteca, leche, sal, pimienta y nuez moscada, añadiendo 3 huevos, las claras batidas a punto de nieve, y por último se agrega el jamón del diablo, se mezcla perfectamente, se cuece al horno en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado.

Se come frio.

Budín Luisa

Arroz del puchero	1	taza
Sémola	1	cucharada
Harina de maiz	1	cucharada
Leche	1	taza
Manteca	1	cucharada
Huevos	4	
Sal, pimienta, pan rallado		

Se pone la leche al fuego; cuando hierve se agrega lentamente la harina de maiz y la sémola, mezclando con una cuchara para evitar que se formen grumos. Se deja cocer a fuego lento durante 20 minutos, se saca y se mezcla con el arroz, 1/2 cucharada de manteca; se sazona con sal y pimienta; cuando se enfria se agregan las yemas de huevo y las claras batidas a nieve. Se pone en una asadera untada con el resto de la manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina al horno durante 30 minutos.

Se puede servir bañado con la salsa que se prefiera.

Budín con leche de almendras

Arroz	2	tacitas
Leche	2	tazas
Azúcar	3	cucharadas
Almendras peladas y molidas	1/2	taza
Manteca	1	cucharada
Huevos	4	
Un poquito de sal, harina		

Despues de lavar el arroz se pone a hervir en 2 tazas de agua; cuando principia a hervir se retira y se escurre el agua sobre un colador.

Se mezcla la almendra molida con la leche caliente, se pasa por una servilleta apretando fuertemente con una cuchara para extraer toda la esencia de la almendra. En esta leche se pone el arroz inmediatamen-

te de escurrida el agua, se cocina a fuego lento hasta que quede bien blando, aumentando leche si fuera necesario. Se retira del fuego, se pone en una fuente, se desarma un poco con una cuchara mezclando a la vez con 1/2 cucharada de manteca, 4 yemas de huevo, un poquito de sal, el azucar y las claras batidas a punto de nieve. Se pone inmediatamente en horno regular, en una budinera untada con manteca y polvoreada con harina. Se cocina 30 minutos. Se sirve caliente.

Budin de macarrones

Macarrones	1/4 kilo
Leche	1 taza
Agua	2 tazas
Queso rallado	3 cucharadas
Manteca	1 cucharada
Huevos	4
Pan rallado, sal, pimienta	

Se pone en una cacerola la leche y el agua; cuando hierve se echan los macarrones cortados muy menuditos.

Una vez que estan cocidos se sacan, se dejan enfriar, se recortan de nuevo machacando con un cuchillo, se mezclan con la manteca, el queso rallado, 4 yemas de huevo; se sazona con sal y pimienta, se agregan las claras batidas a nieve y se pone en una budinera untada con manteca y povoreada con pan rallado, se pone pan rallado encima y se cocina en el horno durante 30 minutos mas o menos.

Budin de menudos

Coliflor	1
Aceite	1/2 taza
Huevos	5
Los menudos de 1 cabrito o cordero, 1 cebolla, 1 tomate, 1 pimiento, sal, pimienta, 1/2 cucharada de manteca, pan rallado, pimentón.	

Se cuecen los menudos en agua con sal. Se pican y machacan con un cuchillo hasta que queden reducidos a una masa.

Aparte se cuece el coliflor segun las indicaciones que se dan. Se pica junto con la cebolla y el tomate sin la semilla.

Se pone el aceite en una cacerola, cuando está bien caliente se agregan las 2 preparaciones anteriores, 1/2 cucharada de pimentón; pimienta blanca y sal mezclando perfectamente.

Cuando está a medio freir se saca, se deja enfriar un poco, se agregan 5 yemas de huevo y las claras batidas aparte a punto de nieve. Se pone en una budinera untada con 1/2 cucharada de manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina en horno regular durante 40 minutos.

Budin de ostras

Ostras en conserva	1 lata
Aceitunas	8
Papas	4
Huevos	4
Manteca	1 1/2 cucharadas
Caldo	3 cucharadas
1/2 Cebolla, sal, pimienta, pan rallado.	

Se pican las ostras muy menudo, se machacan con un cuchillo hasta formar una pasta.

Se dora la cebolla en una cucharada de manteca caliente, se agrega las ostras; una vez que estan fritas se agrega el caldo y se deja a

fuego lento hasta que el caldo se consuma Se sazona con sal y pimienta. Se pelan las papas, se cuecen en agua con sal, se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se mezcla con las ostras agregando las aceitunas muy bien picadas, 4 yemas de huevo y por último las claras batidas a nieve. Se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina en el horno, al baño maría, durante 40 minutos más o menos. Se desmolda y se baña con la salsa que se prefiera.

Budin de papas

Papas	1	kilo
Manteca	2	cucharadas
Leche	1	taza
Huevos	4	
Queso rallado	3	cucharadas
Azúcar	4	cucharadas

Se pelan las papas, se cuecen en agua con sal, se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se agrega la manteca derretida en la leche caliente, 1 cucharada de azucar, el queso, 4 yemas de huevo y por último las claras batidas a nieve; se pone inmediatamente en una budinera caramelizada con el resto del azucar. Se cocina al horno caliente durante 30 minutos.

Este budin se puede hacer con relleno de pollo procediendo de la manera siguiente: se hace un puré con la mitad de las papas agregándole los huevos lijeramente batidos y sazonando de buen gusto, se unta una budinera grande con manteca, se forra con una capa de puré de dos dedos de grueso, se pone al medio un recado de pollo cocido, frito en manteca con cebolla, se cubre con una capa de puré y se entra al horno.

Budin de pan

Panes franceses	3	chicos
Manteca	1|2	cucharada
Huevos	4	
Leche	1	taza
Azúcar	1|2	taza

Se quitan las durezas al pan francés, se ponen a remojar durante 30 minutos en la leche un poco caliente, se pasan por un tamíz apretando con una cuchara para desarmar bien; se agrega el azúcar.

Se baten las yemas durante 10 minutos, aparte se baten las claras a punto de nieve, se agregan yemas y claras al pan, se mezcla, se pone en una budinera lisa untada con la manteca y se cocina en el horno durante 15 minutos Se sirve inmediatamente. Advertencia. Este budín tambien se puede poner en la budinera caramelizada, quedando así de un gusto muy delicado.

Budin de porotos

Porotos secos	2	tazas
Manteca	1 1|2	cucharadas
Huevos	4	

Pan rallado, sal, pimienta, nuez moscada, los menudos de 2 pollos, salsa blanca o de tomate.

Despues de haber remojado los porotos durante la noche, se ponen a hervir hasta que quedan bien cocidos; se retiran se escurren, se pasan por la prensa de puré, se sazonan con sal, pimienta y nuez mos-

cada; se mezcla con 1/2 cucharada de manteca, con las yemas de los huevos y las claras batidas a punto de nieve. Se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado y se hace cocer al horno, en baño maria durante 20 minutos mas o menos

Aparte se cuecen los menudos de pollo, se pican y se saltan en 1/2 cucharada de manteca.

Cuando el budin está cocido se desmolda, se baña con salsa blanca o de tomate y se rodea con los menudos.

Budin de pollo

Pollo	1
Salame picado	1/2 taza
Manteca	2 cucharadas
Leche	1/2 taza
Queso rallado	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Huevos	8

Salsa blanca, pan rallado, nuez moscada, sal y pimienta, laurel, orégano, 1 cucharadita de azúcar.

Se cuece el pollo en agua con sal, agregando 1/2 hoja de laurel y orégano Se saca y se pica muy fino.

Se deslie la harina en la leche, se pone en una fuente, se agrega el queso rallado, 1 1/2 cucharadas de manteca, un poquito de sal, pimienta y nuez moscada, el pollo, el salame, 8 yemas de huevo y por último 2 claras batidas a punto de nieve con el azùcar. Se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina en horno regular durante 30 minutos.

Cuando se saca de la budinera se cubre con salsa blanca o la salsa que se prefiera. (Ver salsas).

El pollo puede ser reemplazado por gallina, 3 perdices o 3 palomas.

Budin de restos de pollo

Zanahorias	2
Pan francés chico	1
Leche	1 taza
Caldo	1/2 taza
Manteca	1 1/2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Vino blanco	1 vasito
Huevos	4

Los restos de gallina o pollo, pan rallado, sal, nuez moscada.

Se pican muy menudito los restos de gallina o pollo.

Se cuecen las zanahorias, se desarma una como para un puré; la otra se pica muy menudo.

Se quitan las durezas al pan francés y se remoja en 1/2 taza de leche.

Se hace una salsa blanca con una cucharada de manteca, la harina, 1/2 taza de leche y el caldo; se sazona con sal y nuez moscada y se mezcla con el pollo, agregando el pan remojado, las zanahorias, el vino, 4 yemas de huevo y por último las claras batidas a nieve.

Se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado Se cocina al horno, en baño-maria.

Budin de pescado y macarrones

Pescado	1/2	kilo
Macarrones	1/4	kilo
Manteca	3	cucharadas
Harina	8	cucharadas
Huevos	6	
Leche	2	tazas
Sal, nuez moscada		

Se cuecen los macarrones, sin cortarlos, en agua y sal, se sacan, se escurren, se rocian con agua fria y se ponen sobre una servilleta para que se sequen.

Se cocina el pescado, ya sea en el horno con un poquito de manteca o en agua y sal, se deja enfriar y se corta en pedazos menudos.

Se hace una masa bomba poniendo en una cacerolita 1/2 taza de agua, 1 cucharada de manteca y un poquito de sal; cuando hierve se agrega 2 cucharadas de harina previamente disuelta en agua fria, mezclando con espátula de madera hasta que la pasta se desprenda facilmente de la cacerola y de la espátula.

Se retira del fuego, se agrega 4 huevos y un poquito de nuez moscada mezclando bien.

Se hace una salsa crema (ver salsa crema) con 2 cucharadas de manteca, 2 de harina, 2 tazas de leche y 2 yemas de huevo. Se sazona con sal y pimienta.

Se unta una budinera lisa con manteca, se corta un papel blanco del tamaño del fondo de la budinera, se coloca adentro y se van poniendo los macarrones, uno por uno, en forma de espiral, desde el centro del fondo; se cubre desde los costados de la budinera hasta forrarla completamente, se unta encima un poco de la masa bomba tapando los macarrones.

Se corta en pedazos menudos el resto de los macarrones, se mezcla con el pescado y con 4 cucharadas de la salsa crema que se ha preparado. Se pone esta preparación en el hueco que quedó en la budinera y se cubre con una capa de la masa bomba, se tapa con un papel blanco y se cocina en el horno, al baño-maría durante 30 minutos.

Se saca, se desmolda con cuidado y se baña con el resto de la salsa crema.

Budin de pescado

Pescado	1	kilo
Manteca	3	cucharadas
Miga de pan francés	1/2	taza
Leche	1/2	taza
Harina	1	cucharada
Huevos	5	
Pan rallado, sal, nuez moscada		

Se limpia el pescado, se sazona con sal y nuez moscada, se polvorea con pan rallado, se coloca en una asadera, se ponen encima del pescado unos pedacitos de manteca y se cocina en horno caliente. Se pica muy menudo quitando las espinas, se pisa en el mortero agregando la miga de pan remojada en media taza de leche; cuando queda convertido en una pasta se pone en una fuente, se mezcla con 3 yemas de huevo, 1/2 cucharada de manteca, y las claras batidas a nieve.

Se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina en el horno, al baño maría durante 40 minutos mas o menos.

Se hace una salsa crema con 1 cucharada de manteca, 1 de harina, 1 taza de leche y 2 yemas de huevo, se sazona con sal y nuez moscada y se baña el budín con esta salsa.

Budín de jamón

Jamón cocido	1/2	kilo
Leche	1	taza
Huevos	5	
Manteca	1/2	cucharada
Pimienta, salsa de tomate		

Se pica el jamón muy menudo, se mezcla con la leche, las yemas de huevo y las claras batidas a nieve; se sazona con pimienta y se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con harina. Se cocina en el horno durante 20 minutos. Se sirve en seguida con salsa de tomate, la que se pondrá en una salsera.

Budin de queso

Queso rallado	4	cucharadas
Manteca	2	cucharadas
Harina	4	cucharadas
Leche	2	tazas
Yemas de huevo	4	
Claras de huevo	6	
Sal, nuez moscada		

x thick

Se hace una salsa blanca con la leche, harina y manteca, sazonándola con sal y nuez moscada; cuando está bien espesa se retira del fuego se agregan las yemas, el queso y las claras batidas a nieve, se mezcla perfectamente y se pone inmediatamente al horno en una budinera untada con manteca y polvoreada con harina, durante 30 minutos.
Se sirve en seguida.

Budin de repollo

Repollo	1	
Zanahorias	2	
Arvejas	1/2	taza
Miga de pan francés	1/2	taza
Leche	1	taza
Manteca	1	cucharada
Queso rallado	3	cucharadas
Huevos	8	
Salsa blanca, pan rallado, sal, pimienta,	1/2	cucharadita de salsa inglesa.

Se cuece el repollo según las indicaciones que se dan, se saca, se escurre y se pica muy fino quitándole las partes duras.

Aparte se cuecen las zanahorias y arvejas, se pican las zanahorias y se mezcla todo agregando el pan remojado en la leche, 1/2 cucharada de manteca, 3 yemas de huevo, el queso rallado, un poquito de sal y pimienta. Por último se agregan las claras batidas a punto de nieve, se mezcla perfectamente y se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado. Se cocina en horno regular durante 30 minutos.

Se prepara una salsa blanca (ver salsa blanca), se agrega 1/2 cucharadita de salsa inglesa y se sirve con el budín.

Budín de salmón

Salmón en conserva	1	lata
Manteca	2	cucharadas
Migas de pan	1/4	taza
Leche	1/2	taza
Huevos	4	
Sal, pimienta, salsa blanca		

Se pone el salmón en una fuente y sin el agua que contiene el salmón en conserva, se desarma con una cuchara, se mezcla con la miga de pan remojada en la leche, la manteca, 4 yemas; se sazona con sal y pimienta. Por último se agregan las claras batidas a nieve y se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca y polvoreada con harina. Se cocina en horno caliente durante 40 minutos.

Se prepara una salsa blanca con la que se baña el budin antes de servirlo.

Budín de sémola

Sémola	1	taza
Leche	3	tazas
Huevos	4	
Azúcar	5	cucharadas

Se pone la leche en el fuego; cuando hierve se vierte lentamente la sémola mezclando con una cuchara para que no se apelotone. Cuando está cocida la sémola, se retira, se pone en una fuente, se deja enfriar y se agregan 4 yemas de huevo batidas con 2 cucharadas de azucar. Aparte se baten las claras a punto de nieve, se agregan a la sémola mezclando perfectamente, se sazona con sal y se pone inmediatamente en una budinera caramelizada.

Se cocina en el horno durante 40 minutos y se sirve caliente.

Budín de sesos

Sesos de vaca o ternera	1	
Pan francés chico	1	
Leche	1/2	taza
Manteca	1	cucharada
Cebolla picada	1	cucharada
Huevos	3	
Sal, pimienta, nuez moscada, pan rallado.		

Se lavan los sesos, se ponen a hervir en agua con sal; cuando están cocidos se sacan, se quita el pellejo y se pasan por un tamiz.

Se frie la cebolla en 1|2 cucharada de manteca caliente, se mezcla con los sesos, el pan, 3 yemas de huevo; se sazona con sal y pimienta, por último se agregan las claras batidas a punto de nieve. Se pone en una budinera untada con el resto de la manteca y polvoreada con pan rallado y se cocina al baño maría.

Budín de sesos y espinacas

Sesos de corderito	2	
Espinacas	4	atados
Huevos	4	
Manteca	1	cucharada
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Pan rallado, sal, pimienta		

Se cuecen las espinacas y se pasan por un tamiz.

Se cuecen los sesos en el caldo y se desarman bien hasta formar una masa.

Se hace una salsa blanca con la manteca, harina y leche, se mezcla la mitad de esta salsa con la espinaca y la otra mitad con el seso, agregando además a cada una 2 yemas de huevo, sal y pimienta y por último las claras batidas a nieve.

Se unta una budinera con manteca, se polvorea con pan rallado, se pone en el fondo una capa de espinacas, en seguida los sesos, otra vez espinacas, se polvorea con pan rallado y cernido y se pone inmediatamente en el horno durante 30 minutos mas o menos.

Budín de surubí

Surubí u otro pescado	1/2	kilo
Vino blanco seco	1	vaso
Aceite	3	tacitas
Miga de pan francés	1/2	taza
Leche	1/2	taza
Queso rallado	2	cucharadas
Huevos	4	
Caldo	1	taza
Harina	1	cucharada

1 cebolla, 1 tomate, perejil, ajo, orégano, hongos, sal, pimienta, nuez moscada, pan rallado

Se quita la piel al surubí, se corta en pedazos, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se pone en una fuente agregando la mitad del vino, 1 tacita de aceite, 1 tomate picado y sin semilla, 1 cucharada de cebolla picada, 1 diente de ajo, perejil y orégano. Se deja 20 minutos.

Se retira el pescado, se frie en 1 tacita de aceite muy caliente hasta que se consuma el aceite, se retira, se deja enfriar, se pisa en el mortero, se mezcla con el pan remojado en la leche. 4 yemas de huevo, las claras batidas a punto de nieve y el queso rallado. Se pone en una budinera untada con aceite y polvoreada con pan rallado y se cocina en el horno, al baño-maría durante 1 hora.

Aparte se frie en 1 tacita de aceite muy caliente, 1 cucharada de cebolla picada, 1 diente de ajo, se incorpora 1 cucharada de harina, se agrega poco a poco el caldo, los hongos y 1/2 vaso de vino, se cocina durante 20 minutos mezclando sin cesar.

Se desmolda el budín en una fuente, se baña con la salsa preparada. Se adorna la fuente con guarnición de arvejas o bordura duquesa llenando con lo mismo el hueco del budin (Ver guarniciones).

Budin tricolor

Espinacas	4	atados
Zanahorias medianas	4	
Papas medianas	4	
Salsa de tomate	1	cucharada
Manteca	3	cucharadas
Queso rallado	3	cucharadas
Huevos	4	

Pan rallado, 1 cucharada de cebolla picada, sal, pimienta

Se cuecen por separado las zanahorias, espinacas y papas.

Se deshacen las zanahorias con una cuchara hasta convertirlas en una pasta, se mezclan con la salsa de tomates, 1 cucharada de pan rallado, 1 cucharada de queso rallado, 1 huevo, sal y pimienta.

Se pasan las papas por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se mezclan con 1/3 parte de la manteca, un poquito de sal, pimienta y 2 huevos.

Se quitan los troncos de las espinacas, se pasan las hojas por un tamiz. Se dora la cebolla en 1/3 parte de la manteca; se frien las espinacas, se retira del fuego y se mezcla con 1 cucharada de queso, 1 cucharada de pan y 1 huevo

Se unta una budinera con manteca, se polvorea con pan, se coloca adentro el puré de zanahoria, despues el puré de espinacas, por último el de papas y se cocina al baño-maría.

Budin de ubre

Ubre de vaca	1/2	kilo
Pan francés chico	1	
Leche	1	taza
Huevos	4	
Manteca	1	cucharada
Pan rallado, sal, nuez moscada		

Se cuece muy bien la ubre, se corta en pedazos y se pasa por la máquina.

Se remoja el pan en la leche, se pasa por un tamiz y se mezcla con la ubre, agregando 1/2 cucharada de manteca, 3 yemas de huevo, un poquito de sal, nuez moscada y las claras batidas a nieve.

Se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con pan rallado y se hace cocer al baño maría al horno durante 40 minutos, mas o menos.

De la misma manera puede hacerse el budín de tripitas o sangre de cordero.

Budín de verano

Mazamorra fria	1	taza
Harina de maiz amarillo	3	cucharadas
Leche	2	tazas
Azúcar	2	cucharadas
Huevos	4	
Manteca, harina		

Se pone la mazamorra fria en una fuente y se desarma el grano con una cuchara.

Se calienta la leche; cuando hierve se vierte lentamente la harina de maiz mezclando con una cuchara para evitar que se apelotone; cuando está cocida se retira, se mezcla con la mazamorra agregando el azucar, 4 yemas de huevo, las claras batidas a nieve y un poquito de sal. Se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con harina. Se cocina en el horno, al baño-maría durante 1 hora.

Se puede servir con leche fria o leche cuajada.

(Si se quiere el budín mas liviano se pasará la mazamorra por un tamiz).

Budín de zanahorias

Zanahorias	8	
Manteca	1 1/2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Queso rallado	3	cucharadas
Huevos	4	
Sal, pimienta, nuez moscada, pan rallado		

Se cuecen las zanahorias en agua con sal y se pasan por la prensa de puré.

Se hace una salsa blanca con 1 cucharada de manteca, la harina, la leche; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada. Se mezcla esta salsa con la zanahoria, agregando el queso rallado, las yemas de huevo y por último las claras batidas a punto de nieve.

Se pone inmediatamente en un molde untado con manteca y polvoreado con harina.

Se hace cocer al horno en baño-maría.

CAPÍTULO 14°

LEGUMBRES Y HORTALIZAS

Arvejas a la porteña

Arvejas	1	kilo
Jamón picado	5	cucharadas
Lechuga	1	plantita
Manteca	8	cucharadas
Harina	1/2	cucharada
Puré de tomates	1	tarrito
Caldo	1	cucharón
Vino seco	1	vaso
Cebolla	1	cabeza

En una cacerola se derrite manteca, haciendo dorar en ella, cebolla, un corazón de lechuga y jamón crudo todo finamente picado, añadiendo media cucharada de harina, se revuelve un momento y se echa caldo, puré de tomates y vino seco sazonando con sal y pimienta, se hace hervir 20 minutos y por último se echan las arvejas.

Arvejas con huevos

Arvejas	1	kilo
Manteca	2	cucharadas
Cebolla	1/2	cabeza
Huevos	3	

Se hierven las arvejas sin sal, y con un terroncito de azucar, una vez cocidas se retiran del fuego y se escurren en un colador.

En una cacerola se derrite la manteca, haciendo dorar en ella media cabeza de cebolla blanca finamente picada, cuando ha tomado color se añaden las arvejas sazonando con sal y pimienta al gusto, se tapa y se deja cocer 20 minutos. Un momento antes de servir se baten los huevos, se vierten sobre las arvejas y se mezcla rapidamente hasta que se cuecen, pero sin dejar que se endurezcan.

Arvejas al sarten

Arvejas	1 1/2	tazas
Cebolla	1/2	taza
Aceite	3	cucharadas
Ajo	1	diente
Tomates	2	
Huevos	8	
Caldo	2	cucharones

En una sarten de fierro se calienta el aceite, friendo en él cebolla finamente picada, cuando está tomando color se agrega el ajo cortado muy fino y en seguida los tomates cortados en rodajas y las arvejas sancochadas, se sazona con sal y pimienta, y se añade el caldo, tapando la sarten y dejando cocer suavemente. Cinco minutos antes de servir se rompen 8 huevos de uno en uno sobre las arvejas, para que se cuezan enteritos, de modo que sea uno para cada persona.

Arvejas saltadas

Arvejas	1 1/2	kilos
Tocino	1/4	kilo
Zanahorias	5	grandes
Cebollas	2	cabezas
Manteca	3	cucharadas
Vino blanco	1	vasito
Huevos	3	

Se cuecen por separado las arvejas y las zanahorias. En una olla de fierro o en una cacerola se derrite la manteca, colocando una capa de arvejas, una de cebolla cortada en rodajas, otra de zanahorias, otra de tocino cortado en lonjas finitas y así se vuelve a empezar con las arvejas y continuando con lo demás en la forma que se ha indicado hasta terminar, se añade un vasito de vino blanco y se deja cocer lentamente.

Se sirve adornada con huevos duros bien sea en rebanadas o rallados en el rallador haciendo los dibujos que se quiera.

Arvejas con salchichas

Arvejas	1 kilo
Salchichas	1/2 kilo
Tomates	2
Cebolla	1/2 cabeza
Grasa de cerdo	1 cucharada
Caldo	2 cucharones

Se cuecen las arvejas con un terroncito de azúcar.

En una cacerola se pone una cucharada de grasa, cuando está caliente se frie la cebolla picada, una vez dorada se añade el ajo y en seguida los tomates, se deja freir unos minutos y se agrega las salchichas cortadas en pedacitos, se revuelve para que se fria y una vez algo cocidas se añade las arvejas y el caldo, se tapa y se deja cocer media hora.

Alcachofas en ensalada

Alcachofas	6
Aceite	3 cucharadas
Vinagre	2 cucharadas

Se escogen alcachofas tiernas, se parten en 4 pedazos, se quitan las primeras hojas, se corta las puntas de las otras y se cuecen en agua.

Una vez cocidas se escurren y dejan enfriar, colocándolas despues en una fuente bañándolas con aceite, vinagre, sal y pimienta.

En esta forma sirven para acompañar las carnes frias.

Alcachofas con salsa blanca

Alcachofas	4 o 6
Manteca	1 cucharada
Leche	1 taza
Harina	1 cucharada

Se lavan y antes de hervirlas en bastante agua con sal se cortan las puntitas de las hojas, quitando dos filas de hojas de la parte de abajo, cuando están cocidas se escurren y se sirven con una salsa blanca aparte. Se conocerá cuando están cocidas atravesándolas con una aguja gruesa que debe entrar facilmente.

Alcachofas rellenas

Pan rallado	2	cucharadas
Alcachofas	8	
Carne picada	4	cucharadas
Chorizos	4	
Apio	2	
Perejil picado	3	cucharadas
Aceite	2	tacitas
Manteca	1	cucharada

Se lavan y sancochan las alcachofas, se escurren, se les saca el corazón y se corta las puntas de las hojas.

En una cacerola se derrite manteca friendo en ella cebolla finamente picada, carne, chorizos sin la tripa, apio cocido, y perejil, se sazona con sal, nuez moscada y pimienta y se rellenan con esto las alcachofas.

Se colocan paraditas en una olla de fierro, se vierte sobre cada una un poco de aceite y se echa en la olla el relleno que haya sobrado, se tapa hermeticamente y se cuecen al vapor.

Alcachofas Yockey-Club

Alcachofas	8	
Hongos	10	o 15
Cebolla	1	
Perejil picado	4	cucharadas
Manteca		
Aceite		
Tocino		
Harina		
Caldo		

Se hierven las alcachofas 5 minutos, se sacan y se ponen en agua fria, despues se estrujan para que no les quede agua.

Se quita la pelusa interior de las alcachofas, se condimentan con sal y pimienta y se frien en 6 cucharadas de aceite.

Aparte se ponen 2 cucharadas de manteca se frie cebolla muy finamente picada, cuando está dorada se añade perejil y hongos en conserva todo picado, una vez dorado se quitan las verduras, si la manteca que queda es poca se aumenta un poquito mas friendo en ella 3 cucharadas de tocino rallado, cuando el tocino esta dorado se añade 1 cucharadita de harina revolviendo rapidamente y por ultimo se agregan las verduras que se han frito anteriormente y un cucharón de caldo, sazonando con sal y pimienta, se deja en el fuego 5 minutos mas y se saca llenando el hueco de las alcachofas con esta pasta y tapando con un cuadrito de tocino la boca para que no salga el relleno, se ata cada alcachofa con un hilo, se acomodan en una cacerola de modo que queden paraditas, se vierten dos cucharadas de caldo sobre ellas, se tapan y se hacen cocer hasta que estén a punto.

Acelgas en bocaditos

Acelgas	3	atados
Cebolla	1	cabeza
Manteca	1	cucharadita
Huevos	5	
Queso rallado	2	cucharadas
Grasa		lo suficiente para freir

Se cuecen las acelgas, se escurren y se quitan los troncos gruesos, picándolas muy finas.

En una cacerola se derrite manteca friendo en ella cebolla finamente picada, cuando esta dorada se echan las acelgas sazonando con sal, pimienta y queso rallado, se retira del fuego y se añaden 3 huevos batidos.

En una cuchara se levanta una porción de esta pasta se pasa por huevo batido y pan rallado y se frien en grasa caliente.

Se sirven en una fuente adornada con trocitos de pan frito y huevos duros cortados en rodajas

Acelgas a la mendocina

Acelgas	4	atados
Manteca	1	taza
Limón	1	
Leche	1	taza
Azúcar	2	cucharaditas
Pan francés	8	rebanaditas
Harina	1	cucharada

Despues de cocidas las acelgas y separada la parte gruesa de los troncos, se muelen. En una cacerola se ponen 2 cucharadas de manteca, cuando está derretida se echan a freir las acelgas junto con una cucharada de harina, 2 de azúcar, 1 taza de leche, sal y pimienta al paladar, se deja hervir, hasta que toman consistencia, un momento antes de servir se exprime el jugo de un limón.

Se acompañan con rebanadas de pan fritas en manteca.

Acelgas combinadas

Acelgas	4	atados
Garbanzos	1/4	Kilo
Zanahorias	4	
Cebolla	1	
Caldo	2	cucharones
Manteca	2	cucharadas

Se hacen cocer acelgas con zanahorias y garbanzos, despues de cocidas se pican finamente cortando las zanahorias en rebanadas. En una cacerola se derriten 2 cucharadas de manteca haciendo freir en ella una cebolla picada, cuando está dorada se añaden las acelgas, zanahorias, garbanzos, y el caldo, sazonando con sal y pimienta.

Acelgas con jamón

Acelgas	4	atados
Aceite	4	cucharadas
Cebolla	1	
Jamón	4	lonjas
Ajos	1	diente

Despues de cocidas las acelgas y escurridas, se pican finamente. Se calientan 4 cucharadas de aceite y se frie una cebolla trinchada, cuando está dorada se echa el jamón picado, se frie lijeramente y por último se echan las acelgas sazonando con sal y pimienta, para que salgan jugosas se añade uno o dos cucharones de caldo.

Acelgas guisadas

Acelgas	6	atados
Aceite	4	cucharadas
Pimientos	2	
Papas	3	
Tomates	2	grandes
Cebolla	1	
Ajos	1	diente
Huevos	8	

Despues de cocinadas y escurridas, se pican. Se calienta aceite y se frie en él, cebolla. ajo, pimientos, y tomates todo cortado muy fino, cuando todo se ha frito se echan las acelgas, sazonando con sal y pimienta y por último se añaden las papas cocidas y picadas.

Se sirven con huevos fritos.

Acelgas con porotos

Acelgas	6	atados
Tomates	2	
Porotos	1/2	kilo
Aceite	1	tacita
Cebolla	1/2	cabeza
Pimientos	1	
Ajo	1	diente

Se hierven las acelgas en agua caliente en buena cantidad, añadiendo un terroncito de azúcar, una vez cocidas, se escurren y se pican finamente.

Los porotos si son secos, se remojan en agua tibia hasta que se les afloje la piel y se la pueda quitar facilmente, entonces se los pone a cocer en agua fria sin sal, hasta que esten blandos, se retiran del fuego y se escurren.

En una cacerola se pone una tacita de aceite, una vez caliente se frie la cebolla picada, añadiendo despues el ajo, tomate y pimientos todo cortado finamente, se revuelve unos minutos y se agregan las acelgas, se sazona con sal, pimienta y orégano, se dejan freir un rato y por último se añaden los porotos y uno o dos cucharones de caldo, haciendo cocer a fuego lento, si se secaran demasiado se puede poner mas caldo para que resulten jugosas.

Acelgas a la cocotte

Acelgas	8	atados
Leche	1	tacita
Manteca	2	cucharadas
Tomates	2	grandes
Huevos	8	
Cebolla	1/2	cabeza

Despues de cocidas y escurridas las acelgas, se pican finamente.

En una cacerola se pone una tacita de manteca, antes que acabe de derretirse se echa la cebolla picada, cuando ha tomado un color dorado, se añaden las acelgas, se sazona con sal y pimienta y se dejan freir un rato revolviendo siempre, por último se agrega una tacita de leche y se deja cocer hasta que se consuma.

Con los tomates se hace un puré, sancochándolos y pasandoles por la máquina de hacer puré, echandoles caldo para que salga toda la pulpa. En un sartencito se calienta una cucharada de aceite, friendo en

él un diente de ajo, cuando esta dorado se añade el tomate sazonando con sal y pimienta y se deja cocer hasta que se reduzca hasta formar un puré suave.

Las cocotte de porcelana se untan con mantaca y se polvorean con pan rallado, se llenan hasta la mitad con la pasta de acelgas, despues se pone en cada una un poco de puré de tomate y por último se quiebra un huevo sobre cada una, se entran al horno hasta que los huevos esten cocidos pero tiernos y se sirven en seguida.

Acelgas con carne

Acelgas	4 atados
Carne	1/4 kilo
Grasa de cerdo	1 cucharada
Cebolla	1/2 cabeza
Ajos	1 diente
Tomates	2
Pimientos	2
Laurel	1 hoja
Caldo	2 cucharones
Papas	8 grandes

Cocidas las acelgas se pican muy finas.

Se derrite una cucharada de grasa, una vez caliente se frie la cebolla y despues el ajo, añadiendo luego los tomates y pimientos picados, se revuelve un rato y se agregan las acelgas haciendolas freir unos diez minutos, sazonando con sal, pimienta, nuez moscada, 1 hojita de laurel y por último se añade la carne que debe ser cocida, puede utilizarse carne del pecho, se la pica y se la trincha con el cuchillo como para albondigas, se la deja freir un rato y se añaden papas cocidas y un cucharon de caldo, se tapa y se deja cocer media hora.

Acelgas a la criolla

Acelgas	4 atados
Manteca o grasa	2 cucharadas
Caldo	1/2 taza
Leche	1 taza
Papas	4
Zanahorias	4
Cebolla	

Se cuecen las acelgas, se escurren y se aprietan fuertemente con las manos para extraerles toda el agua.

Aparte se frie 1 cucharada de cebolla muy bien picada en la manteca caliente, se agrega la acelga, las zanahorias y papas cortadas en rebanadaditas; cuando todo está frito se deja a fuego lento hasta que las papas y zanahorias se cuecen y se sirve.

Apios al gratin

Apio	8 tallos
Manteca	1 cucharada
Queso rallado	2 cucharadas
Pan rallado y cernido	3 cucharadas

Se cortan los apios en trozos regulares, se lavan en agua fria y se echan en una cacerola con agua hirviendo, agregando un poco de sal; despues de 10 minutos de ebullición se sacan, se escurren y se po-

nen en una cacerola de saltar con la mitad de la manteca y 1/2 taza de agua o caldo tapando hermeticamente la cacerola para que la cocción se termine al vapor y teniendo cuidado de darlos vuelta con cuidado para que no se peguen ni desarmen; cuando estan bien cocidos se escurren, se ponen en un plato resistente al horno polvoreando encima queso y pan rallado y poniendo el resto de la manteca en pedacitos del tamaño de un garbanzo. Se entra al horno dejando 10 minutos para que se doren y se sirve.

Apios con mayonesa

Apio	8 tallos
Salsa mayonesa	6 cucharadas
Wucces	8
Perejil picado	3 cucharadas
Aceitunas	8

Se lavan los apios en agua fria y se echan en una cacerola con agua hirviendo agregando un poquito de sal y haciendolos hervir hasta que queden blandos; entonces se sacan, se escurren, se dejan enfriar y se ponen en una fuente mezclándolos con las nueces peladas y cortadas en pedacitos y cubriendo con la salsa mayonesa.

Se adorna con el perejil y aceitunas y se sirve.

Berenjenas centenario

Berenjenas	4 ó 6
Jamón	4 lonjas
Manteca	1 cucharada
Huevos	3
Cebolla	1/2 cabeza
Tomates	1
Pimientos	1
Queso rallado	1 cucharada
Pan rallado	1 taza
Miga de pan	1 tacita

Se cuecen las berenjenas, luego se parten y con una cuchara se quitan las semillas y parte de la pulpa, y se rellena con la preparación siguiente: se pone en manteca cebolla picada, cuando está dorada, se añade la pulpa y las semillas que se han quitado a las berenjenas, tomates y pimientos todo picado, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se deja cocer, un momento antes de retirar del fuego se añade miga de pan mojada en leche y exprimida, se revuelve un poco y se saca, fuera ya del fuego se agrega el jamón picado, queso rallado y dos huevos batidos. Despues de rellenas las berenjenas se pasan por huevo batido y pan rallado y se frien en grasa caliente.

Tambien se pueden rellenar con un picadillo de perdices cocidas fritos en manteca y mezclado con puré de espinacas.

Berenjenas revueltas

Berenjenas	6 u 8
Aceite	3 cucharadas
Cebolla	1
Tomates	3
Huevos	2

Se cortan las berenjenas en rebanadas finas y se ponen en agua fresca durante una hora.

En una cacerola se frie en aceite caliente una cabeza de cebolla picada, cuando empieza a dorarse se añade las berenjenas despues de escurridas, sazonando con sal y pimienta, se deja cocer algunos minutos removiendo con una cuchara de palo y por último se añade 3 tomates despojados de la piel y las semillas, cortados en rebanadas, se hace cocer hasta que las berenjenas esten tiernas, entonces se baten dos huevos y se les echa encima removiendo rapidamente uno minutos, en seguida se sirve.

Berenjenas con salsa

Berenjenas	6
Aceite	1 taza
Piñones molidos	1 cucharada
Perejil picado	3 cucharadas
Tomates	2

Despues de lavadas se cortan a lo largo como para hacer papas fritas, se pone abundante aceite en una sarten y se frien allí las berenjenas sin sal, cuando estan doradas se sacan y se colocan en una cacerola, en el aceite que queda en la sarten se frien 2 dientes de ajo, una cucharada de perejil y dos tomates picados sazonados con sal, pimienta y una hebrita de azafran, cuando esta salsa está a punto se retitira, se echan allí los piñones molidos y todo junto se vierte sobre las berenjenas, se pone la cacerola al fuego y se cuece todo junto 10 minutos.

Berenjenas rellenas

Berenjenas	5
Cebolla	1/2 cabeza
Queso rallado	1 cucharada
Huevos	3
Aceite	2 cucharadas
Harina	1/2 taza

Se cuecen las berenjenas enteras en agua con sal, despues de cocidas se parten por la mitad al largo, se les hace un hueco en el centro y se rellena con la preparación siguiente:

Se frie cebolla en aceite caliente, añadiendo en seguida una berenjena cocida picada finamente, 1 cucharada de queso rallado y otra de pan, se sazona con sal y pimienta y por último se agrega dos huevos batidos, cuando todo está cocido se retira y se rellena las berenjenas con esa pasta, en seguida se pasan por huevo batido con harina y se frien.

Cardo a la parmesana

Cardo	1
Queso	1 tacita
Manteca	1 tacita

Se da el nombre de cardo al tronco de la planta que da las alcachofas, que sometida a un cultivo especial, no dá frutos, obteniendo en cambio un desarrollo especial del tallo que es lo que se aprovecha.

Se toma el cardo, se despoja de las hojas y de las fibras gruesas, se corta en pedazos regulares y se cuece en agua con sal.

En una asadera se extiende una capa de manteca, se polvorea con buen queso Parmesano rallado, se colocan encima los cardos, se pone manteca y queso encima haciéndo cocer durante 5 minutos al horno.

Del mismo modo se preparan los apios blancos, solo que el apio se parte al largo.

Coliflores con salsa blanca

Coliflor	4 de regular tamaño
Salsa blanca	1 taza

Se cuecen los coliflores con un terroncito de azùcar, una vez cocidos antes de que se enfrien se los acomoda en una fuente, se los baña en salsa blanca y se sirven.

Coliflores a la parmesana

Coliflores	4
Salsa blanca	1 taza
Queso rallado	4 cucharadas
Manteca	2 cucharadas
Pan rallado	2 cucharadas

Despues de cocidos los coliflores, se les quitan los troncos. En una fuente que resista el fuego se pone manteca derretida, encima los coliflores, se los baña con salsa blanca en que se habrá mezclado queso rallado y por último se cubren con pan y queso rallado, se pone la fuente al horno cuando estan dorados se sirve.

Coliflores en ensalada

Coliflores	2
Papas	4
Huevos	3
Zanahorias	4

Se cuecen por separado todas las verduras, y los huevos, cuando estan cocidos se dejan enfriar.

En una fuente redonda y plana se ponen los coliflores sin el tronco formando corona, las papas se cortan en pequeños dados y con ellos se forma una piramide en el centro de la fuente, se raspan las zanohorias y se cortan en redondelas y con ellas se adorna el borde de la fuente, por último se separan las yemas que deben estar cocidas y duras, se rallan en el rallador y con esto se adorna la ensalada haciendo dibujitos de la forma que se desee.

En una taza se ponen 3 cucharadas de aceite, 2 de vinagre, 1/a de salsa inglesa, sal y pimienta, se bate con un tenedor y cuando todo está mezclado se vierte sobre las verduras.

Coliflores con tomates

Coliflores	3
Aceite	3 cucharadas
Tomates	3
Cebolla	1¦2 cabeza

Se lavan los coliflores y se les quitan los troncos. En una cacerola se pone aceite, friendo en el cebolla finamente picada, cuando está dorada, se añaden tomates cortados en rebanadas, cuando estan algo cocidos se retiran las pieles que se desprenden y por último se echan los coliflores, sazonando con sal y pimienta, se tapa y se deja cocer a fuego lento, añadiendo caldo cuantas veces sea necesario hasta terminar la cocción.

Coliflores con leche

Coliflores	4
Manteca	2 cucharadas
Leche	1 litro
Cebolla	1|2 cabeza
Queso rallado	2 cucharadas

Despues de lavadas y quitados los troncos se hierven en leche hasta que se cuecen. En una cacerola se pone manteca. friendo en ella cebolla picada hasta que se dore, entonces se echan las coliflores divididas en pequeños pedazos, queso rallado, sazonando con sal y pimienta; se deja cocer unos minutos y se sirve.

Coliflores mignón

Coliflores	3
Manteca	3 cucharadas
Harina	1 cucharada
Nuez moscada	1|2 cucharadita
Huevos	4

Se cuecen las coliflores en agua con sal, cuando estan blandas se escurren y se colocan en una fuente bañandolas con la salsa siguiente: En una cacerola se derrite manteca, añadiendo en seguida una cucharada de harina, se revuelve sin cesar para que no se queme, cuando ha tomado un color oscuro, se añaden dos cucharones de caldo, raspaduras de nuez moscada y pimienta blanca, se deja cocer, si se pusiera muy espesa se aumenta caldo, antes de servir se retira del fuego y se agregan 4 yemas lijeramente batidas, se revuelve rapidamente para que no se corten, una vez cocidas se vierten sobre las coliflores y se sirven.

Coliflores con jamon

Coliflores	3
Jamón	6 lonjas
Carne cocida	1|4 kilo
Miga de pan	1 tacita
Cebolla	1|2 cabeza
Perejil picado	2 cucharadas

Se sancochan las coliflores, despues de lavadas, en agua con sal.

Se cubre el fondo de una cacerola con lonjas de jamón y se colocan los pedazos del coliflor con el tronco hacia arriba llenándose los huecos con una mezcla de carne cocida, miga de pan mojada en caldo, cebolla, perejil, raspaduras de nuez moscada y pimienta blanca, todo muy picado y humedecido con caldo, se tapa hermeticamente y se deja cocer lentamente hasta que el caldo se consuma. Para servir se vacia con cuidado, quitando las lonjas de jamón. Si se quiere se puede servir con salsa de tomate.

Chauchas fritas

Chauchas	1/2 kilo
Harina	1 taza

Se cuecen las chauchas que deben ser tiernas y grandes en agua con sal, una vez cocidas se escurren y se les quita los filamentos; se pasan por harina seca y se frien en aceite muy caliente, una vez doradas se retiran y se sirven muy calientes solas o como decoración de cualquer otro plato.

Chauchas guisadas

Chauchas	1 kilo
Tocino	
Tomates	2
Cebolla	4 cabezas
Aceite	1 tacita
Huevos	8

Se ponen las chauchas en agua fria durante una hora, despues se escurren, se les quita los filamentos y se las corta en pequeños pedazos.

En una cacerola se calienta aceite, friendo en él una cebolla cuando esta, dorada se retira la cacerola del fuego y se pone en ella una camada de chauchas, otra de lonjas de tocino, otra de tomates cortados en rodajas delgadas, otra de chauchas y se continúa en la forma que se ha indicado hasta terminar, se sazona con sal y pimienta, se tapa hermeticamente y se pone a fuego moderado durante dos horas, las chauchas son duras de cocer por eso se necesita tanto tiempo, hay que mirar de cuando en cuando, si se secan mucho se agrega caldo, una vez cocidas se sirven con huevos fritos por encima.

Chauchas al jugo

Chauchas	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Perejil picado	1 cucharada
Limón agrio	1

Desdues de cocidas las chauchas se les quitan los filamentos. En una cacerola se derrite manteca, se añaden las chauchas y el perejil picado, sal, pimienta, el jugo de medio limón y una tacita de caldo se revuelve durante diez minutos y se sirve.

Chauchas milord

Chauchas	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Almendras molidas	2 cucharadas
Huevos	3

Se cuecen y se les quita los filamentos cortandolas en pequeños pedazos.

En una cacerola se derrite manteca, friendo en ella lijeramente las chauchas, se sazona con sal y pimienta, añadiendo almendras molidas, tres yemas de huevos duros machacadas y dos cucharones de caldo, despues de media hora de cocción se sirven.

Chauchas argentinas

Chauchas	1 kilo
Aceite	6 cucharadas
Manteca	2 cucharadas
Cebolla	2 cabezas
Perejil picado	2 cucharadas
Carne de cerdo salada	1 pedazo
Caldo, lo suficiente	

Se lavan las chauchas y se les quitan los filamentos cortándolas en pedazos. En una olla se colocan las chauchas cubriéndolas totalmente con buen caldo, se añaden 6 cucharadas de aceite, 2 de manteca, perejil picado, cebolla cortada en rebanadas, pedacitos de carne de cerdo salada, pimienta y raspaduras de nuez moscada, se hace cocer en fuego moderado durante 4 horas hasta que las chauchas estén perfectamente cocidas, si se secaran demasiado durante la cocción, se añadirá caldo, porque al servirlas deben estar muy jugosas.

Chauchas con vino

Chauchas	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Cebolla	1/2 cabeza
Vino blanco	1 vaso

En una cacerola se derrite manteca, dorando en ella cebolla picada, cuando está a punto se añaden las chauchas cocidas, un vaso de vino, sal, pimienta y nuez moscada, se dejan cocer hasta que el vino se reduce y se sirve.

Chauchas con salsa de huevo

Chauchas	1 kilo
Perejil picado	2 cucharadas
Manteca	3 cucharadas
Huevos	3
Vinagre o jugo de limon	1 cucharada

Se derrite manteca con dos cucharadas de perejil picado, añadiendo en seguida las chauchas cocidas, se revuelve durante cinco minutos, y en el momento de servir se añaden tres yemas duras desleidas en vinagre o jugo de limón, se revuelve y se sirve. Se sazona con sal y pimienta.

Chauchas rellenas

Chauchas francesas	1/2 kilo
Sardinas	1 cajita
Manteca	1/2 cucharada
Harina	1/2 cucharada
Leche	1 tacita
Huevos	2
Sal, pimienta, pan rallado, grasa para freir	

Se ponen las chauchas en una cacerola con agua hirvieddo y se hacen hervir hasta que queden cocidas. Se sacan, se dejan enfriar y se abren por el medio pero sin separar las dos hojas.

Se saca la piel y espinas a las sardinas, se desarman con un tenedor hasta convertirlas en una pasta y se mezclan con una salsa crema

hecha con la manteca, harina, leche, 1 yema de huevo, se condimenta con un poquito de sal y pimienta. Se rellenan las chauchas con esta pasta, se cierran, se pasan por huevos batidos y pan rallado y se frien en grasa muy caliente.

Se sirve con la salsa que se prefiera.

Espinacas al horno

Espinacas	8 atados
Queso rallado	4 cucharadas
Manteca	4 cucharadas

Se lavan las espinacas y se hierven; una vez cocidas y despues de escurridas, se pican finamente, soltandolas en dos cucharadas de manteca, se sazonan con sal y pimienta agregando dos cucharadas de queso rallado

En una fuente de metal untada con manteca, se colocan las espinacas, rociandolas con manteca derretida y polvoreada con queso rallado, se entran al horno y una vez doradas se sirven.

Espinacas a la crema

Espinacas	8 atados
Manteca	2 cucharadas
Pan francés	16 rebanadas
Huevos	4
Leche o crema	3 cucharadas
Nuez moscada	1/2 cucharada

Despues de hervidas se sacan y se ponen en agua fria, escurriendolas despues en una servilleta. Se pican finamente y se saltan en dos cucharadas de manteca, sazonando con sal, pimienta, nuez moscada y media cucharadita de azùcar agregando al último dos cucharadas de crema o sino leche, mientras se preparan deben removerse constatemente.

Se sirve en rebanadas de pan frito y con huevos duros partidos por la mitad.

Espinacas con leche

Espinacas	8 atados
Leche	1 taza
Huevos	4
Pan rallado	2 cucharadas
Manteca	3 cucharadas
Nuez moscada	1/2 cucharadita

Despues de lavados y separados de los troncos se cuecen en agua y sal, una vez cocidas se escurren y se pican finamente.

En una cacerola se pone una taza de leche, 3 cucharadas de manteca y 2 de pan rallado, se deja hervir un poco y se añaden las espinacas sazonando con sal, pimienta y nuez moscada, despues de 10 minutos se sirven con huevos duros partidos por la mitad.

Espinacas Lolita

Espinacas	8 atados
Manteca	1 taza
Harina	1 cucharada
Pan frances	3 de los chicos
Caldo	2 cucharones

Despues de lavadas y separadas de los troncos, se hierven en agua abundante con un poco de sal, una vez cocidas se retiran del fuego, se escurren en el colador y se bañan en agua fria, se estrujan despues entre los dedos para que no les quede agua y se extiende sobre la mesa para que se refresquen rapidamente, una vez fria se las pica durante cinco minutos

En una cacerola se ponen dos o tres cucharadas de manteca, 1 cucharada de harina y un poco de sal, se remueve durante 3 minutos y se echan las espinacas dando vueltas durante cinco minutos para que no se peguen, entonces se vierte un cucharon de caldo o leche, se continua meciendo y a los pocos minutos se añade otro cucharon de caldo, se deja cocer removiendo siempre para que no se peguen, cuando están a punto se retiran del fuego, se agregan dos cucharadas de manteca fria se revuelve para que se mezcle sin poner al fuego y se sirve rodeando la fuente con pan frito.

El pan se prepara dandole forma triangulos que luego se frien en manteca.

Espinacas con pan frito

Espinacas	6	atados
Papas	4	
Manteca	2	cucharadas
Huevos	3	
Leche	1	taza
Pan francés	16	rebanadas

Se cuecen por separado las espinacas y las papas. Una vez cocidas las papas se pasan por la máquina de hacer puré y las espinacas despues de enfriadas se pican finamente.

En una cacerola se derrite dos cucharadas de manteca, se echan las papas y espinacas, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se revuelve rapidamente y por último se añade la leche, si no fuera suficiente para que se forme una pasta suave, se añade mas leche.

Aparte se cortan rebanadas de pan frances que se frien en manteca o aceite según el gusto, si se quiere se pone en cada una un poco de paté de hígado de cerdo y encima la pasta de espinacas, adornando por último con huevos duros en rebanadas o picados finito y se sirve.

Espinacas con arroz

Espinacas	6	atados
Arroz	1/4	kilo
Aceite	3	cucharadas
Cebolla	1/2	cabeza
Ajo	1	diente
Caldo	4	cucharones

Despues de cocidas las espinacas con una cucharadita de azúcar, se las deja enfriar trinchándolas despues finamente.

En una cacerola se ponen dos cucharadas de aceite, cuando está bien caliente se frie la cebolla finamente picada, cuando esta algo dorada se añade el ajo cortado en pedacitos y por último se echan las espinacas, sazonando con sal, pimienta y nuez moscada, se tapa y se deja cocer lentamente.

En una sarten se pone una cucharada de aceite, cuando está bien caliente se echa el arroz y se revuelve rapidamente para que no se queme, hasta que el arroz toma un color blanco opaco, entonces se retira y se lo echa en la cacerola de las espinacas se revuelve un poco, y

se añaden 4 cucharones de caldo, se tapa y se deja cocer hasta que el arroz está blando, se conoce el punto, tomando un granito de arroz entre los dedos y apretándolo, si se deshace sin dejar ninguna dureza ya esta.

Espinacas saltadas con tomates

Espinacas	6 atados
Tomates	1 grande
Pimientos	2
Cebolla	1/2 cabeza
Ajos	1 diente
Aceite	2 cucharadas
Caldo	1 cucharón

Se hierven las espinacas, despues de cocidas se escurren y se pican finamente.

En una cacerola se ponen 2 cucharadas de aceite, una vez caliente se frie la cebolla picada, cuando está a medio dorar se añade el ajo y por último el tomate sin la piel, y los pimientos, todo finamente picado

Para quitar la piel al tomante basta introducirlo en agua hirviendo unos minutos, la piel se arruga y se puede quitar facilmente.

Se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y se echan las espinacas haciendolas freir unos 20 minutos, removiendo siempre para que no se peguen, por último se añade un cucharon de caldo y se deja cocer lentamente hasta que se consuma.

Espinacas revueltas

Espinacas	8 atados
Manteca	2 cucharadas
Huevos	3
Queso rallado	2 cucharadas

Despues de cocidas y estrujadas, se pican finamente, saltándolas durante un cuarto de hora en manteca, sazonando con sal y pimienta, un momento antes de servir se añade el queso rallado y 3 huevos batidos, se revuelve rapidamente teniendo cuidado de que no hierva para que el huevo no se cuaje y se sirve.

Espinacas caseras

Espinacas	8 atados
Piñones	1 tacita
Pasas	2 cucharadas
Ajos	2 dientes
Aceite	2 cucharadas

Despues de cocidas las espinacas se trinchan perfectamente. En una cacerola se pone aceite, cuando está caliente se echan los piñones hasta que se doren, se añade en seguida las espinacas, dos dientes de ajo molidos, pasas, sal y pimienta, se frie un rato y se agrega un poco de agua en que se han cocido las espinacas para que no salgan secas. Si se quiere se sirven con pan frito en aceite.

Espinacas en puré

Espinacas	8 atados
Manteca	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Caldo	1/2 taza

Se cuecen las espinacas según las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo y despues de machacarlas hasta convertirlas en un puré, se procede de la manera siguiente: se derrite la manteca acercándola a fuego muy suave, se incorpora la harina, (la manteca se pondrá una cucharada), mezclando durante 3 minutos y desarmando bien los grumos, se agregan las espinacas removiendo durante 5 minutos con cuchara de madera, se condimenta con sal, se agrega poco a poco y sin dejar de mezclar, el caldo. En el momento de servir se agrega el resto de la manteca y un poquito de nuez moscada.

Espárragos a la flamenca

Espárragos	3 docenas
Manteca	2 cucharadas
Huevos cocidos duros	4
Jugo de limón agrio	3 cucharadas
Sal, pimienta	

Se cuecen los espárragos segun las indicaciones que se dan.

Se prepara una salsa con la manteca, jugo de limón, sal y pimienta (ver salsa de manteca).

Se pone en una salsera.

Se colocan los espárragos en una fuente y alrededor los huevos duros partidos por la mitad.

Espárragos a la milanesa

Espárragos	4 docenas
Manteca	1 cucharada
Queso rallado	4 cucharadas
Pan rallado y cernido, sal pimienta molida	

Se cuecen los espárragos segun las indicaciones que se dan.

Se unta con manteca una fuente de loza que resista al horno, se polvorea con pan rallado, se colocan los espárragos de manera que las puntas queden en el centro y los cabos fuera, se polvorea la parte comible con el queso y despues con el pan rallado, se ponen encima pedacitos de manteca del tamaño de un garbanzo, se polvorea con sal fina y pimienta, se cubre con un papel grueso los cabos de los esparragos y se pone a dorar en el horno durante 10 o 12 minutos.

Espárragos a la holandesa

Yemas de huevos	4
Espárragos	4 docenas
Leche o caldo	2 tazas
Harina	2 cucharadas
Manteca	2 cucharadas
Cebolla, perejil, nuez moscada, sal y pimienta	

Se cuecen los espárragos agregando en el agua de la cocción la cebolla y nuez moscada.

Se hace una salsa a la crema (ver salsa a la crema) con la leche o caldo, la manteca y harina, se agregan las yemas de huevo, el perejil picado; se sazona con sal, pimienta blanca y nuez moscada. Se pone en una salsera. Los espárragos se ponen encima de una servilleta doblada, se colocan en una fuente y se sirve caliente.

Garbanzos con acelgas

Garbanzos	2 tazas
Acelgas	1 atado
Tocino picado	1 cucharada
Aceite o manteca	1 cucharada
Cebolla picada	1|2 cucharada
Ají pimiento	1
Caldo	1 cucharón

Despues de remojar, cocer y pelar los garbanzos segun las indicaciones que se dan en el capítulo respectivo, se procede de la manera siguiente:

Se cuecen las acelgas segun las indicaciones que se hacen en el capitulo respectivo, se sacan, se escurren, se quitan los tallos y se muelen las hojas hasta convertirlas en un puré.

Se calienta el aceite o manteca, se frie la cebolla agregando el aji, tocino, despues que está dorado se frien las acelgas, se agrega un cucharón de caldo y los garbanzos cocidos, se mezcla y se deja un rato a fuego lento.

Habas al vapor

Habas	1 kilo
Aceite	1/2 taza
Tocino	12 lonjas
Huevos	8

Se ponen las habas en agua fria durante dos horas, despues se las saca y corta en rodajas de tres centímetros, cáscara y todo, las habas deben ser frescas y tiernas.

En una cacerola se pone aceite, cuando está caliente se echan 12 lonjas de tocino flaco y un diente de ajo, antes de que el tocino se dore se añaden las habas despues de escurridas, se sazona con sal y pimienta, se tapa hermaticamente y se hace cocer a fuego lento durante 2 horas, si se secaran demasiado, se añadirá un poco de caldo, pero casi nunca es necesario porque las habas sueltan mucho jugo. Una vez cocidas se sirven con huevos fritos.

Habas a la crema

Habas	1 kilo
Perejil picado	2 cucharadas
Cebolla	1 cabeza
Harina	1 cucharada
Manteca	2 cucharadas
Huevos	3
Leche	1 tacita

Se quita la voina a las habas y se cuecen sin sal, una vez cocidas se les quita la cascarilla.

En una cacerola se derrite manteca, se frie en ella cebolla finamente picada, cuando está dorada se añaden las habas despues de escurridas, el perejil picado y una cucharada de harina, se revuelve para que la harina se fria sin quemarse, cuando ha tomado color se echan dos cucharones de caldo, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se tapa y deja cocer. Cuando están cocidas se agregan tres yemas batidas con leche y se sirven.

Habas a la española

Habas	1 kilo
Vino blanco	1 vaso
Hongos	6 o 7
Cebolla	1 cabeza
Perejil picado	2 cucharadas
Manteca	2 cucharadas
Alcachofas	2

Se cuecen las habas, despues de quitarles la vaina, en agua con sal.

Se frie en manteca 1 cebolla finamente picada; cuando está dorada se añaden los hongos y el perejil picado, si los hongos son secos se remojaran antes en agua fria durante una hora, se revuelve un poco y se añaden 2 cucharones de caldo y un vaso de vino, se deja cocer diez minutos en fuego muy suave y se añaden las habas y alcachofas cocidas, estas últimas cortadas en pedacitos, se sazona con sal y pimienta y se deja cocer durante media hora.

Se sirven bañadas con una salsa crema muy espesa o bien solas, es cuestión de gusto.

Habas secas con arroz

Habas secas	1/2 kilo
Azafran	1 hebra
Arroz	1/4 kilo
Ajos	2 dientes
Aceite	4 cucharadas
Cebolla	1/2 cabeza

Se lavan las habas en agua fria repetidas veces y despues se las pone a hervir, retirandolas del fuego cuando estan cocidas, pero sin quitarles el agua hasta el momento de emplearlas.

En una cacerola se pone aceite, cuando está caliente se frie cebolla picada, una vez dorada se agregan las habas despues de escurridas, se las frie un poco y un cuarto de hora antes de servirlas, se les echa el arroz que debe ser de muy buena clase, se sazona con sal y pimienta y se añaden 2 cucharadas de caldo y una tacita de agua en que se habrá disuelto una hebra de azafran y dos dientes de ajo molidos, se deja cocer y cuando el arroz está a punto se sirve.

Lentejas al natural

Lentejas	1 taza
Manteca	1 cucharada
Cebolla picada	1 cucharada

Despues de cocer las lentejas segun las indicaciones que se hacen en el capítulo respectivo, se dejan en la misma cacerola sacando un poco de agua si fuera necesario, se agrega despues la manteca, sal y la cebolla dejando a fuego lento durante 10 a 20 minutos.

Nota. Las lentejas se cuecen lo mismo que los porotos secos.

Lentejas saltadas

Lentejas	1/2 kilo
Manteca	2 cucharadas
Perejil picado	1 cucharada
Panes	2
Cebolla	1/2 cabeza

Se dora cebolla en manteca añadiendo en seguida las lentejas cocidas y el perejil picado, se sazona con sal y pimienta y se hacen saltar durante diez minutos, sirviendose en seguida con trocitos de pan frito.

Puré de lentejas

Lentejas	1/2 kilo
Manteca	1 cucharada
Leche	1 taza

Se cuecen las lentejas que se deshacen luego hasta reducirlas a una pasta, se añade manteca, leche, sal y pimienta, se acerca al fuego removiendo siempre y despues de cinco minutos se sirve muy caliente Este puré sirve para acompañar milanesas, bifes o carnes asadas.

Lentejas con tocino

Lentejas	1/2 kilo
Tocino	4 lonjas
Tomates	3
Cebolla	1 cabeza
Jamón	8 rebanaditas

Se cubre el fondo de una cacerola con lonjas de tocino, se ponen encima las lentejas y se cubre con rebanadas de tomates, se sazona con sal y pimienta y bien tapadas se dejan cocer lentamente, a tiempo de servir se quita el tocino y se rodea la fuente de pedacitos de jamón frito.

Merlitones rellenos a la criolla

Merlitones	8
Hígado de gallina o pollo	4
Manteca	1 cucharada
Huevos	4
Miga de pan francés	1/2 taza
Leche	1/2 taza
Pan rallado, sal, pimienta	

Se ponen los merlitones en una cacerola, se cubren con agua caliente, se agrega sal y se hacen hervir a fuego vivo hasta que queden tan blandos que pueda penetrar con facilidad la punta de un tenedor. Se retiran, se parten por mitad, se sacan las semillas y con una cucharita se saca la pulpa teniendo cuidado de no romper la cáscara.

Se cuecen los hígados, se pican menudo, se mezclan con la miga de pan remojada en la leche, la pulpa de los merlitones, 1 huevo cocido duro y picado; se sazona con sal y pimienta y se agrega 2 yemas de huevo mezclando todo perfectamente.

Se rellenan con esta pasta la cáscara de los merlitones, se pone encima un pedacito de manteca del tamaño de un garbanzo, se polvorea con pan rallado y cernido y se ponen en el horno durante 20 minutos.

Merlitones con jamón

Se preparan como los merlitones a la criolla, sustituyendo los hígados por cuatro rebanadas de jamón picado muy fino.

Merlitones con diversos rellenos

Se preparan como los merlitones a la criolla, sustituyendo los hígados por 1 pechuga de pollo, la carne de 1 perdíz asada y picada, pescado, carne asada o hervida etc.

Porotos al natural

Porotos secos	2 tazas
Manteca	2 cucharadas
Cebolla picada	1 cucharada
Anco	1 rebanada

Despues de remojar y cocer los porotos según las indicaciones que se hacen en el capítulo respectivo, se dejan en la misma cacerola sacando un poco de agua si tuvieran demasiado.

Aparte se frie la cebolla muy bien picada en la manteca caliente, se echa en la cacerola donde estan los porotos agregando sal y pimienta y por último el anco cocido y desarmado como para un puré; se mezcla y se deja a fuego lento durante 15 o 20 minutos.

Se preferirá sacar los porotos con un poco de caldo porqué así resultan mas agradables.

Porotos peruanos

Porotos secos	1/2 kilo
Aceite	3 cucharadas
Tocino	1 lonja
Orégano y cuero de cerdo	cantidad suficiente

Se remoja los porotos durante 3 horas en agua fria y despues se ponen a cocer sin sal, cuando han dado el primer hervor se les cambia el agua que deberá estar también hirviendo dejandolos cocer en esta hasta que se pongan blandos, juntamente con pedacitos de tocino, cuero y orejas de cerdo y por último diez minutos antes de servirlos se frie un diente de ajo en aceite, se retira el ajo cuando está dorado y se vierte el aceite caliente sobre los porotos.

Porotos al horno

Porotos secos	1/2 kilo (2 tazas)
Grasa de cerdo	1 cucharada
Cebolla	1/2 cabeza
Cebollitas en escabeche	8
Vinagre	1 cucharada
Aceite	1
Huevos	2
Perejil picado	2 cucharadas

Se cuecen en agua sin sal y despues se les quita la piel. En una cacerola se pone grasa, cuando está caliente se frie cebolla, añadiendo en seguida los porotos cocidos, perejil cebollitas en escabeche, pimentón colorado, sal, pimienta, una cucharada de vinagre y otra de aceite, se revuelve y se vacia en una fuente que resista el fuego y se adorna con cebolla en escabeche picada finita y huevos duros cortados en rebanadas, se entra al horno un momento y se sirve.

Porotos frescos guisados

Porotos frescos	1 kilo
Cebolla	1/2 cabeza
Tomates	1
Pimiento	1
Manteca	1 cucharada

Se frie cebolla en manteca, añadiendo los porotos despues de quitadas las vaina y lavados en agua fria, se sazona con sal y pimienta, se frien lijeramente y se cubren con rebanadas de tomates y pimientos, se tapan y se dejan cocer suavemente, añadiéndoles caldo para que se mantengan jugosos hasta que estén perfectamente cocidos.

Porotos con salsa crema

Porotos frescos	1 kilo
Manteca	1 cucharada
Salsa crema	1 taza
Huevos	2
Cebolla	1/2 cabeza

Se cuecen los porotos en agua sin sal despues de quitarle la vaina. Se frie cebolla en manteca y se saltan allí los porotos ya cocidos con sal suficiente, se tienen en el fuego que debe ser suave durante diez minutos y se sirven cubriéndolos con una salsa crema y adornando la fuente con huevos duros picados.

Porotos con estofado de carne

Porotos secos	1/2 kilo (2 tazas)
Carne	1 kilo
Tomates	2
Pimientos	2
Cebolla	1/2 cabeza
Vino blanco	1 vaso
Grasa de cerdo	4 cucharadas
Hongos secos	6
Tocino	2 o 3 lonjas finas
Laurel	1 hoja

Se mecha un kilo de lomo con tiritas de tocino.

En una olla de fierro se ponen 2 cucharadas de grasa y se frie 1/2 cebolla picada, cuando está dorada se echa la carne y se la hace dorar, en seguida se añaden los tomates, pimientos, hongos remojados, todo cortado en rebanadas, se sazona con sal, pimienta, laurel, nuez moscada, se tapa y deja cocer lentamente, despues de una hora se añade 1 vaso de vino y se continua cociendo siempre en fuego moderado, si se advierte que se seca se pone caldo para mantener jugoso; cuando la carne está tierna se saca, cortando en rebanadas finas pero sin separarlas, se coloca el lomo en el centro de una fuente larga bañándolos con la salsa que ha quedado despues de colocada y se rodea todo con una guarnición de poroto o que se preparan del modo siguiente:

Despues de cocidos sin sal y quitada la piel se ponen en una cacerola sin agua ni caldo, aparte se derriten 2 cucharadas de grasa, cuando está caliente se echa una cucharadita de pimenton colorado dulce, se frie unos minutos removiendo rapidamente y se retira del fuego, cuan-

do la grasa ha quedado transparente, se vierte con cuidado sobre los porotos sin dejar que caiga el pimenton, se les echa sal y pimienta y se acercan al fuego, sacudiendolos de rato en rato para que no se peguen, despues de 10 minutos se sirven.

Repollo guisado

Repollo	1
Salchichas	1 metro
Caldo colado	2 tazas
Grasa	1 1/2 cucharadas

1 cabeza de cebolla picada, 1 diente de ajo, sal y pimienta.

Se dora el ajo en la grasa muy caliente, se saca el ajo, se frie la cebolla y se agrega la salchicha cortada en pedacitos y el repollo picado muy finito; se sazona con sal y pimienta; cuando todo se ha dorado se agrega caldo y agua suficiente para que el repollo se cueza; se deja hervir a fuego lento sin tapar la cacerola.

Repollo al gratín

Repollo	1
Manteca	1 1/2 cucharadas
Harina	2 cucharadas
Caldo	1 taza
Leche	1/2 taza
Yemas de huevo	2

Queso y pan rallado, sal, pimienta.

Se lava el repollo en agua fria y se pone a cocer en agua con sal. Se pica muy fino.

Se hace una salsa crema con 1 cucharada de manteca, la harina, el caldo la leche y 2 yemas de huevo; se sazona con sal y pimienta.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno, se polvorea con pan rallado, se coloca una camada de repollo, se cubre con la salsa, otra camada de repollo, la salsa, pan y queso rallado; se pone encima unos pedacitos de manteca y se hace dorar al horno durante 15 minutos.

Salsifies fritos

Salsifies	2 o 3 atados
Leche	1 taza
Harina	1 cucharada

Se cuecen los salsifies en agua y sal, una vez cocidos se raspan y se pasan por un batido de harina con leche y sal, friendolos en seguida en aceite o grasa caliente. Se comen solos o acompañados de huevos fritos si se quiere.

Salsifies con menudos

Salsifies	2 o 3 atados
Manteca	2 cucharadas
Harina	1/2 cucharada
Menudos de aves	

Se raspan los salsifies hasta que queden blancos, luego se cortan en pedacitos y se echan en agua fria. En una cacerola se pone manteca y harina, cuando está frita se añaden 2 o 3 cucharones de caldo y los salsifies despues de escurridos, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se tapa y deja cocer hasta que los salsifies estan cocidos, entonces se agregan los menudos cocidos y picados finamente, se deja cocer 10 minutos y se sirven.

Tomates rellenos

Tomates	8	
Huevos	2	
Perejil picado	2	cucharadas
Apio	1	
Miga de pan	2	tacitas
Manteca	1	cucharada
Limón	1/2	
Cebolla	1/2	cabeza

Se elijen tomates maduros y sanos, con un cuchillo filoso se saca una tapita del lado del tronquito y con una cucharita se sacan las semillas y parte de la pulpa, luego se pasa uno por uno por agua caliente, colocandolos en un cucharon, en seguida se rellenan con la pasta siguiente: en una sarten se pone una cucharada de manteca, friendo en ella cebolla, perejil, apio y la pulpa que se ha quitado a los tomates, miga de pan y se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se deja cocer; cuando esta a punto se retira y se añaden huevos duros picados, una vez rellenos los tomates se les coloca otra vez la tapita que se asegura con un palillo. En una fuente que resista el fuego se colocan los tomates y se cuecen al horno, se sirven con esta salsa.

Se remoja una tacita de miga de pan en caldo, se pone en un plato y se deshace con un tenedor añadiendo, jugo de limón, mostaza francesa, apio y perejil picado, sal y pimienta, se acerca al fuego haciendo cocer diez minutos y se sirve caliente.

Tomates envueltos

Tomates	4	
Carne blanda de vaca o cerdo	1	pedacito
Papas	2	
Cebolla	1/4	cabeza
Grasa de cerdo	1	cucharadita
Huevos	3	
Aceite	1	cucharada
Harina	1	cucharada

Se elijen tomates de regular tamaño los mas lisos que sea posible, se parten por la mitad al traves y con una cucharita se quita la pulpa y las semillas dejando un hueco suficiente para el relleno.

En caldo se hace cocer un pedacito de carne blanda, que luego se pica finamente y despues se trincha con un cuchillo pesado, se calienta grasa y se frie en ella cebolla, cuando está dorada se añade la carne y la papas cocidas cortadas en pedacitos, se sazona con sal, pimienta, pimenton colorado y nuez moscada, dejando freir unos minutos, se añaden unas cucharadas de caldo y luego se retira procediendose a rellenar los tomates con esta preparación y terminando el relleno con pedacitos de huevos duros, en seguida se hace un batido de dos huevos y harina y con esto se envuelven los tomates friéndolos en seguida en grasa caliente.

Aparte se pasa por el colador de alambre la pulpa que se ha quitado a los tomates. En una sarten se pone y se hace dorar un diente de ajo que luego se retira, y alli se echa el tomate colado, se frie un poco se añade caldo y un poquito de pimienta, se deja reducir la salsa y se bañan con ella los tomates en el momento de servirlos.

Tortillitas con espinacas

Huevos	6
Queso rallado	2 cucharadas
Manteca	1 taza
Leche	1 tacita
Harina	1 tacita
Espinacas	6 atados

Se preparan las espinacas saltadas. Aparte se deslie la harina en la leche, se baten 6 huevos y se añade la harina con leche, hasta que quede una masita liviana. Se pone manteca en la sarten y se va echando por cucharadas la pasta para que se formen tortillitas que se van colocando una vez doradas en una fuente que resista el fuego, sobre cada tortillita se extiende una capa de espinacas, otra de manteca y se polvorea con queso. Se hacen dorar al horno unos minutos.

Zapallitos con leche

Zapallitos	8
Leche	2 tazas
Manteca	1 cucharada
Cebolla picada	1 cucharada
Pimentón colorado	1/3 cucharadita

Se cortan los zapallitos (sin pelar) en rebanadas de 1/2 centímetro de espesor, si son tiernos se deja la semilla, pero si son algo duros se saca.

Se frie la cebolla en la manteca caliente agregando el pimentón.

Se colocan los zapallitos en una fuente honda resistente al horno, por camadas uniformes que se van rociando con la manteca y sazonándolas con sal, se bañan con leche y se hace cocer al horno

Se puede poner queso rallado encima y servir con huevos escalfados.

Tambien se puede poner 10 minutos antes de retirarlo, 2 o 3 huevos lijeramente batidos encima de la fuente.

Zapallitos rellenos

Zapallitos tiernos	8
Carne de vaca	1/2 kilo
Manteca	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Leche	1 taza
Huevos	4
Caldo	1 taza
Cebolla picada	1 cucharada
Pásas de corinto	1 cucharada
Queso rallado, sal, pimienta	

Se corta a los zapallitos una rebanada de la parte superior y se sacan las semillas.

Se hace un relleno de la siguiente manera: se frie la cebolla picada muy menudita en 1 cucharada de manteca caliente, despues se frie la carne sazonando con sal y pimienta, se agrega agua caliente, y las pasas y se hace cocer.

Se hace una salsa crema con la manteca, harina, leche y 2 yemas de huevo.

Se mezcla el picadillo de la carne con 2 huevos duros picados, se rellenan con esta pasta los zapallitos, los que se habran sancochado lijeramente, se cubre el relleno con 1 cucharada de la salsa crema, se ponen los zapallitos en una fuente, se bañan con el caldo y se termina de cocer al horno. 10 minutos antes de sacarlos se polvorean con queso rallado.

Zapallitos delicados

Se hacen como los zapallitos rellenos pero sustituyendo la carne de vaca con 1/2 kilo de hígado de ternera que despues de cocido se pasa por el rallador o la máquina de picar con lo cual se prepara el relleno en la misma forma que la receta anterior.

CAPÍTULO 15°

HUEVOS

Huevos pasados por agua

Se pone agua en una cacerolita; cuando hierve se largan los huevos con cuidado, se deja hervir 2 minutos y se sacan.

Huevos tiernos

Se pone agua en una cacerolita; cuando hierve se largan con cuidado los huevos, se dejan hervir 5 minutos y se sacan. Se quita la cáscara con cuidado para que los huevos se conserven enteros.

Los huevos cocidos de esta manera son los que en la cocina francesa les llaman œufs mollets.

Huevos duros

Se pone agua en una cacerolita; cuando hierve se largan los huevos con cuidado, se dejan hervir 11 minutos, se sacan, se ponen a refrescar en agua fria y se pelan.

Huevos fritos

Se pone en una sarten de fierro 3 cucharadas de aceite, se inclina la sarten para que el aceite vaya a un lado; cuando está bien caliente se rompe sobre el aceite un huevo fresco, se polvorea con sal y pimienta y se va recojiendo la clara sobre la yema de modo que la envuelva bien; cuando la clara se ha cuajado y la yema queda líquida, se saca el huevo con una espumadera y se coloca en sartencitos o sobre la comida que se desee, despues de haberle dejado escurrir bien el aceite.

Los huevos fritos se pueden servir con salsa de tomate, puré de espinacas, con arroz, etc.

Huevos escalfados
(Oeufs pochés)

Los huevos escalfados (œufs pochés) tienen muchas y diversas aplicaciones en el arte culinario; se pueden servir con cualquier clase de sopa, con papas preparadas de distinta manera, con bifes, salsas, etc.

Para hacer los huevos escalfados se pone en una cacerola 6 tazas de agua con 2 cucharadas de vinagre y un poquito de sal; cuando hierve se rompen los huevos uno por uno y se van poniendo con cuidado en el agua, se dejan hervir 3 minutos y se sacan con una espumadera

Se cortan con un cuchillo las partes desiguales de las claras.

Estos huevos se pueden servir en sartencitos con riñoncitos de cordero saltados en aceite bien caliente o bien con flores de maíz enteras o molidas.

Huevos a la aurora

Huevos escalfados	8
Arvejas tiernas	2 tazas
Caldo	1/2 taza
Manteca	1/2 cucharada
Jamón cocido	4 rebanadas

Cebolla, sal, perejil, 2 cucharaditas de azúcar.

Se cuecen las arvejas en agua con dos cucharaditas de azúcar; cuando estan tiernas se sacan y se escurre el agua.

Se frie la cebolla en la manteca caliente, se agregan las arvejas inmediatamente de sacarlas y escurriles el agua, despues el caldo; se mezcla y se tapa la cacerola durante 10 minutos. Se sazona.

Se colocan 8 sartencitos o cocottes enlozados dentro de una asadera con agua hirviendo, se pone en cada una 2 cucharadas de las arvejas, encima se pone pedacitos de jamón cortado.

Se preparan los huevos segun las indicaciones para los huevos escalfados, se sacan con la espumadera y se ponen encima de las arvejas y el jamón. Se pica perejil muy finito y se pone alrededor de la clara del huevo.

Huevos con espárragos

Huevos	8
Espárragos	3 docenas
Leche	2 tazas
Harina	2 cucharadas
Manteca	1 cucharada
Sal, pimienta, nuez moscada	

Se cuecen los espárragos en agua y sal, se cortan las puntas.

Se hace una salsa blanca con la leche, manteca y harina, sazonando con pimienta, nuez moscada y sal. Se mezcla con las puntas de los espárragos.

Se colocan 8 cocottes de porcelana dentro de una asadera con agua hirviendo, se pone en cada una un poco de los espárragos con la salsa.

Se preparan los huevos segun la receta de los huevos escalfados, cuando se sacan con la espumadera se van poniendo sobre los espárragos

Se sirve caliente.

Huevos a la crema

Huevos cocidos duros	12
Manteca	2 cucharadas
Cebolla blanca picada	1 cucharada
Harina	2 cucharadas
Crema o leche	2 tazas
Sal, 1/2 cucharadita de azucar	

Se pone a fuego muy suave, la manteca con la cebolla; despues de 10 minutos se incorpora la harina mezclando hasta que forme una pasta lisa, se agrega la crema o leche, poco a poco, el azúcar y un poquito de sal. Se cortan los huevos por la mitad, se subdivide cada mitad en 4 tajadas.

Se colocan 8 sartencitos dentro de una asadera con agua hirviendo, se pone en cada uno un poco de los huevos duros, se llenan con la salsa preparada despues de haberla pasado por un colador y haberla calentado de nuevo, se mezcla con cuidado cada sartencito, se dejan en el agua caliente hasta que los huevos se calienten y se sirve.

Huevos al gratín

Huevos duros	8
Manteca	2 cucharadas
Harina	1 1/2 cucharadas
Leche	1 taza
Caldo	1 taza
Queso rallado	2 cucharadas
Jamón picado muy finito	1 taza
Pan rallado y cernido, sal, nuez moscada	

Se hace una salsa blanca, de regular espesor, con 1/2 cucharada de manteca, la harina, la leche y el caldo; se sazona con un poquito de sal y nuez moscada.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno, se polvorea con pan y queso rallado; se pone una camada de salsa blanca, la mitad de los huevos cortados en 8 tajadas, el jamón picado, el resto de los huevos, se cubre con salsa blanca polvoreando encima bastante pan y queso rallado y poniendo pedacitos de manteca. Se hace dorar en el horno caliente durante 15 minutos mas o menos.

Huevos con puré

Huevos	12
Papas medianas	10
Manteca	1/2 cucharada
Pan rallado, sal, nuez moscada, grasa para freir	

Se cuecen 8 huevos según las indicaciones que se dan para los huevos tiernos.

Se cuecen las papas, se pasan en caliente por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se mezclan con la manteca, 2 huevos crudos y se sazona con sal y un poquito de nuez moscada. Antes que se enfrie se envuelven los huevos con este puré, se ponen sobre una camada de pan rallado y cernido, se polvorean con el mismo pan, se dejan enfriar, se pasan por 2 huevos lijeramente batidos, despues por pan rallado y se frien en grasa caliente.

Estos huevos se pueden servir con rebanadas de carne de cordero asada, acompañada del mismo jugo o de salsa de tomate.

Huevos en croquetas

Huevos	12
Jamón sin grasa	4 rebanadas
Hongos en conserva	1 cucharada
Manteca	1 cucharada
Harina	1/2 cucharada
Leche	1 taza
Pan rallado y cernido, perejil frito, grasa para freir	

Se cuecen 6 huevos duros; se pica el jamón muy fino, se mezcla con los huevos duros, picados y los hongos picados.

Se hace una salsa crema con la manteca, harina, leche, 2 yemas de huevo, (se le dará bastante espesor), se sazona con sal, pimienta y nuez moscada; se mezcla con el picadillo preparado, se deja enfriar un poco, se divide en 8 porciones dando a cada una forma alargada, se dejan enfriar completamente, se envuelven en huevo lijeramente batido, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente.

Se frien gajos de perejil para adornar las croquetas y se sirve con salsa de tomate.

Huevos a la victoria

Huevos escalfados	8
Manteca	2 cucharadas
Harina	2 cucharadas
Yemas de huevo	2
Leche	2 tazas
Queso rallado	2 cucharadas
Un pan francés, manteca o grasa, para freir	

Se corta el pan francés en rebanadas del tamaño de los sartencitos para huevos, se mojan en media taza de leche, se envuelve en harina, se frien en manteca o grasa caliente y se colocan en el fondo de los sartencitos.

Se prepara una salsa a la crema (ver salsa a la crema) con la manteca, harina, leche y yemas de huevo.

Se preparan los huevos escalfados, se colocan en los sartencitos sobre las rebanadas de pan, se mezcla el queso rallado a la salsa, se cubren con esto los huevos y se ponen a dorar en el horno durante 5 o 6 minutos.

Huevos en costradas

Huevos	8
Salsa de tomate, pan francés, grasa para freir.	

Se corta el pan en rebanadas de 2 centímetros de alto, se hace una cavidad en el centro de cada una pero dejando un fondo de miga, se coloca en cada cavidad 1 huevo crudo y se frien en grasa caliente.

Se sirven cubiertos con una salsa de tomate.

(Ver salsa de tomate).

Huevos rellenos

Huevos duros	8
Salsa blanca	2 cucharadas
Jamón picado muy fino	2 cucharadas
Huevos crudos	2
Salsa de tomate	1 cucharada
Manteca	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Caldo	1 taza
Pan rallado, grasa para freir	

Se parten los huevos por mitad, se sacan las yemas se desarman en el mortero con la salsa blanca, añadiendo jamón muy picado o jamón del diablo, se rellenan los huevos, se envuelven en huevo y pan rallado y se frien en grasa caliente.

Se derrite la manteca, se incorpora la harina agregando despues el caldo caliente; cuando se ha espesado se agrega la salsa de tomate.

Se colocan los huevos en una fuente bañandolos con la salsa anterior.

Se sirve con un budín de arroz poniendo el budín en medio de la fuente y los huevos alrededor.

Huevos a la paisana

Huevos	8
Papas chicas	8
Acelgas	3 atados
Manteca	2 cucharadas
Leche	4 cucharadas
Queso rallado	3 cucharadas
Sal, pimienta	

Se preparan los huevos segun las indicaciones dadas para huevos tiernos.

Se cuecen las papas sin cáscara en agua con sal.

Aparte se cuecen las acelgas, se pican, se pasan por un tamíz

sacando los filamentos, se saltan en la manteca, se sazona con sal y pimienta; cuando las acelgas quedan bien penetradas de la manteca se agrega el queso mezclando muy bien, despues la leche; cuando hierve se ponen los huevos y las papas, se envuelven en la verdura, se retira y se sirve.

Huevos sorpresa

Huevos	14
Papas	8
Manteca	2 cucharadas
Harina	2 cucharadas
Leche	2 tazas
Sal, pimienta	

Se cuecen los huevos según las indicaciones dadas para los huevos tiernos.

Aparte se cuecen las papas sin cáscara, se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se agrega 1 cucharada de manteca, sal, pimienta, 2 yemas de huevo. Se hace con esta pasta unas bolas dandoles la forma y el tamaño de un huevo, se colocan en sartencitos para huevos, al lado se coloca un huevo tierno.

Se prepara una salsa crema con la manteca, harina, leche y 2 yemas de huevo, se cubren con esta salsa los huevos y la papa y se pone en el horno caliente durante 15 minutos.

Huevos con jamón

Huevos	8
Rebanadas de jamón	8
Manteca	1 cucharada
Leche	8 cucharadas

Se ponen los sartencitos para huevo sobre la plancha, se coloca en cada uno un pedacito de manteca, 1 cucharada de leche, una rebanada de jamón. Se parten los huevos y se pone uno en cada sartencito, se entran en el horno para que se cuaje la clara, se sacan, se polvorea sal fina y se sirve caliente.

Huevos a la parmentier

Huevos escalfados	8
Papas grandes	8
Manteca	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Leche	1 taza
Queso rallado	2 cucharadas

Se pelan las papas, se hace en cada una un hueco grande, se cuecen en agua y sal, se dejan enfriar y se unta el hueco con manteca.

Se hace una salsa blanca con 1 cucharada de manteca, 1 de harina y 1 taza de leche y se mezcla con el queso rallado

Se preparan los huevos escalfados, (ver huevos escalfados,) se coloca 1 huevo en el hueco de cada papa, se cubre con la salsa blanca, se colocan las papas con cuidado sobre una fuente untada con manteca y se hace dorar en el horno durante 15 minutos.

Huevos con manteca negra

Huevos	8
Manteca	4 cucharadas
Vinagre	3 cucharadas

Se rompen los huevos poniendolos en una fuente plana y se polvorea con sal y pimienta.

Se pone la manteca en una sarten de fierro, se acerca al fuego y cuando ha tomado un color oscuro se vierte sobre los huevos; despues se pasan con cuidado los huevos a la sarten y se hacen cocer dejándolos un ratito al fuego; cuando se han cuajado se pone en sartencitos.

Se pone en la misma sarten el vinagre y se hace hervir hasta que se reduzca a la mitad, se pone un poco de este vinagre sobre los huevos y se sirve caliente.

Se puede acompañar con arvejas saltadas o riñoncitos.

Huevos revueltos

Huevos	6
Manteca	2 cucharadas
Leche	1 taza
Arvejas tiernas cocidas	1 taza
Sal, pimienta, perejil	

Se pone en una cacerola la manteca, los huevos y la leche, se polvorea con sal y pimienta, se acerca al fuego agregando las arvejas cocidas y mezclando rapidamente por todas las partes de la cacerola para que los huevos se cuezan con igualdad, cuando comienzan a cuajarse se retira la cacerola mezclando despues durante 2 minutos fuera del fuego, por último 1/2 cucharada de perejil bien picado.

Huevos revueltos con queso

Se hacen como los anteriores pero poniendo junto con los ingredientes 2 cucharadas de queso parmesano rallado y suprimiendo las arvejas.

De la misma manera se pueden hacer huevos revueltos con punta de espárragos, con zapallitos tiernos, con jamón etc.

(Las hortalizas siempre se pondran cocidas).

Huevos con espinacas

Huevos	10
Espinacas	8 atados
Manteca	3 cucharadas
Harina	1 cucharada
Leche	1 taza
Queso rallado	2 cucharadas
Sal y pimienta	

Se cuecen 8 huevos tiernos, (ver huevos tiernos) y se pelan.

Se hace un puré de las espinacas, el que se pasa por 1 cucharada de manteca.

Aparte se hace una salsa crema con 2 cucharadas de manteca, la harina, leche y 2 yemas de huevo, sin darle mucho espesor.

Se coloca el puré de espinacas en una fuente honda resistente al

horno, se colocan entre el puré los 8 huevos parados, se cubre con la salsa crema polvoreando encima el queso rallado y se entra al horno hasta que el queso se dore.

Se sirve en la misma fuente o se puede preparar en sartencitos de loza o cocottes.

Tortilla con azúcar

Huevos	6
Manteca	90 gramos
Sal	1/2 cucharadita
Azúcar	2 cucharadas

Se rompen los huevos en una fuente, se baten con un tenedor durante 1 minuto mezclando perfectamente las yemas con las claras.

En una sarten de fierro se pone la manteca, se acerca a fuego vivo removiendo la manteca para que no se dore; cuando está caliente se agrega la sal a los huevos y se vierte en la sarten revolviendo con el tenedor para que el huevo se fria igual y cuando principia a cuajarse se mueve la sarten circularmente hasta que se dore de abajo, entonces se dobla la tortilla sobre si misma dándole una forma ovalada y polvoreándola antes con azúcar molida, se polvorea igualmente por encima y se sirve en seguida.

Si se desea se puede quemar el azúcar de encima con una plancha o fierro caliente.

En lugar de azúcar tambien se puede poner queso parmesano rallado.

Tortilla quemada

Huevos	8
Natas	2 cucharadas
Aceite o grasa de cerdo	1 cucharada de postre
Rom o coñac	1 vasito
Azúcar	2 cucharadas

Se mezclan los huevos con las natas y un poquito de sal. Se pone una sarten de fierro al fuego, se echa el aceite o grasa, se mueve la sarten para que todo el fondo se moje con aceite y se echa el huevo que se ha preparado. se revuelve con el tenedor para que todo se cueza, cuando ha quedado como una crema, se deja dorar de abajo y se va levantando la sarten por el mango de modo que la tortilla vaya corriéndose hasta subir un poco al borde de la sarten, entonces mientras se sostiene el mango con la mano izquierda, con la derecha se le da un golpe seco, entonces la tortilla se dobla sobre si misma por la mitad, quedando bien cocida por fuera, y por dentro tierna y delicada como una crema. Se pone en una fuente, se polvorea con azúcar se baña con cognac y se prende fuego.

Tortilla de manzanas

Manzanas	4
Manteca	2 cucharadas
Huevos	6
Leche	6 cucharadas
Azucar	2 cucharadas

Despues de peladas y cortadas en rebanadas las manzanas, se frien en manteca, cuando están doradas se les echa el huevo batido con leche, se hace la tortilla como se ha indicado, una vez cocida se pone en una fuente, se polvorea con azúcar y se quema con un fierro caliente.

Tortilla de berenjenas

Berenjenas	2	
Huevos	8	
Grasa de cerdo	2	cucharones

Se pelan las berenjenas y se cortan en rodajas delgadas, luego se ponen en agua fria con sal durante hora y media. En una sarten se pone grasa, cuando está caliente se frien las berenjenas despues de escurridas, cuando se han dorado se quita la grasa que ha sobrado dejandolas en seco y allí se echa el huevo lijeramente batido con sal y pimienta, se hace la tortilla igual que las anteriores.

Tortilla de zapallitos tiernos

Zapallitos	2	
Huevos	8	
Grasa	2	cucharones

Despues de lavados y quitadas las semillas se cortan al largo rebanadas finas de zapallitos y se dejan en agua fria durante una hora, despues se sacan y se frien siguiendo el mismo procedimiento que para hacer la de berenjenas.

Tortilla mixta

Tomates	2	
Pimientos	2	
Cebolla	1/4	de cabeza
Ajos	1	diente
Grasa o aceite	2	cucharadas
Huevos	8	

Se pica separadamente cebolla, tomate, pimienta y ajos, se pone la sarten con aceite o grasa, cuando está caliente se echa la cebolla, cuando está a medio dorar se añade el ajo y los pimientos y por último los tomates, se deja freir durante 10 o 15 minutos y se va retirando la piel de los tomates a medida que se van soltando, se sazona con sal y pimienta, cuando se ha reducido esto a una salsa espesa se echa el huevo mezclando nada mas, sin batir y se hace la tortilla como las anteriores.

Tortilla de arvejas

Arvejas	1/4	kilo
Manteca	1	cucharada
Huevos	8	

Se cuecen las arvejas en agua sin sal, una vez cocidas se escurren y se mezclan con los huevos sazonados con sal y pimienta. Se pone la sarten al fuego con la manteca una vez derretida se echa el huevo y se hace la tortilla, se puede hacer igual de porotos o garbanzos.

Si se quiere se baten separadamente yemas y claras, cuando están a punto de torrecita se añaden las arvejas o lo que sea, sazonando

con sal y pimienta, se echa a la sarten pero no se la dobla como a las otras sino se deja cocer enteramente de un lado y despues se da vuelta en un plato y se la pone a cocer del otro. Cuando la tortilla es de porotos o garbanzos se puede comer fria, bien sola o acompañando cualquier carne fiambre.

Tortilla de espinacas

Espinacas	2 atados
Huevos	8
Aceite	2 cucharadas
Cebolla	1/4 de cabeza
Ajo	1 diente

Despues de cocidas y escurridas. se pican finamente.

Se frie cebolla hasta que está casi dorada se añade el ajo picado y por último las espinacas sazonando con sal y pimienta, se dejan freir un buen rato para que tomen buen color y por último se echa el huevo, tratando de obtener una tortilla tierna.

Tortilla de papas

Papas	3 regulares
Huevos	8

Esta tortilla se hace de dos modos, con papas fritas o con papas hervidas y despues doradas en manteca.

Para hacer del primer modo se cortan las papas finitas se tienen con agua y sal un rato, despues se frien en grasa abundante, cuando estan doradas se quita la grasa dejándolas en seco y allí se echa el huevo mezclando con sal y pimienta, haciendo la tortilla como se ha indicado.

Para hacerla del segundo modo se cuecen las papas con cáscara, despues se pelan se cortan en pedacitos y se frien en manteca, cuando toman un color dorado se echa el huevo.

Tortilla de sardinas

Sardinas	1 lata
Huevos	8
Aceite	el que traen las sardinas

Se quita la piel y las espinas a las sardinas, se parten por la mitad y se echan al huevo, sazonando con sal y pimienta. Se pone la sarten al fuego con el aceite, una vez caliente se echa el huevo y se hace la tortilla; del mismo modo se hace de ostras, camarones, etc.

Tortilla de jamón

Jamón	3 lonjas
Huevos	8
Manteca	1 cucharada

Se corta el jamón en tiritas, se frie en manteca, cuando ha tomado color se añaden los huevos sazonando con sal y pimienta, y se hace la tortilla que debe ser muy tierna.

Tortilla de cebolla

Grasa	lo suficiente
Cebolla	1 cabeza grande
Huevos	8

Se corta la cebolla en rebanadas muy finitas, se lava en agua fria, se escurre y se echa a freir hasta que está bien dorada, se saca el exceso de grasa y se echa el huevo sazonando con sal y pimienta.

Tortilla soplada
(Omelette soufflée)

Claras de huevos	10
Yemas	4
Azúcar molida y cernida	150 gramos

Se baten las claras a punto de nieve muy firme, (hasta que levantando con un tenedor no caiga la clara); se baten aparte las yemas y el azúcar y se pone inmediatamente en un molde liso mojado, haciendo cocer al horno durante 15 minutos mas o menos.

Esta tortilla hay que prepararla calculando el tiempo justo de servirla inmediatamente de hecha.

Tambien se puede hacer poniendo al fondo de la fuente un poco de arroz con leche, pero en este caso es mejor servirla en la misma fuente.

Tortilla soplada con limón

Huevos	6
Azúcar	100 gramos
Raspaduras de limón	1/2 cucharada
Manteca	1 cucharadita

Se baten las yemas con el azúcar durante 5 minutos, con tenedor o cuchara de madera. Aparte se baten las claras a punto de nieve muy firme, se mezcla con las yemas y limón.

Se unta una fuente resistente al horno con una capa delgada de manteca y se hace caer el batido de una sola vez, igualando despues con el cuchillo y dejándola lo mas alto posible; despues con el mango de una cuchara se hace una hendidura de dos dedos de profundidad en la extensión de la tortilla, se polvorea con azúcar y se entra al horno caliente con calor mas fuerte de abajo dejandola durante 15 minutos mas o menos.

Se sirve inmediatamente en la misma fuente.

Tortilla japonesa

Huevos	10
Leche	1/2 tacita
Natas de leche	1/2 tacita
Lechuga	2 plantas
Manteca	2 cucharadas
Tomates maduros	2
Perejil, sal	

Se pican los tomates y se frien en 1/2 cucharada de manteca, sazonando con un poquito de sal y mezclando hasta formar una salsa. Se retira del fuego, se deja enfriar y se mezcla con los huevos, la nata de leche, la leche, un poquito de sal y 1 cucharada de manteca.

Se calienta el resto de la manteca en una sarten, se vierte la preparación de los huevos, moviendo la sarten para que no se pegue la torta mientras se está cociendo; despues, sin darla vuelta, se entra al horno para que se dore por encima, se tiene durante 5 minutos y se sirve en una fuente redonda, rodeada de un follaje de lechuga y poniéndole encima perejil picado muy finito.

CAPÍTULO 16°

PAPAS

MANERA DE COCER LAS PAPAS

Cuando las papas son recien cosechadas se limpian, se pelan y se lavan en agua fria en el momento de cocinarlas, pues como son acuosas; tenerlas mucho tiempo en agua aumentaría este defecto. Se ponen en seguida a cocer en agua hirviendo con un poquito de sal. El agua hirviendo cierra los poros de las papas e impide que absorvan mucha agua.

Cuando las papas son de fin de estación se limpian, se pelan, se lavan y se ponen en agua fria abundante durante 3 horas, pues como ya estan amortiguadas y en germinación; hay que quitarles con este procedimiento el gusto ácido que tienen y facilitar su cocción. Despues se ponen en agua fria con un poquito de sal para cocinarlas. En los dos casos la ebullición debe ser fuerte y continua, de lo contrario las papas se endure erfan.

Cuando se quiere preparar las papas al natural, se cocinan con cáscara pero siempre observando las mismas precauciones.

Papas cocidas al vapor

Se lavan las papas y se ponen en una cacerola con 2 tazas de agua y un poquito de sal, se moja una servilleta, se dobla en varias partes, se pone encima de las papas, se tapa hermeticamente la cacerola y se pone a fuego regular durante 20 minutos mas o menos. Se observa de rato en rato que no se peguen añadiendo agua si fuera necesario.

Papas saltadas

Se lavan, se pelan y se cortan las papas en rebanadas o se cortan con molde, se cuecen en agua con sal, se sacan y se escurren sobre una servilleta. Se calienta manteca; se ponen allí las papas dándolas vuelta con cuidado para que se doren.

Papas sopladas

Se limpian las papas, se pelan, se lavan, se cortan en rebanadas de 2 milímetros de espesor y se ponen a remojar en agua fria durante 30 minutos.

Se pone en una sarten un poco de grasa de vaca y tan pronto como se haya derretido se echan las papas despues de haberles escurrido el agua y secado sobre una servilleta. Cuando principian a dorarse se sacan y se echan inmediatamente en otra sarten con grasa muy caliente; cuando se inflan se sacan, se polvorean con sal fina y se sirven en seguida.

Papas a la crema

Papas	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Harina	2 cucharadas
Leche	2 tazas
Huevos cocidos duros	4
Sal, nuez moscada	

Se cuecen las papas en agua y sal, se cortan en pedacitos cuadrados del tamaño de un dado.

Se hace una salsa blanca, de regular espesor, con la manteca, la harina y la leche; se sazona con sal y nuez moscada y se mezcla con las papas en una fuente resistente al horno. Se hace dorar durante 15 minutos.

Se pelan los huevos, se parten por mitad y se ponen alrededor de la fuente. Se sirve.

Papas a la milanesa

Papas grandes	8
Huevos	2
Pan rallado, grasa para freir, sal	

Se cortan las papas, despues de peladas, en rebanadas de 2 centímetros de grueso, se cuecen al vapor (ver papas al vapor). Se escurren, se dejan enfriar, se polvorean con sal, se envuelven en huevo batido, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa muy caliente.

Papas a la peruana

Papas	1 kilo
Queso rallado	6 cucharadas
Caldo	1 taza
Huevos duros	4
Cebolla, ají picante, manteca, perejil, sal	

Se cuecen las papas y se cortan en rebanadas.

Se dora 1 cucharada de cebolla en 1 cucharada de manteca caliente, se agrega sal, ají picante molido, 4 cucharadas de queso y el caldo; se tiene a fuego lento durante 15 minutos, se saca, se pone en una fuente, se polvorea con el resto del queso y se ponen encima los huevos duros partidos por la mitad.

Papas a la francesa

Papas	1 kilo
Manteca	2 cucharadas
Queso rallado	3 cucharadas
Sal, pimienta	

Se pelan las papas, se cortan en rebanadas finas, se lavan bien en agua fria, se secan con una servilleta y se sazona con sal y pimienta.

Se unta una fuente resistente al horno con manteca colocando adentro las papas en camadas, polvoreando cada camada con 1 cucharada de queso rallado, terminando con una camada de papas.

Se derrite el resto de la manteca, se vierte sobre las papas, se

tapa la fuente y se hace cocer al horno caliente durante 30 o 35 minutos. A mitad de la cocción se vuelca las papas sobre una fuente poniendo despues la parte menos cocida abajo, se vuelve a tapar la fuente y se termina la cocción otra vez al horno.

Papas de cuaresma

Papas grandes	8	
Pejerrey	1	
Manteca	2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Huevos	2	
Queso rallado	3	cucharadas
Arvejas en conserva	1	lata

Un ramillete de verduras, cebolla, nuez moscada, pan rallado y cernido

Se pelan las papas, se corta una rebanada de 1 centímetro de espesor, a lo largo; se quita una rebanadita fina del extremo opuesto para que las papas tengan una buena base, se ahuecan y se cuecen al vapor.

Se hace hervir el pejerrey en agua con sal y 1 ramillete de verduras, se saca, se quitan las espinas y se pica muy fino.

Se hace una salsa crema con 1 cucharada de manteca, 1 de harina, la leche y 2 yemas de huevo, se sazona con sal y nuez moscada y se mezcla con el pejerrey.

Se rellenan con esta pasta las papas, despues de untar el hueco con manteca; se polvorea con queso rallado y cernido, se ponen en una fuente untada con manteca y polvoreada con pan y se doran en el horno durante 15 minutos.

Se escurre el agua de las arvejas se dora 1 cucharada de cebolla en 1 cucharada de manteca caliente y se saltan las arvejas, agregando unas cucharadas de agua si fuera necesario.

Se ponen las arvejas en el centro de la fuente donde se colocaron las papas y se sirve.

En lugar de rellenarlas con pescado se pueden rellenar con choclo rallado que se freirá en manteca sazonándolo y sancochándolo con un poquito de leche.

Papas a la holandesa

Papas medianas	18	
Huevos	3	
Manteca	1	cucharada

Salsa blanca, jugo de limón agrio o si se prefiere nuez moscada rallada, sal

Se pelan las papas, se cuecen al vapor, se pasan por la prensa de puré antes que se enfrien; se mezclan con la manteca, un poquito de sal, los huevos lijeramente batidos y algunas gotas de jugo de limón agrio o nuez moscada rallada.

Se hace con esta pasta unas bolas redondas del tamaño de un huevo chico, se colocan en una fuente resistente al horno despues de haberla untado con manteca.

Se prepara la salsa blanca como se indica en la sección salsas, se cubre con ella las papas y se pone en el horno regular durante 20 minutos.

Papas a la saboyana

Papas medianas	18	
Leche	2	tazas
Manteca	1	cucharada
Queso rallado	4	cucharadas
Huevos	2	
Sal, pimienta		

Se pelan las papas, se lavan, se cortan en rebanadas y se sancochan en agua con sal. Se sacan se escurren sobre una servilleta, se mezclan con el queso y se ponen en una fuente resistente al horno.

Se calienta la leche con la manteca, se agregan las yemas de huevo.

Se sazonan las papas con sal y pimienta, se echa la leche encima y se pone en horno regular durante 20 minutos.

Si se desea se puede agregar junto con el queso, pedacitos de jamón sin grasa.

Papas rellenas

Papas grandes	8	
Manteca	2	cucharadas
Harina	2	cucharadas
Leche	2	tazas
Jamón cocido	8	rebanadas
Huevos	4	

Perejil, sal, nuez moscada, un poquito de azúcar, pan rallado, grasa para freir.

Se pelan las papas, se parten por la mitad, se hace un hueco en cada mitad y se cuecen en agua y sal teniendo cuidado que no se desarmen.

Se hace una salsa blanca con la leche, manteca y harina, sazonandola con sal y nuez moscada y agregando una cucharada de perejil picado; una vez retirado del fuego se agrega el jamón cortado en pedacitos, 2 cucharaditas de azúcar y 2 yemas de huevo.

Se rellenan con esta pasta las papas, se unen las mitades asegurandolas con 3 espinas de naranjo o palitos de diente, se mojan en huevo lijeramente batido, se envuelven en pan rallado y se frien en grasa caliente.

Papas con huevos a la crema

Papas grandes	8	
Pechuga de pollo	2	
Huevos	8	
Crema o leche	1/2	taza
Manteca	2	cucharadas
Harina	1	cucharada
Leche	1	taza
Queso rallado	3	cucharadas

Se lavan las papas, se corta una rebanadita al traves y se ahuecan lo mas que se pueda, despues se ponen en el horno; cuando estan a medio cocer se sacan se pelan y se pone en cada una un poco de picadillo de pollo, pasado por la máquina y mezclado con la crema de leche, se entran de nuevo al horno y una vez que estan bien cocidas se pone un huevo crudo adentro de cada una; se cubre el huevo con una salsa blanca hecha con la manteca, harina y leche, se polvorea con queso rallado y se hace dorar al horno por unos minutos solamente para que los huevos queden tiernos.

Papas rellenas con salsa

Papas grandes	8
Manteca	2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Leche	1 taza
Queso rallado	2 cucharadas
Huevos	4

Pan rallado y cernido, grasa para freir, sal, pimienta, nuez moscada

Se lavan las papas, se quita una rebanada de un extremo, se ahuecan y se ponen a cocer al vapor. (Ver papas al vapor). Antes de que queden bien cocidas se retiran, se pelan y se rellenan con una salsa crema hecha con la manteca, harina, leche, agregándole al retirarla del fuego 2 yemas de huevo, el queso rallado y sazonándola con sal, pimienta y nuez moscada; despues se envuelven en huevo lijeramente batido, se pasan por pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente.

En lugar de pan se pueden envolver en harina.

Estas papas tambien se pueden rellenar con puré de choclos como se indica para las papas de cuaresma.

Papas en bocaditos

Papas	1 kilo
Huevos	3
Azúcar	2 cucharadas
Grasa derretida	1 cucharada
Harina	1 cucharada

Se pelan las papas, se cortan en rebanadas y se ponen a hervir en agua; cuando estan cocidas se sacan, se pasan por la prensa de puré antes que se enfrien y se mezclan con la harina, 2 huevos enteros, 1 yema, el azúcar, la grasa derretida, se sazona con sal y se va echando por cucharadas en grasa muy caliente tratando de que se doren bien iguales. Se pueden servir con azúcar abrillantada.

Panqueques de papas

Papas	1/2 kilo
Harina	1 cucharada
Huevos	2
Sal, pimienta, grasa para freir	

Se pelan las papas, se rallan en crudas, se mezcla con la harina y huevos, hasta unir perfectamente sazonando con sal y pimienta, se forman unas tortillas delgadas que se frien en poca grasa y se sirven calientes.

CAPITULO 17°

GRANOS Y PASTAS

Arroz a la paisana

Arroz	2 tazas
Carne de vaca o cerdo (cocida)	2 rebanadas
Jamón cocido	4 rebanadas
Queso rallado	2 cucharadas
Manteca	2 cucharadas
Salsa de tomate	1 cucharada
Arvejas en conserva	1 tarrito
Huevos duros	2
Cebolla	1 cabeza

Se frie la cebolla picada en 1 cucharada de manteca caliente, se agrega la carne picada, el arroz, la salsa de tomate; cuando el arroz está transparente se agrega agua caliente, un poquito de sal y se deja cocer a fuego lento durante 25 minutos, mas o menos; despues se agrega la mitad de las arvejas, el jamón picado, y el queso rallado. Se pone en un molde liso untado con manteca y se entra al horno durante 10 minutos; se desmolda sobre una fuente.

Se pasa el resto de las arvejas por media cucharada de manteca y se ponen alrededor de la fuente junto con los huevos duros cortados en rebanadas.

Arroz a la portuguesa

Arroz	2 tazas
Manteca	1 1/2 cucharadas
Caldo o agua	4 tazas
Salsa de tomate	1 cucharada
Queso rallado	2 cucharadas
Pimientos en conserva	8
1/2 cabeza de cebolla, sal y pimienta	

Se frie la cebolla, muy bien picada, en la manteca caliente, se agrega la salsa de tomate y el arroz; cuando el arroz se pone transparente se echa el caldo o agua poniendo un poquito de sal, si se hace con agua, y pimienta blanca molida. Se deja cocer a fuego lento durante 25 minutos, mas o menos; se retira del fuego agregando el queso rallado.

Se pone en un molde de cocina untado con manteca y se entra al horno durante 5 minutos; se vuelca sobre una fuerte adornando con los pimientos en conserva.

Arroz español

Arroz	2 tazas
Jamón crudo	4 rebanadas
Chorizos españoles	1/2 kilo
Cebolla picada	1 cucharada
Tomates	2
Perejil picado	1/2 cucharada
Aceite	1/2 taza
Ajos	2 dientes

Se frie el ajo en el aceite muy caliente, se retira el ajo añadiendo el perejil y tomate picados, el jamón cortado en pedacitos y el arroz; cuando el arroz está transparente se echan los chorizos cortados en ruedas, se da unas vueltas con la cuchara y se agrega caldo o agua en cantidad suficiente. Una vez que el arroz está a medio cocer se pone la cacerola a fuego lento y se termina la cocción tratando de que el arroz quede seco, sin caldo.

Arroz en croquetas

Arroz	1 taza
Leche	2 tazas
Manteca	1/2 cucharada
Huevos	6
Grasa para freir, pan rallado y cernido	

Se lava el arroz, se echa en una cacerola con agua hirviendo y despues de un hervor se saca con una espumadera, se escurre el agua y se echa en la leche hirviendo; cuando está casi cocido se agrega un poquito de sal y se termina la cocción teniendo cuidado de darlo vuelta para que no se pegue, una vez que se ha secado la leche se retira del fuego, se deja enfriar, se mezcla con la manteca y 4 yemas y se forman las croquetas que se envuelven en huevo, despues en pan rallado y se frien en grasa bien caliente hasta que se doren.

Molletes de arroz

Arroz cocido	2 tazas
Harina	2 tazas
Leche	2 tazas
Azúcar	1 cucharada
Royal	2 cucharaditas
Huevos	3

Se mezcla el arroz cocido y frio con la leche y los huevos, se agrega la harina, azúcar royal y un poquito de sal lo que se habrá tamizado todo junto, se trabaja hasta formar una masa suave, se pone en moldecitos untados con manteca sin llenarlos porque esponja mucho y se cuecen al horno caliente durante 15 minutos mas o menos.

Timbal de arroz

Arroz	2 tacitas
Manteca	1 cucharada
Hígados de pollo y menudos	1 taza
Huevos	5
Leche o caldo	2 tazas
Trufas picadas	1 cucharada

Se cuece el arroz en la leche o caldo; cuando está bien blando se saca, se escurre por un colador, se deja enfriar y se mezcla con 5 yemas y las claras batidas a nieve sazonando con sal y uniendo todo perfectamente; se coloca en una budinera o molde grande una taza o un molde chico para dejar ese espacio para el relleno, se pone el arroz en la budinera que se habrá untado con bastante manteca y polvoreado con pan y se entra al horno caliente.

Se saltan los menudos y trufas picadas en manteca, se condimenta con nuez moscada y sal.

Cuando el budin está a medio cocer se retira la taza y se pone en el hueco el picadillo de menudos, se vuelve al horno hasta terminar de cocerlo y despues se vuelca con cuidado en una fuente. Se sirve aparte la salsa que se prefiera.

Aunca
(Flores de maiz)

Para esto se emplea siempre el maiz amarillo sin pelar, pero el mejor es un maiz que se conoce generalmente con el nombre de «maiz chaucha», es de mazorca pequeña y granos chicos muy apretadito.

Las auncas se hacen de dos modos con ceniza y con grasa.

Para hacerlas con ceniza se pone la ceniza sin carbones en una olla de fierro de las de tres patas, se acerca al fuego, cuando la ceniza esta caliente se echa el maiz no en mucha cantidad, con un palito se empieza a mover de un lado a otro como cuando se quiere tostar algo, despues de un rato empieza el maiz a reventar y abrirse como una flor, entonces ya está y se saca, teniendo cuidado de limpiarlo para que no le quede ceniza.

Pero las mejores flores se hacen con grasa, porque salen mas sabrosas. Para esto se aprovecha cuando se derrite grasa, una vez que se empieza a formar el chicharrón se echa el maiz en la grasa hasta que florece, y se saca escurriendo bien la grasa para que las flores queden sequitas.

Despues de hacer el aunca como se indica primero, con ceniza se puede moler hasta convertirla en un frangollo y así se puede tomar con azúcar o bien con mate de leche al que le da un gusto muy agradable.

Locro

Maiz amarillo molido	2 tazas
Porotos secos	1 taza
Carne del pecho, con huesos	2 kilos
Chorizos	1/2 kilo
Tocino	1/4 kilo
Charqui (carne seca)	1/4 kilo
Grasa	2 cucharadas
Cebolla picada	2 cucharadas
Pimentón colorado	1/2 cucharada
Zapallo	1

Se lava el maiz y los porotos y se ponen a remojar en agua fria abundante durante la noche.

En la mañana se pone una olla con agua fria hasta mas de la mitad, se echa el maiz y los porotos; cuando hierve se agrega sal, la carne, el charqui, los chorizos, el zapallo y el tocino; se hace hervir sin interrupción sacando le espuma que se levante y teniendo cuidado de mezclar con un mecedor de madera de tiempo en tiempo y aumentando agua caliente cuando fuera necesario. Una vez que el maiz está bien cocido recien se deja espesar. Por ultimo se le pone grasa frita que se prepara así: se calienta la grasa, se frie la cebolla; cuando está dorada se agrega el pimentón, perejil picado, sal y cominos si se desea; se mezcla esta fritura con el locro y se sirve.

Huascha locro
(Casi locro)

Choclos	12
Carne	1/2 kilo
Zapallos	2 de buen tamaño
Cebolla	1/2 cabeza
Grasa de cerdo	3 cucharadas

Se pone agua fria en una olla y se echa la carne cortada en pedacitos; despues de quitarle la espuma se echa el choclo que previamente se habrá separado del marlo con un cuchillo de modo que salgan los granos enteros, para esto son mejores los choclos algo duros, se dejan hervir un poco sin sal, y despues se añade el zapallo cortado en pedacitos, se sazona con sal y pimienta, se tapa y se deja hervir fuerte, de rato en rato se remueve con la cuchara de palo para espesar, una vez cocido todo se le echa cebolla frita, en tres cucharadas de grasa dejando asentar el pimenton, se deja hervir un poco mas y se sirve.

Mote

En una cacerola grande con agua y bastante ceniza, se pone a hervir 1 kilo de maiz sin pelar, (es mejor el maiz amarillo), hasta que tomando un maiz entre los dedos resbale facilmente la piel, se saca del fuego y se pela restregando entre las manos, despues se lava en muchas aguas y se pone a cocer en agua fria hasta que reviente, entonces se saca, se lava nuevamente y se quitan los puntitos negros que les han quedado y ya está el mote listo para prepararlo en la forma que se quiera.

Mote con tripas

Mote	1 kilo
Tripas de vaca	1|2 kilo
Cebolla	1 cabeza
Tomates	2
Pimientos	2
Grasa de cerdo	2 cucharadas
Aji molido	1|2 cucharadita

Despues de lavar las tripas prolijamente, se cuecen en agua hasta que estén blandas, se sacan y se cortan en rodajitas de dos centímetros. Se frie cebolla en grasa de cerdo, antes de que concluya de dorarse se añaden los pimientos picados, despues los tomates y las tripas, se deja freir un poco, se echa el mote, 4 o 6 cucharones de caldo, sal pimienta, aji, y se deja cocer bien tapado durante hora y media, hasta que se reduzca el caldo, pero quedando siempre jugoso.

Mazamorra

Para obtener una buena mazamorra es necesario maiz molido en mortero porque la máquina le quita el corazón del grano que es la parte mas sabrosa de donde se saca la maicena, pero no siendo posible molerlo en esa forma, se hará con el maiz pelado en máquina teniendo cuidado de elejirlo cuidadosamente. En cualquier caso se procederá de la manera siguiente: se pone a remojar 2 tazas de maiz blanco, en agua fria abundante, durante la noche, en la mañana se enjuaga, se cambia agua, se pone en olla de barro y se coloca a fuego regular dejando hervir suavemente y sin interrupción aumentando agua caliente a medida que se vaya evaporando; cuando el maiz está a medio cocer se agrega 2 cucharadas de lejía (esta no debe ser hecha con ceniza de quebracho) o bien 1/4 cucharadita de bicarbonato de soda. Una vez que el maiz está bien cocido recien se deja espesar.

Al principio de la cocción se mezcla de rato en rato pero una vez que el grano está a medio cocer se dará vuelta constantemente con mecedor de madera.

Agregando cuando principia a espesar la mazamorra, 1 taza de leche, resultará de un sabor muy agradable.

Se toma fria o caliente con azúcar y leche.

De la mazamorra fria se pueden hacer budines y croquetas. (Ver budín de verano y croquetas de maiz).

Puisco
(Aloja de maiz)

Maiz sin pelar	3 kilos
Limones agrios	3

Se hace lejía con agua casi caliente, una vez que se ha asentado la ceniza se quita el agua que debe estar clara y tibia, allí se pone a remojar el maiz que debe ser blanco y sin pelar, despues de estar toda la noche en remojo, al dia siguiente se pela como si fueran garbanzos, entonces se coloca el maiz ya pelado en un recipiente de barro, se le

añade 6 litros de agua tibia, el jugo de 3 limones, se tapa y se deja fermentar durante 3 días; despues de este tiempo ya se la puede tomar, siempre hay que agregarle despues de servida azúcar o miel de caña al paladar. A medida que se va sacando la aloja se le va agregando agua despues de 6 dias el maiz está florecido, entonces cuando se sirve la aloja se pone unos granitos de maiz, resultando así mas agradable.

Aloja de maiz

Maiz blanco sin pelar	3 kilos
Afrecho de trigo	1|2 kilo

Se pela en el mortero el maiz humedecido con agua fria, despues de lavado se pone a hervir en agua fria, cuando el agua disminuye se aumenta agua caliente. esta operación se hace dos veces, despues de esto se saca el maiz se escurre el agua y se pone en un recipiente de barro. con 6 litros de agua tibia, añadiendole agua de afrecho, esto se hace poniendo 1/2 kilo de afrecho de trigo con agua fria, se remueve y se deja asentar, entonces se cuela el agua y se echa al maiz, esto hace de levadura; se tapa el recipiente y como el fermento es rapido al dia siguiente ya está, pero siempre es mejor la aloja de 2 o 3 dias, a medida que se saca la aloja se le va añadiendo agua tibia, se sirve con granitos de maiz y azúcar o miel.

Recado para tamales

Se hace hervir una cabeza de cerdo, se separa la carne de los huesos, se pica y se trincha hasta destrozarla.

Se frie 1 cabeza de cebolla picada, en grasa caliente, se agrega la carne sazonando con sal, pimienta, 1/2 hoja de laurel, 1 copa de oporto y con esta fritura se rellenan los tamales.

Tambien se puede hacer el relleno poniendo en lugar de la cabeza, carne de vaca asada.

Tamales tucumanos

Maiz amarillo sin pelar	5 kilos
Anco	3
Grasa de vaca fina	1|2 kilo
Agua caliente	3 litros

Se pela en el mortero el maiz humedeciendolo con agua fria, una vez pelado se pone a remojar en agua tibia durante dos días, teniendo cuidado de cambiar el agua cada 24 horas, despues de este tiempo se muele de poco en poco en el mortero hasta reducirlo a polvo, cuando está todo molido se pasa por el cernidor, entonces en un bateón a proposito se hace la fuente con la harina de maiz, en el centro se pone 3 kilos de anco cocido y deshecho. se hace salmuera con tres litros de agua hirviendo y se mezcla con 1/2 kilo de grasa de vaca derretida, con esto se hace la masa, empleando una cuchara de madera para no quemarse los dedos, no debe quedar dura, sino como para levantarla con cuchara, si se quiere en el agua se pone pimienta y comino eso es cuestión de gusto.

Despues se arman los tamales sobre chalas de maiz secas, se pone un poco de pasta de harina de maiz, encima el recado que se ha-

ya preparado, bien sea de cabeza de cerdo o de carne, luego se dobla la chala por las dos puntas, se ata con tiritas de chala y se hierven en agua caliente con sal durante una hora, despues de este tiempo se sacan y se sirven.

Tamales peruanos

Se pela y muele el maiz como se explica en la receta anterior, se mezcla la harina del maiz con 3 kilos de anco cocido y se moja con agua en la que se habrá hecho hervir 1 cabeza de cerdo; con la cabeza se prepara el recado.

Para esto se la pica muy menudo, se la frie en grasa en la que previamente se habrá dorado cebolla picada, agregando 1/2 kilo de maní tostado y pelado, aceitunas, huevos duros picados, jamón con grasa.

Se pone un poco de la masa sobre hojas de plátano, encima se coloca un poco del recado, otra vez la masa y se envuelve bien en la hoja la que se ata con filamentos de totora (las hojas de plátano se amortiguan previamente en agua hirviendo). Despues de preparados se echan en una cacerola con agua hirviendo y se hacen hervir durante 3 horas.

Humita en chala

Choclos	18
Grasa	1 1/2 cucharadas
Cebolla picada	1 cucharada
Azúcar	1 taza
Leche	1 taza

Se corta a los choclos mas o menos unos 5 centímetros de la parte superior que sigue al tronco, se separan las chalas con cuidado, se limpian bien los choclos y se pasan suavemente por el rallador para que la ralladura salga finita.

Se frie 1 cucharada de cebolla en la grasa caliente; despues se agrega el choclo rallado, el azúcar, se sazona con sal y se mezcla hasta que se haya dorado bien, luego se agrega la leche mezclando de rato en rato para que no se queme hasta que el choclo se cueza y quede un poco espeso.

Se unen 2 chalas de las mas grandes y se coloca un poco de la mezcla anterior doblándola luego encima para que el choclo quede envuelto en la chala como si se hiciera un pequeño paquete; asi se continúa hasta terminar atando despues las humitas con las chalas que han quedado, las que se habrán cortado en tiritas de 2 centímetros de ancho y anudado como si fueran una cintas para unirlas. Esta operación de envolver y atar se hará prolijamente para que el agua no entre al cocinarlas; despues se echan en una cacerola con agua hirviendo dejando que se cuezan por espacio de 30 minutos mas o menos y una vez que al tocarlas se siente que el choclo se ha endurecido, se sirven en la misma chala.

Pastelitos de choclo

Choclos	12
Azúcar	3 cucharadas
Manteca	2 cucharadas
Cebolla picada	1/2 cabeza
Huevos	2
Leche	1/2 taza

Se saca la chala a los choclos como se explica para las humitas, se elijen las chalas mas grandes y sanas y se echan en una cacerola con agua caliente haciendolas hervir por espacio de 20 minutos.

Se rallan los choclos muy finitos, se frie este puré en la manteca en la que previamente se habrá dorado la cebolla, se sazona con sal y pimienta, se agrega la leche y se deja cocer mezclando con la cuchara de rato en rato, despues se retira, se deja enfriar, se agrega 2 yemas batidas y las claras batidas por separado a punto de nieve; se pone por cucharadas en las chalas que se han preparado y se entran al horno caliente, hasta que se doren, al tiempo de servirlas se recorta la chala con una tijera.

Timbalitos de fideos

Fideos finos de Génova	1/4 kilo
Huevos	2
Caldo, pan rallado, grasa para freir	

Se quiebran los fideos, se echan en el caldo hirviendo y cuando estan cocidos se sacan, se escurren y se refrescan agitándolos con la espumadera; una vez tibios se mezclan con 1 huevo crudo y se pone esta pasta en moldecitos para que tome forma; cuando están frios se sacan del molde, se envuelven en huevo, despues en pan rallado y cernido y se frien en grasa caliente.

Fideos con salchichas

Fideos	1/2 kilo
Salchichas	1/2 metro
Grasa de cerdo o manteca	1 1/2 cucharadas
Salsa de tomate	2 cucharadas
Caldo	1 taza
Queso rallado	3 cucharadas
Una cucharada de cebolla picada, pan rallado	

Se echan los fideos en agua hirviendo con un poquito de sal y antes que estan cocidos se sacan y se escurren por un colador.

Se frien las salchichas en 1 cucharada de grasa caliente, se sacan y en esa misma grasa se frie la cebolla, se agrega la salsa de tomate y el caldo.

Se unta una fuente resistente al horno, con el resto de la grasa se polvorea pan y queso rallado, se pone una camada de la mitad de los fideos, despues las salchichas cortadas en trozos, otra camada de la salsa preparada, se cubre con el resto de los fideos polvoreados con pan y queso rallado y poniendo encima pedacitos de grasa o manteca. Se hace dorar al horno caliente durante 15 minutos, mas o menos.

Torta real de fideos

Macarrones	1/4 kilo
Carne de cerdo	1/2 kilo
Cebolla	1/2 cabeza
Manteca	2 cucharadas
Perejil picado	2 »
Queso parmesano rallado	2 »
Huevos	5
Leche	1 tacita
Grasa de cerdo	1 cucharada

Se hierven en agua con sal los fideos macarrones, una vez cocidos se los pone a escurrir. En una cacerola se frie cebolla finamente picada, en 1 cucharada de grasa, cuando está dorada se añade la carne de cerdo picada, se sazona con sal, pimienta, nuez moscada y laurel, cuando la carne está casi cocida, se añade perejil, queso, leche, los fideos cocidos y la manteca y por último 5 claras batidas a punto de nieve, se revuelve mezclando todo y se vuelca en la tortera que ya estará forrada con la masa número 8, una vez puesto el relleno se formará encima una rejilla con pedacitos de masa cortados como una cinta de 2 centímetros de ancho, primero se colocan las tiritas al traves dejando entre una y otra un espacio de dos centímetros y despues se colocan las otras al largo dejando entre ellas igual distancia, se cuece al horno durante media hora, se saca y se cubre con 5 yemas batidas a punto de torrecita, se entra nuevamente al horno 5 minutos y se sirve.

Macarrones al gratín

Macarrones	1/4 kilo
Manteca	3 cucharadas
Harina	2 cucharadas
Leche	2 tazas
Pan y queso rallado	

Se cuecen los macarrones como se explica en la receta macarrones con huevos, se escurren y se refrescan.

Se hace una salsa blanca con la manteca, harina y leche sazonándola con sal.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno y se van poniendo capas de queso rallado, macarrones y salsa blanca hasta terminar con salsa, se cubre con bastante queso y pan rallado y se entra al horno hasta que se dore.

Macarrones con huevos

Macarrones	1/4 kilo
Huevos escalfados	8
Manteca	2 1/2 cucharadas
Harina	1 cucharada
Leche	1 1/2 tazas
Queso rallado	3 cucharadas
Yemas de huevo	2
Salsa de tomate	

Se pone en una cacerola agua con sal; cuando hierve se echan los macarrones cortados en pedazos, se hacen hervir durante 20 minutos despues se sacan, se escurren poniendolos en un colador y se rocian con agua fria para que se refresquen.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno, se colocan los macarrones polvereandolos con queso y cubriendolos con salsa de tomate, encima se ponen los huevos escalfados. (ver huevos escalfados).

Se hace una salsa crema con la manteca, harina, leche, agregandole 2 yemas de huevo al retirarla del fuego; se cubre con esta salsa los huevos, se polvorea queso rallado y se hace dorar al horno.

Se sirve en la misma fuente o tambien se puede preparar en sartencitos.

Macarrones con jamón

Macarrones	1/4 kilo
Jamón ahumado	8 rebanadas
Manteca	2 cucharadas
Caldo o jugo de carne	1/2 taza
Queso rallado	3 cucharadas

Se cortan los macarrones en pedazos de 4 centímetros, mas o menos y se echan en una cacerola con agua hirviendo a la que se habrá agregado un poco de sal, se mezclan para que no se peguen unos con otros y cuando estan cocidos se sacan, se escurren y se dejan enfriar.

Se unta con manteca una fuente resistente al horno, se polvorea con queso rallado y se colocan camadas de macarrones, jamón picado muy fino poniendo entre los macarrones pedacitos de manteca rociandolos con caldo o jugo de carne y polvoreandolos con queso rallado; se termina con los macarrones cubriendolos con bastante queso rallado y pedacitos de manteca y se entra al horno caliente hasta que se dore el queso.

Ñoques de sémola

Sémola	1 taza
Leche	4 tazas
Queso rallado	4 cucharadas
Manteca	2 cucharadas

Se pone la leche en el fuego; cuando hierve se echa lentamente la sémola mezclando con un cucharón; se deja cocer a fuego lento durante 20 minutos mas o menos aumentando leche si fuera necesario, se agrega un poquito de sal, 2 cucharadas de queso rallado; se mezcla durante unos minutos, se retira del fuego y se vacia en una fuente mojada, de manera que la sémola quede de 1 centímetro de espesor, se deja enfriar, se corta con un molde redondo. Se colocan los ñoques en una fuente resistente al horno o en sartencitos, se polvorea con queso, se pone encima de cada uno un pedacito de manteca del tamaño de un garbanzo y se hacen dorar en el horno caliente durante 15 minutos mas o menos.

CAPITULO 18°

PASTELERIA

Y blanco pan les prometo
Que amasamos yo y Teresa,
Que pan blanco y limpia mesa
Abren las ganas a un muerto.

ROJAS

Masa N o 1	Harina	1[2 kilo
	Huevos	3
	Salmuera	1 taza
	Manteca	1 taza

Se pone la harina sobre la mesa y se hace la fuente, es decir, se forma con la harina una especie de corona dejando un hueco en el centro donde se ponen 3 yemas ligeramente batidas, 1 taza de agua fria con sal y se empieza a unir la masa, cuando está unida mientras se soba se agrega poco a poco 2 cucharadas de manteca, se conoce que la masa está a punto cuando se pone muy suave y empieza a hacerse bombitas que revientan al sobar. Se estira la masa con el palote hasta adelgazarla bastante, se le unta manteca y se la enrolla empezando por un extremo, se estira con el palote y se unta manteca y se enrolla nuevamente como la vez primera, se estira con el palote por tercera vez y se corta como se quiera.

Masa N.o 2	Harina de maiz capia	1[2 kilo
	Huevos	2
	Manteca	1 taza
	Azúcar	1 tazá

Se forma la fuente con la harina separando una tacita de harina, en el centro se ponen 2 yemas batidas con 1 taza de azúcar molida y cernida y 1 taza de manteca derretidá, se une la masa sin sobar, luego se polvorea la masa con harina seca y se desmenuza encima la masa con la mano, se polvorea la masa con harina seca y se van levantando pedacitos que se achatan con la mano y se cubre con ellos la fuente en que se ha de hacer el pastel, despues de forradá en masa la fuente, se pone el recado que se quiera y se tapa con otra capa de masa que se extiende con el filo de un cuchillo, se cuece al horno hasta que se dore.

Masa N.o 3	Harina	1 kilo
	Huevos	5
	Agua salada	1[2 vaso

Se hace la fuente y en el centro se pone 3 huevos enteros, 2 yemas y 1[2 vaso de agua con sal, se une la masa y se soba mucho, esta masa es muy dura, si acaso el agua resulta insuficiente se puede añadir un poco mas, pero siempre en pequeñas cantidades. Cuando la masa está suficientemente sobada se estira con el palote y se coloca sobre ella con una cucharita pequeña, cantidades del relleno que se ha preparado, esto se hace solo en la mitad de la masa, cuando se ha terminado se dobla la masa sobre la que contiene el relleno y con la ruedita de cortar ravioles se pasa fuerte cortando los cuadraditos que luego se extienden sobre harina seca. Los rávioles se cuecen 25 minutos en agua con sal.

Masa N.o 4 Otra masa para ravioles	Harina	1[2 kilo
	Huevos	3
	Agua salada	1 vasito
	Manteca	2 cucharadas

Se hace la fuente, en el centro se ponen 2 huevos enteros, una yema, el agua con sal y la manteca derretida, se empieza a batir con un tenedor y se va mezclando con la harina, cuando todo está unido se soba hasta dejar una masa suave, entonces se procede como con la anterior.

Masa N.o 5
Para tallarines de verdura

Harina	1 kilo
Espinacas francesas	6 atados
Huevos	3

Se cuecen las espinacas despues de quitarles los troncos y lavarlas. Cuando están cocidas se escurren y estrujan perfectamente y se pisan en el mortero.

Se unen las espinacas con los huevos ligeramente batidos y la harina y se soba hasta que se haga una masa suave. Se polvorea la mesa con harina seca, se estira la masa con el palote, se polvorea la masa con harina seca y se enrolla, en seguida se va cortando rueditas finas con un cuchillo filoso, al terminar se desenrrollan los tallarines y se extiende sobre harina seca para que se oréen. Se cuecen en abundante agua con sal durante 10 o 15 minutos.

Masa N.o 6
Ñoques

Harina	1 kilo
Huevos	6
Agua	1 taza

Se baten los huevos lijeramente, y se mezclan con la harina, humedeciendo la masa con un poco de agua, se soba hasta que esté suave y se hace con ella cordones que luego se cortan de 3 centimetros de largo y se pasan uno a uno por un tenedor, así toman la forma de caracoles alargados y quedan muy bonitos. Se cuecen en agua con sal 20 minutos.

Masa N.o 7
Ñoques

Harina	1|2 kilo
Papas	1 kilo
Manteca	1 cucharada
Huevos	3
Queso rallado	2 cucharadas

Se cuecen las papas peladas en agua, se escurren y se pasan por la máquina de hacer puré, se ponen en una fuente honda y se amasa con la palita de madera, añadiendo la harina, 3 yemas, 1 cucharada de manteca, 2 de queso rallado, sal, pimienta y nuez moscada, cuando todo está perfectamente unido, se hacen cordones de masa teniendo cuidado de untarse las manos con harina seca, y se cortan pedacitos del tamaño de un garbanzo, cuando es el momento se cuecen 20 minutos en agua hirviendo con sal.

Masa N.o 8

Harina	1|2 kilo
Huevos	1
Limón agrio	1|2
Manteca	1 cucharada
Leche	1 tacita

Se hace la fuente con la harina, en el hueco del centro se pone una yema, 1 tacita de leche, el jugo de 1|2 limón, 1 cucharada de manteca derretida y sal suficiente, se bate con un tenedor y se va uniendo poco a poco, debe quedar una masa suave y tierna, luego se estira con el palote hasta que tenga el grueso de medio centímetro y se forran con ella los moldes que se quiera, ya sea para hacer pasteles o timbales.

Masa N.o 9		
	Harina	1|2 kilo
	Manteca	200 gramos
	Sal	1|2 cucharadita
	Huevos	6
	Agua tibia	6 cucharadas

Se hace la fuente, en el centro se ponen 6 yemas lijeramente batidas, 6 cucharadas de agua tibia, manteca derretida y sal, se mezcla todo y se soba hasta formar una masa suave. Esta masa se utiliza para pasteles en fuente.

Masa N.o 10		
	Harina	300 gramos
	Manteca	150 gramos
	Yemas	3 y 1 huevo entero
	Sal	1|2 cucharadita

Se hace una masa suave procediendo en igual forma que en la anterior, cuando está bien sobada se forran con ella pequeños moldecitos que se rellenan con la preparación que se quiera y se cuecen al horno 5 minutos. Los moldes se untan previamente con grasa o manteca.

Masa N.o 11 hojaldre		
	Harina	1|2 kilo
	Manteca	1|2 »
	Huevos	2
	Agua con sal	lo suficiente

Se hace una masa empleando la mitad de la manteca, cuando está blanda y suave se extira con el palote, se extiende una capa de manteca se dobla en 3 partes y se estira nuevamente, esta operación se repite tres veces hasta concluir con la manteca y se la utiliza para lo que se quiera hacer.

Masa N.o 12 Canastitas		
	Harina	1|2 kilo
	Royal	1 cacharadita
	Salmuera tibia	1 tacita
	Grasa de cerdo	1|4 kilo
	Huevos	2

Se mezcla la harina con el Royal y se hace la fuente, en el centro se ponen 2 yemas y una tacita de salmuera tibia, se une con la harina, si el agua resultara pura se aumenta lo suficiente para que se humedezca toda la harina y se soba agregando poco a poco la grasa, se conocerá que la masa está a punto si partiéndola con un cuchillo no tiene agujeritos. Se untan moldecitos chicos de los de quimbos con manteca y se forran completamente con pedacitos de masa, aparte se hacen

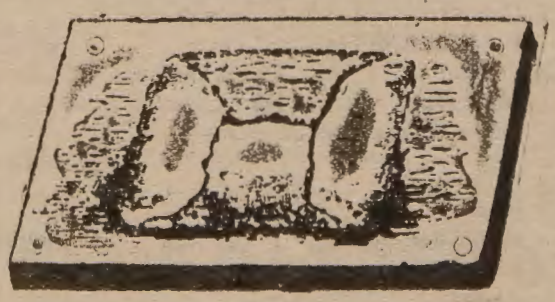
unas manijitas, se llenan los moldes de harina seca para que al cocerse la masa no se levante y se cuecen al horno junto con las manijitas. Una vez cocídas se saca la harina y se llenan con mayonesa bien sea de ave o pescado y se cubren con huevos duros, aceitunas, y remolachas cocidas, colocándoles las manijitas. Se sirven frias.

Masa mil hojas

Harina	150	gramos
Manteca	150	gramos
Agua fria	2	tacitas
Sal refinada	1	cucharadita

Se pasa la harina por un tamiz, se pone sobre la tabla de amasar, se hace la fuente poniendo en el hoyo del medio la sal y un poquito de agua, se disuelve bien la sal con el agua y despues con los dedos de la mano derecha, un poco abiertos, se principia a mojar la harina agregando poco a poco más agua, a medida que va absorbiendo hasta formar una masa más bien un poco blanda que dura. (La cantidad de agua varía segun la clase de harina y como pueden absorber más o menos agua, se observará al agregarla, la cantidad necesaria para darle la consistencia ya indicada.)

Cuando la harina y el agua así amasadas forman una masa blanda y suave, se despega de la tabla, se forma una bola, se tapa con una servilleta doblada y se deja reposar durante 15 minutos. Despues de este tiempo se vuelve a poner en la tabla, se extiende la masa apretándola con el puño hasta darle un espesor de 3 centímetros, más o menos, se coloca en el centro un pan de manteca de 150 gramos que previamente de habrá hecho endurecer poniéndolo en un sitio fresco, (en verano se pondrá sobre hielo) se dobla la masa sobre la manteca de manera que ésta quede completamente envuelta, se apretan los bordes para soldarlos.



Masa con la manteca y los bordes soldados

Despues de esto se extiende la masa con el rodillo sin apretar mucho para no dejar salir la manteca y polvoreando con harina para evitar que la masa se pegue, se extira rápidamente hasta darle un espesor de 8 a 10 milímetros y una extensión de 80 centímetros de largo por 20 de ancho, mas o menos; en seguida se dobla uno de los bordes y despues el otro de manera que resulten 3 dobleces iguales.

La masa doblada y lista para extenderla con el rodillo

Se deja reposar durante 10 minutos, despues de este tiempo se extiende de nuevo con el rodillo hasta darle el espesor anterior, se vuelve a doblar, se deja reposar otros 10 minutos y por ultimo se extiende con el rodillo sobre la tabla lijeramente polvoreada con harina hasta darle un espesor de 1/2 centímetro.

Si se desea hacer masitas, se corta con el molde que se desee, se pintan con yema de huevo y se cuecen al horno bastante caliente.

Observaciones.—Esta masa, desde que se le pone la manteca hay que trabajarla rapidamentn y en un sitio fresco, en los dias de fuerte calor se pondrá la tabla de amasar sobre hielo machacado y siempre que se deje reposar se hará en sitio fresco.

Cuando se hornea en cocina económica o de gas como el calor es mas fuerte de un lado, se dará vuelta a la placa para que la masa suba igual de todos lados; si se ve que suben mas de un lado, se aplastan suavemente para igualarlos.

El tiempo que necesita para cocerse es 15 minutos.

Empanadas tucumanas

Carne del blando	1 kilo	Ingredientes para el recado
Grasa derretida	1|2 taza	
Cebolla verde	2 plantas	
Cebolla blanca	1 cabeza	
Pasas de Corinto	1|2 taza	
Comino	1 cucharadita	
Pimentón	1|2 cucharadita	
Sal, pimienta, huevos duros		

Harina	1 kilo	Ingredientes para la masa
Grasa derretida	1 1|2 taza	
Huevo	1	

Para hacer el recado se pica la carne menudita, se pone en una cacerolita, se echa encima agua hirviendo mezclando la carne hasta que se pone un poco blanca, entonces se saca, se escurre el agua por un colador enlozado y se extiende en una fuente agregando las pasas remojadas en agua tibia, 2 huevos duros picados, sal, pimienta y si se desea, ají picante molido.

Aparte se pone al fuego la grasa; cuando está caliente se echa la cebolla verde y blanca picadas muy finitas y el pimentón; una vez que la cebolla está frita se agrega un chorrito de agua caliente, se deja hervir, se retira del fuego dejando que se enfrie un poco y entonces se agrega a la carne mezclando perfectamente.

Para hacer la masa se pone la harina sobre la tabla de amasar, se hace la fuente separando un poco de harina para secar la masa, se pone en el hueco del medio 2 tazas de agua tibia en la que se habrá disuelto 3 cucharaditas de sal refinada, la yema y se principia a mojar la harina agregando a la vez la grasa tibia tratando de unir sin amasar; despues se apuña la masa, en seguida se cortajea en pedazos, se polvorea harina seca, se rocía con grasa tibia volviendo a polvorear harina seca y apuñando de nuevo hasta que queda una masa lisa; entonces se corta en trozos (tamaño: lo que cabe en el hueco de la mano), se da a cada uno la forma de un bollito, se extiran con el rodillo por el lado liso hasta darle una forma redonda y un grueso de 2 milímetros, se coloca en la mitad de cada redondela un poco de recado preparado, se mojan los bordes con agua fria, se cierran apretando los bordes para soldarlos y se repulgan.

Se cuecen al horno bien caliente.

(Receta de la profesional señorita Lola Cano.)

Empanadas de Famaillá

Gallina	1	Ingredientes para el recado
Grasa	1 taza	
Harina	1 cucharada	
Caldo	1 taza	
Cominos, aceitunas, pasas, papas, cebolla, orégano, sal, pimienta, pimentón, huevos duros		

(Famaillá es una localidad de la provincia de Tucumán, famosa por la elaboración de buenas empanadas)

Se sancocha la gallina en el caldo y se corta en pedazos.

Se calienta la grasa, se frie la cebolla agregando despues 1 cucharadita de pimentón, se retira del fuego y se agrega la gallina, las papas cocidas y picadas, las aceitunas, pasas, orégano y huevos duros picados sazonando con sal y pimienta. Se deslie la harina en el caldo frio, se agrega a la preparación anterior y se vuelve al fuego mezclando durante 5 minutos, se retira y se deja enfriar.

Harina	1 kilo	Ingredientes para la masa
Grasa	1|2 kilo	
Huevo	1	

Se hace la fuente, se pone en el medio 2 tazas de salmuera tibia y 1 huevo, se mezcla y se principia a mojar la masa, despues se soba por partes agregando la grasa; cuando queda una masa lisa se corta en trozos dando a cada uno la forma de un bollito, se extienden con el rodillo por el lado liso dándoles una forma redonda, se pone en cada uno un poco del recado de gallina y se termina como se indica para las empanadas tucumanas.

Empanadas cordobesas

Harina	1 Kilo (cuatro tazas)
Grasa de vaca (derretida)	8 tazas
Carne del blando	1 Kilo
Caldo	1 12 tazas
Huevos duros	2

Una cucharada de comino, 10 aceitunas, 20 pasas, 4 papas cocidas y picadas, 2 zanahorias cocidas y picadas, 2 tomates picados y sin semilla, 1 cabcza de cebolla picada, 2 dientes de ajo 2 cucharaditas de pimentón, sal, pimienta

Se sancocha la carne en agua con sal y se pica.

Se pone 2 tazas de grasa en una cacerola; cuando está muy caliente se dora el ajo, se saca el ajo, se agrega 1 cucharadita de pimentón; se retira la cacerola del fuego y se echa la carne, las verduras, los condimentos, las pasas, aceitunas, los huevos duros picados, 1 taza de caldo y se pone de nuevo en el fuego dejando hervir despacio durante 10 minutos; despues se agrega 1 cucharada de harina disuelta en 1/2 taza de caldo, se mezcla durante 5 minutos y se retira del fuego.

Para hacer la masa se pone la harina sobre la mesa o tabla de amasar, se hace la fuente separando 1¦4 parte de la harina para secar la masa; se pone en el medio 1 taza de agua en la que se habrá disuelto 1 cucharadita de sal, se moja la masa, se agrega la grasa con una cucharadita de pimentón, aumentando la harina necesaria; se amasa hasta que queda tierna, se corta en pedazos, (tamaño: lo que cabe en el hueco de la mano), se redondean estos pedazos, se extiende con el palote por el lado liso, dando una forma redonda; se coloca en la mitad de cada una 2 cucharadas de recado, se mojan con agua fria los bordes interiores de la masa, se pegan, se hace un repulgo y se cocinan en horno muy caliente.

Empanadas salteñas
(horneadas)

Carne blanda	1 Kilo	Ingredientes para el recado
Cebolla verde	2 cabezas	
Grasa de vaca	1¦4 Kilo	
Papas	8	
Pasas	1 taza	
Huevos	4	
Pimenton colorado dulce		

Harina	1 Kilo	Ingredientes para la masa
Salmuera	1¦2 litro	
Grasa de vaca	1¦2 kilo	

Se pica la carne y dos cabezas de cebolla verde con la cola, se coloca todo en un recipiente hondo y se cubre totalmente con agua hirviendo, se deja en reposo durante 10 minutos, se revuelve y se aprieta con la espumadera y por último se escurre en el colador hasta que no quede nada de agua, entonces se le echa agua fria la que se cambía 3 o 4 veces pero sin exprimir, despues de haber cambiado el agua por última vez, se escurre, se sazona con sal y pimienta, se agregan las papas cocidas y cortadas en pedacitos y se le echa medio kilo de grasa frita se mezcla bien y se pone a enfriar, si es verano se pondrá en el hielo hasta que la grasa se coagule.

La grasa frita se prepara del modo siguiente: Se pone a derretir la grasa, cuando está bien caliente se echa pimentón colorado dulce o picante, como se quiera, se revuelve rápidamente y se retira del fuego, hasta que el pimentón se precipite al fondo y quede la grasa clara y de un color rojo, entonces se la usa en la forma que se ha indicado.

La masa se prepara del modo siguiente:

Con el kilo de harina de hace la fuente, humedeciendo la masa con medio litro de salmuera, a veces no basta el medio litro para humedecerla, esto depende de la clase de harina hay algunas que absorben mas agua que otras, así que la que amasa debe darse cuenta de la cantidad que debe aumentar, no mojando demasiado porque esta masa debe ser muy dura, una vez unida la harina con el agua se empieza a sobar tomando pedazos de masa y se va agregando la grasa poco a poco, cuando la masa empieza a hacerse ampollas y a sonar ya está a punto

entonces se extiende con el plote dándole un grueso regular y se corta en redondels que se van colocando unas sobre otras para que no se sequen. Para armarlas se humedece el borde de las redondelas mojando los dedos en agua fría, se colocan en el medio del recado, huevos duros cortados en pedacitos y pasas que se habrán remojado previamente en agua fria despues de quitarles los tronquitos, entonces se dobla la masa y se apretan los bordes con los dedos para unirlos, haciendo el repulgo en seguida. Cuando se ha terminado esta operación se unta cada empanada por la parte superior con grasa frita o grasa colorada, para esto puede utilizarse una pluma, despues se hornean, cuidando que el horno no esté muy caliente para que no se quemen.

Empanadas fritas

El recado se prepara exactamente igual que el que se ha explicado anteriormente. Al hacer la masa hay que añadir dos yemas de huevo y para freirlas hay que tener mucho cuidado, el mejor sistema es el siguiente: en una olla de fierro se pone una buena cantidad de grasa de vaca, cuando está caliente pero no excesivamente se echan las empanadas y se las frie bañándolas constantemente con la grasa, cuando toman un color amarillento se retira la olla del fuego y se las deja hasta que se acaban de dorar, entonces se las saca escurriéndolas prolijamente para que no les quede grasa, y se van echando las demás siguiendo el mismo procedimiento hasta terminar. De este modo se consigue que no se revienten y parezcan horneadas.

Empanadas de sesos

Harina	1/2	kilo	Ingredientes para la masa
Aceite	1	cucharon	
Huevos	2		
Manteca	1	cucharada	

Sesos	1		Ingredientes para el recado
Aceite	2	cucharadas	
Cebolla	1/2	cabeza	
Perejil picado	2	cucharadas	
Lechugas	1	plantita tierna	
Leche	1	taza	
Manteca	1	tacita	
Huevos	2		
Ajos	2	dientes	

Con 1/2 kilo de harina se hace la fuente, poniendo en el centro 1 cucharón de aceite, 1 cucharada de manteca, 1 huevo entero, 1 yema y salmuera fuerte, (1 taza), se mezcla esto bien y se une con la harina, si no ha bastado el agua para mojar la masa se aumenta salmuera en cantidad suficiente y se soba tomando pedazos de masa hasta que empieza a hacerse bombitas, entonces está a punto, se estira con el palote hasta que quede delgada y se cortan rueditas pequeñas que se llenan en el recado siguiente:

Se remojan los sesos en agua fria, se les quita la piel y se los hace cocer en agua con sal, una vez cocidos se los deja enfriar, trinchándolos despues de frios muy finitos.

En una cacerola se ponen dos cucharadas de aceite, cuando está

caliente se echa la cebolla picada, y en seguida los ajos, una vez todo dorado se añaden los sesos, sazonando con sal, pimienta, nuez moscada y perejil, se revuelve para que todo se fria y por último se añade una plantita de lechuga cortada como tallarines y saltada en manteca, un poco de salsa blanca y la manteca que ha sobrado de las lechugas despues de haberla colado, se retira del fuego y se deja enfriar, armando despues las empanaditas poniendo en cada una un pedacito de huevo duro.

Se frien en grasa o aceite como se quiera, estas empanadas no deben guardarse porque se ponen blandas.

Empanadas de Ostras

Harina	1|2 kilo	Ingredientes para la masa Nº 1
Huevos	3	
Salmuera	1 taza	
Manteca	1 taza	
Ostras	1|2 tarro	Ingredientes para el recado
Salsa blanca	1 taza	
Cebolla	1|4 de cabeza	
Manteca	1 cucharada	
Huevos	2	

Con medio kilo de harina se hace la fuente, en el centro se ponen tres yemas ligeramente batidas, una taza de agua con sal fría, y se empieza a amasar, cuando la masa está suave se le empieza a amasar, y a añadir la manteca poco a poco hasta completar dos cucharadas grandes y se continúa sobando, cuando empieza a sonar la masa y hacerse aempollas ya está. Se estira con el palote, se unta con manteca y se empieza a enrollar por un extremo, se estira nuevamente con el palote, se unta otra vez con manteca, se enrolla nuevamente y se estira con el palote, entonces se cortan pequeñas redondelas, siendo un buen tamaño el de los platos de las tazas de café.

En una cacerola se pone una cucharada de manteca friendo en ella la cuarta parte de una cabeza de cebolla picada, cuando está dorada se añaden las ostras cortadas finito, se sazona con sal y pimienta, se revuelve durante dos minutos y se retira del fuego, añadiéndole dos huevos duros picados y la salsa blanca que debe ser muy espesa, se revuelve y se deja enfriar.

Una vez todo listo se llenan las empanaditas colocando en cada una una cucharada de las de postre de la pasta, se humedecen los bordes y se los une apretando con los dedos, al hacerlo hay que tener cuidado de no apretar muy en la orilla porque entonces no se abren las hojas. Para freirlas se hace como se ha explicado anteriormente, solo que para que salgan con muchas hojas hay que rozar suavemente los bordes con la espumadera mientras se frien siempre hacia arriba, para que se vayan despegando y queden como una rosa.

Empanaditas Emilia

Pollo	1
Leche	1 taza
Manteca	1 cucharada
Aceite	1 tacita
Grasa de vaca derretida	1 tacita
Huevos	3

La harina suficiente para levantar la masa, 1 cucharada de cebolla picada 25 pasas remojadas y sin la semilla, 5 aceitunas picadas sin la semilla, sal, pimienta nuez moscada.

Se hace el recado de la manera siguiente: Se sancocha el pollo en el caldo, se saca y se pica la carne.

Se dora la cebolla en la manteca caliente, se agrega la carne de pollo, las pasas, aceitunas, 1 huevo duro picado, la leche; se sazona con sal pimienta y nuez moscada y se deja hervir a fuego lento hasta que la leche se consuma, entonces se retira y se deja enfriar.

Para hacer la masa: se mezcla en una fuente el aceite, la grasa tibia, 1 tacita de agua tibia con un poquito de sal, 2 huevos; se agrega poco a poco la harina hasta que toma la consistencia de una masa, se saca de la fuente, se pone sobre la tabla de amasar y se amasa hasta que la grasa se pierde, se ofla y se corta en redondelas; se pone en cada una un poco del recado de pollo, se mojan los bordes de la masa con agua fría, se pegan, se repulgan y se cuecen en el horno muy caliente.

(Estas empanaditas tambien se pueden hacer fritas en grasa de vaca)

Pastelitos de hoja

Harina	1/2 kilo	Ingredientes para la masa
Huevos	3	
Salmuera	1 taza	
Manteca	1 taza	
Carne blanda	1/4 kilo	Ingredientes para el recado
Papas	2	
Grasa de cerdo	1 cucharada	
Cebolla	1/2 cabeza	
Huevos	2	
Pasas	1 tacita	

La masa se hace como la indicada con el número 1, se cortan redondelas o cuadrados del tamaño que se desee y se llenan con el recado siguiente:

Se frie en manteca cebolla, si es verde mejor, cuando toma color se añade la carne picada muy finito sazonando con sal pimienta y pimentón colorado, se deja freir hasta que la carne ha soltado bastante jugo y antes de retirar se agregan papas cocidas y picadas, al llenar los pásteles se ponen pasas y huevos duros en el recado. Se tapan y se pegan los bordes humedeciéndolos con agua fria. Se frien teniendo las mismas precauciones que con las empanadas, al servirlos si se quiere se polvorean con azúcar.

Estos pasteles pueden rellenarse con ostras preparando la pasta igual que para las empanadas.

Pastelitos mil hojas

Se hace una masa de hojaldre como se explica para la masa mil hojas.

Se prepara un relleno con pollo picado y pasado por la máquina sazonándolo de buen gusto.

Aparte se hace una salsa crema.

Despues de extender la masa mil hojas hasta el espesor de 1/2 centímetro, se corta con un corta pasta redondo de 4 centímetros de diámetro, 16 discos, a 8 de estos discos se recorta el centro con otro corta pasta de 2 centímetros de diámetro; se humedecen los bordes de los primeros con agua, se pega encima los discos con el centro recortado y se coloca adentro un poco del recado de pollo, se cubre con un poquito de salsa y se tapa con las redondelitas de 2 centímetros que quedan; despues se entran al horno caliente siguiéndose las observaciones que se hacen en la receta de la masa mil hojas.

Pastelitos ingleses

Harina, manteca, queso rallado

Se amasa junto, 1 taza de harina, 1 taza de manteca y 1[2 taza de queso rallado, se extira con el palote y se corta la masa con un molde redondo; se ponen sobre latas untadas con manteca y se hacen cocer al horno.

Aparte se mezcla 1[4 taza de manteca con igual cantidad de queso rallado; cuando los pastelitos están cocidos se untan con esta pasta, se pegan de dos en dos y se entran de nuevo al horno para servirlos muy calientes.

Si fuera necesario se agregará 1 cucharada de agua a la masa porque segun la clase de harina o queso a veces no se puede unir bien y añadiendo el agua se conseguirá unirla perfectamente.

Al rallar el queso se tendrá cuidado de que salga muy finito y sin pedacitos duros lo que estorbaría para unir bien la masa.

Ramequins

Huevos	3
Harina	1 taza
Manteca	60 gramos (1 1[2 cucharada)
Agua	2 tacitas
Queso, sal, pimienta	

Se pone en una cacerola chica, la manteca, el agua, un poquito de sal y pimienta; se hace hervir, se retira del fuego y se agrega la harina mezclando bien con cuchara de madera hasta desleirla bien, se vuelve a poner al fuego y se agregan 3 huevos uno despues de otro y mezclando siempre. Se pone esta preparación en sartencitos untados con manteca en cantidad del tamaño de un huevo, se coloca en el medio de cada uno un pedacito de queso del tamaño de un dado y se entran al horno caliente con más calor de abajo. Se sirven en los mismos sartencitos.

Pastel de Panqueques

Harina	3 cucharadas
Leche	1 taza
Huevos	3
Manteca, relleno de carne o aves	

Se baten los huevos en un plato añadiendo la leche, la harina, y un poquito de sal; cuando todo está muy bien unido, se pone en una sarten chica 1[2 cucharadita de manteca y antes que se derrita se echa 1 cucharada de la pasta, haciendo que se extienda hasta cubrir el fondo; una vez que queda cocida de un lado se levanta con la punta de un cuchillo dándola vuelta para que se cueza del otro lado. Se repite la operación hasta terminar con la pasta; entonces se van colocando en una fuente honda que resista al horno, una capa de panqueque y una camada de picadillo de carne o pollo (Ver panqueques rellenos con carne o pollo), Una vez que se ha terminado se polvorea con azúcar molida, se quema el azúcar con una plancha caliente y se entra al horno durante 10 minutos mas o menos.

Tambien se puede hacer con relleno de pescado o verdura.

Panqueques rellenos con carne

Harina	1/2 taza	Ingredientes para la masa
Leche	1 taza	
Huevos	2	
Carne blanda	1/4 kilo	Ingredientes para el relleno
Cebolla	1/4 cabeza	
Tomates	2	
Manteca	1 cucharada	

Se frie cebolla en una cucharada de manteca, cuando está dorada se añade un tomate despojado de la piel y finamente picado, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y se deja cocer hasta obtener una salsa, entonces se añade la carne picada y trinchada con la hachuela hasta que quede casi molida, se tapa y se deja cocer suavemente, cuando está a punto se rellenan los panqueques, se colocan en una fuente se bañan con salsa de tomate y se sirven calientes.

Para hacer los panqueques se baten dos huevos en un plato, añadiendo la leche, la harina y un poquito de sal, se continúa batiendo hasta que todo está perfectamente unido, entonces se pone una sarten chica de fierro al fuego, cuando está caliente se le echan unas gotas de aceite, se levanta una cucharada de la pasta y se echa a la sartén de modo que se extienda hasta cubrir el fondo, calculando que se haya cocido de abajo, se vuelca sobre un plato y se pone nuevamente en la sarten para que se cueza del otro lado, así se continúa hasta terminar con la pasta, en seguida se rellenan y se enrollan, colocándolos en una fuente y bañándolos con salsa de tomate. Esta operación es mejor hacerla entre dos personas, para que los panqueques se rellenen en seguida antes de que se enfrien.

Panqueques con pollo

Se hacen los panqueques como se explica para el pastel de panqueques.

Se prepara un picadillo de pollo sazonándolo de buen gusto.

Cuando están los panqueques cocidos se pone en un extremo un poco del relleno, se enrollan rápidamente para evitar que se enfrien y se sirven con salsa de tomate.

Crêpes al horno

Harina	300 gramos	Ingredientes para la masa
Leche	3/4 litro	
Huevos	6	
Pescado	1/2	Ingredientes para el relleno
Manteca	1 tacita	
Harina	1 cucharadita	
Caldo	1 tacita	
Puré de tomate	1 taza	
Queso rallado	3 cucharadas	

Se hace una masa blanda con harina, leche y huevos se une todo, sin sobar y se deja en reposo dos horas. Luego se toman pequeños pedacitos de masa lo suficiente para hacer tortillas del tamaño de un plato de postre se rellenan con la pasta preparada, se enrrollan, se co-

locan en una asadera o una fuente enlozada, se polvorean con queso, se rocian con puré de tomates, se colocan de trecho en trecho pedacitos de manteca y se ponen a dorar al horno.

La pasta para el relleno se hace con pescado o aves, para esto pueden aprovecharse los restos que hayan quedado. Se pone una cucharada de manteca, una vez derretida se echan los restos de pescado o ave, se frien añadiendo en seguida una cucharadita de harina, se revuelve unos minutos y se agrega puré de tomate y caldo, pimienta y nuez moscada, se cuece hasta que la pasta queda regularmente gruesa, se deja enfriar y se rellenan los crêpes.

Ñoques

Manteca	1 taza
Queso rallado	1 taza
Salsa de tomate	2 tazas
Estofado	lo suficiente

Se hacen los ñoques como lo indica la masa N. 6 o la N. 7. Se cuecen en agua hirviendo con sal durante 20 minutos, una vez cocidos se escurren y se acomodan en una fuente, poniendo una capa de ñoques otra de manteca, queso rallado, estofado y así hasta concluir, la última capa debe ser de queso y salsa de tomates. Se entra al horno 5 minutos y se sirve.

Ravioles

Salchichas	1/2 kilo
Manteca	2 cucharadas
Cebolla	1/2 cabeza
Tomates	1
Perejil picado	2 cucharadas
Huevos	4 »
Miga de pan	1 tacita
Leche	1 »
Queso rallado	2 cucharadas
Espinacas	2 atados
Borraja fresca	1 atado
Sesos	1/2
Aceitunas	1 cucharada

Se frie cebolla en manteca, cuando está dorada, se añaden las salchichas sacadas de la tripa, tomate y perejil picado, sazonando con sal, pimienta y nuez moscada, cuando todo está cocido se pisa todo en el mortero hasta reducirlo a una pasta, añadiendo miga de pan mojada en leche, espinacas y borraja cocida y exprimida, dos huevos crudos, sesos hervidos aceitunas, queso rallado y dos huevos duros, una vez hecha la pasta se hacen los ravioles con la masa N.o 3. Los ravioles es mejor hacerlos el día anterior.

Los ravioles se sirven despues de cocidos en una fuente, se bañan con un buen estofado de carne y se polvorean con queso rallado.

Ravioles de ostras

Ostras	1 tarro
Perejil picado	2 cucharadas
Miga de pan	1 tacita
Leche	1 «
Espinacas	1 atado
Cebolla	1/2 cabeza
Queso rallado	1 cucharada
Manteca	2 cucharadas
Laurel	1 hoja

Se frie cebolla en manteca, cuando está dorada se añaden las ostras picadas sin el jugo y perejil picado, sazonando con sal, pimienta, nuez moscada y laurel, se frie un poco y se retira del fuego, entonces se añade miga de pan mojada en leche, espinacas cocidas y molidas y queso rallado, se pisa todo en el mortero hasta formar una pasta y se llenan los ravioles con ella.

La masa para estos ravioles es la indicada en el N.o 4.

Se sirven con queso rallado y un buen estofado.

Tallarines a la crema

Tallarines	1/2	kilo
Salsa crema	1	taza
Puré de tomates	1	taza
Queso rallado	3	cucharadas

Se hierven los tallarines en agua con sal, una vez cocidos se escurren en el colador enlozado y se colocan en una fuente redonda formando corona, se los polvorea con queso rallado, colocando en el centro de la fuente la salsa crema coloreada con puré de tomates, se entra unos minutos al horno y se sirve.

Tallarines de verdura

Carne blanda	1	kilo
Cebolla	8	cabezas
Tomates	4	
Hongos secos	10	
Laurel	1	hoja
Vino blanco	1	vaso
Tocino	2	tiritas
Ajos	2	dientes
Grasa de cerdo	2	cucharadas
Perejil	1	ramito
Pimientos	2	

En una olla de fierro se pone grasa, cuando está caliente se frie cebolla, antes de que se dore completamente se agregan los ajos picados y en seguida la carne, mezclada con tiritas de tocino, para esto se hace en la carne una incisión profunda con un cuchillo de hoja fina y en el hueco que queda se introducen tiras finas de tocino se frie la carne hasta que está dorada, en seguida se añaden, los pimientos y tomates cortados en rebanadas, laurel, un ramito de perejil, hongos secos remojados durante una o dos horas en agua tibia, vino blanco, sal, pimienta y nuez moscada, se tapa y se deja cocer lentamente, se necesita de 2 1/2 horas a 3 para obtener buen estofado, al cocerse se saca asi que hay que agregarle caldo en buena cantidad para obtener salsa suficiente

Se hacen los tallarines como lo indica la masa N.o 5, se echan en agua hirviendo con sal y se cuecen durante 15 o 20 minutos, una vez cocidos se escurren en un colador enlozado y se colocan en una fuente se polvorean con queso rallado, se cubren con rebanadas finas de carne del estofado y se bañan con la salsa. Si se quiere se entra al horno unos minutos pero no es necesario.

Este estofado puede hacerse de palomitas, siendo el procedimiento el mismo.

Torta pascualina

Harina	3/4 kilo	Ingredientes para la masa
Salmuera	la suficiente	
Aceite	1 taza	
Acelgas	10 plantas	Ingredientes para la pasta
Espinacas	10 plantas	
Queso rallado	3 cucharadas	
Huevos	5	
Aceite	1 taza	

Se deshojan y se lavan las acelgas y espinacas, se las pone sin agua en un tacho con tres puñados de sal gruesa, dejándolas asi hasta el otro dia. Se sacan y lavan para quitarles el exceso de sal, se estrujan con las manos para quitarles el agua que tengan y se pican con la hachuela, añadiendo despues dos dientes de ajo molidos, queso rallado, pimienta nuez moscada aceite y 5 huevos lijeramente batidos.

Se hace una masa suave con 3/4 kilo de harina, 1 taza de aceite y agua con sal, lo suficiente para mojar la harina, se soba hasta que este suave y se divide en 3 partes, se estira cada una con el palote hasta que tenga el grueso de medio centimetro, en una tortera se pone aceite, en seguida una de las tortillas de masa que deben ser del mismo tamaño de la tortera y que cubra el fondo hasta los bordes, encima se extiende una capa de verduras, haciendo pequeños huecos donde se ponen huevos crudos enteros, se polvorea con sal fina y se coloca otra tortilla de masa, continuando asi hasta terminar, al colocar la última tapa de masa se apretan los bordes y se entra al horno con fuego moderado, cuando está cocida se saca y se sirve fria.

Pastel de masa real

Harina	2 tazas
Grasa de vaca	1 taza
Aguardiente o caña	1/2 vaso
Canela molida	1 cucharada
Azúcar en polvo	1 taza
Sal	1/2 cucharadita
Yemas de huevo	4
Claras	1
Recado de pollo, merengue	

Se mezcla la harina con el azúcar y la canela, se pasa por el tamiz, se hace la fuente y se pone al medio el aguardiente o caña en el que se habrá disuelto la sal; se príncipia a mojar la masa con el aguardiente, se agrega la grasa, los huevos uno por uno y la clara; cuando todo está bien unido se trabaja hasta que queda una masa lisa y suave entonces se divide en pequeños trozos que se adelgazan con las manos (esta masa no se ofla)

Se hace un recado como para el pastel de capia agregando 1 cucharada de azúcar al freir el pollo.

Se forra una fuente con una capa delgadita de la masa, se pone adentro el recado, se cubre con otra capa mas gruesa de masa y se adorna con un merengue hecho con 2 claras batidas a nieve y 3 cucharadas de azúcar molida; se pone este merengue en forma de nubes que se polvorean con canela molida y se entra al horno caliente hasta que se cueza.

Pastel de Capia

Pollo	1
Cebolla	1/2 cabeza
Manteca	2 cucharadas
Laurel	1 hoja
Huevos	2
Aceitunas picadas	2 cucharadas

Se hace cocer en caldo durante una hora, un pollo tierno, una vez cocido se retira la carne de los huesos y se la pica tan fina que quede casi deshecha. En dos cucharadas de manteca se frie media cabeza de cebolla picada, cuando está dorada se retira del fuego, añadiendo el pollo, huevos duros y aceitunas picadas, 1 hoja de laurel, sal, pimienta y nuez moscada.

Se hace una masa como la número dos, se divide en dos partes y se forra con la mitad una fuente, se pone el pollo encima y se cubre con otra capa de masa haciendo cocer al horno 1[2 hora.

Pasteles con salsa Bechamel

Pechuga dc gallina	1
Jamón	3 lonjas
Salsa Bechamel	2 tazas

Se pica muy fino una pechuga de gallina y las lonjas de jamón, y se mezclan con la salsa Bechamel caliente, se revuelve y deja enfriar,

Se hace una masa como la N° 11, despues de estirada con el palote se cortan redondelas pequeñas, a la mitad de estas redondelas con un aparatito del tamaño de un vasito de licor, se les quita un pedacito del centro, que servirá despues de tapa. Luego se humedecen los bordes de las redondelas enteras con yema batida y se pega con las redondelas que tienen el agujerito, así se continúa hasta concluir. Se cuecen al horno en latas engrasadas, junto con las tapitas que se ponen a un lado. Una vez cocidos se sacan del horno, se llenan con la pasta que se ha preparado, se les pone la tapita y se les unta yema de huevo batida con agua, se entran al horno un minuto y se sacan, deben servirse muy calientes.

Pastel de pollo norteño

Harina	1kilo	Ingredientes para la masa
Canela en polvo	1 cucharadita	
Huevos	10	
Vino oporto		
Azúcar	1 taza	
Manteca	1/4 kilo	

Pollo	1	Ingredientes para el recado
Cebolla	1 cabeza	
Vino	1 copa	
Tomates	1	
Pelones (duraznos secos)	12	
Aceitunas	20	
Manteca	2 cucharadas	
Laurel	1 hoja	
Pasas	1 tacita	
Perejil	1 ramito	
Huevos	2	

Se mezcla la harina con el azúcar y se hace la fuente, se baten las yemas y se echan en el hueco del centro junto con la canela y el vino y se hace la masa, cuando la harina se ha unido se añade la manteca y se soba hasta que todo esté bien mezclado, la masa queda granulosa y no queda unida como las demás. Una fuente de loza que resista el fuego se cubre con una capa de masa, lo que se hace tomando pequeños pedazos de masa que se aprietan hasta que queden como tortillitas y se van poniendo en la fuente, para igualar la masa se moja el filo de un cuchillo con clara de huevo batida y se pasa por la masa para igualarla, se entra al horno diez minutos y se saca, entonces se pone el estofado de pollo en el centro con todo su jugo y se cubre con otra capa de masa siguiendo el mismo procedimiento que se empleó en la primera y se hace cocer al horno. Si se quiere, una vez que el pastel está cocido y dorado se cubre con clara de huevo batida a punto de torrecita y polvoreada con azúcar, se entra al horno unos minutos y se sirve.

En una olla de fierro se pone manteca, una vez derretida se frie cebolla, agregando en seguida el pollo despresado, se lo háce dorar y se añaden los tomates, perejil, laurel, pelones, sal, pimienta, nuez moscada y vino, se tapa herméticamente y se deja cocer a fuego moderado, media hora antes de retirarlo se añaden las aceitunas, el estofado debe quedar jugoso pero no excesivamente, una vez puesto en la fuente se agregan huevos duros cortados en rodajas y pasas de uva.

Pastel de Pescado

Pescado	1
Vinagre	1 tacita
Cebolla	1 cabeza
Manteca	2 cucharadas
Huevos	2
Pan rallado	1 cucharada

Se elige un pescado de buen tamaño, se le quitan las escamas y se lava, luego se lo pone en una fuente, se baña con vinagre, cubriéndolo con rebanadas de cebolla y añadiendo unos granos de pimienta blanca, esto se hace el día anterior, al siguiente se saca el pescado del vinagre, se le quitan las espinas y se pica fino. En una cacerola se derrite manteca friendo allí el pescado, se añade pan rallado, huevos duros picados, sal, nuez moscada y caldo suficiente para que quede jugoso.

Se hace una masa como la Nº 1 pero reduciendo todas las proporciones a la mitad, se divide la masa en dos pedazos, se estira con el palote, con una se forra una fuente, se coloca encima el pescado y se cubre con la otra apretando los bordes. Se hace cocer en horno moderado.

Pastel de pascua

Carne de vaca	1 Kilo	Ingredientes para el recado
Huevos duros	2	
Manteca	1 1/2 cucharada	
Pasas remojadas en agua y sin semilla	18	
Cebolla picada	1/2 cucharada	
Azúcar	1 cucharada	
Harina	2 tazas	Ingredientes para la masa
Azúcar molida y cernida	3 tacitas	
Yemas de huevos	2	
Manteca derretida	2 tacitas	

Se pica la carne muy menudo, se pone un colador enlozado y se entra por 2 minutos en una cacerola con agua hirviendo removiendo la carne con una cuchara.

Se calienta la manteca, se dora la cebolla, se agrega la carne, las pasas, un poquito de sal, 1 cucharada de azúcar, el huevo duro picado, se mezcla hasta que se fria la carne.

Para hacer la masa se pone la harina en la tabla de amasar separando una cuarta parte; se hace la fuente con la porción más grande, se ponen en el medio 2 yemas de huevo y 2 tacitas de azúcar batiendo con la punta de los dedos hasta mezclar bien el huevo y el azúcar, se agregan 2 tacitas de manteca derretida, que no debe estar muy caliente, se incorpora poco a poco la harina sin amasar, se polvorea un poco con la harina seca que se ha separado, se desmenuza la masa con las manos, se vuelve a polvorear harina seca, se alza la masa en pedacitos que se achatan con la mano sobre la tabla.

Se pone el recado en una fuente resistente al horno, se cubre con pedacitos de masa tratando de unir bien unos con otros y lo mismo de unir la masa a los bordes de la fuente.

Se pone en horno caliente durante 40 minutos más o menos.

Se baten las 2 claras restantes con 1 tacita de azúcar, hasta el punto de nieve; las que se ponen en forma de merengues, sobre el pastel cuando principia a dorarse.

El recado de este pastel se puede hacer tambien de gallina o pollo siguiendo el mismo procedimiento que para el recado de carne.

Pastel Lucía

Ingredientes para el recado:	
Pollo	1
Zanahorias	2
Aceitunas sin la semilla	8
Huevos duros	2
Manteca	2 cucharadas
Azúcar	1 cucharada
Sal, pimienta, cebolla	6 cucharadas
Ingredientes para la masa:	
Harina	6 cucharadas
Huevos	6
Manteca	2 cucharadas
Azúcar	6 cucharadas
Royal	1 cucharada

Se sancocha el pollo, se despresa y se pica la carne muy menudo Se cuecen las zanahorias y se cortan en rodajas finas.

Se calienta la manteca, se frie 1 cucharada de cebolla picada, se agrega el pollo, las zanahorias, sal y pimienta, se agregan las aceitunas, el huevo duro picado y el azùcar; despues de tener 10 minutos mezclando se retira del fuego y se pone este recado en una fuente resistente al horno.

La masa se prepara batiendo los 6 huevos con el azúcar hasta el punto de torre, se agrega la manteca deshaciendo con una cuchara, el royal y 6 cucharadas de harina; se mezcla muy bien y se cubre con esta masa el recado que se ha preparado.

Se cocina en horno caliente durante 40 minutos más o menos.

Pastel de papas

Ingredientes para la masa

Papas	1 Kilo
Manteca	2 cucharadas
Leche	1/2 taza
Huevos	4
Azúcar	5 cucharadas
Canela molida	2 cucharaditas

Se prepara un recado como para el pastel de pascua (ver pastel de pascua) se pone en una fuente resistente al horno y se cubre con la masa preparada así:

Se cuecen las papas, despues de peladas, en agua con sal; se pasan en calientes por la prensa de puré, se desarman con una cuchara, se agrega la manteca derretida en la leche caliente, 3 cucharadas de azúcar, 4 yemas de huevo y 2 claras batidas a nieve. Se pone inmediatamente esta masa encima del recado que se habrá prepárado. Se cocina en horno caliente durante 40 minutos.

Se baten las claras restantes a punto de nieve, agregando 2 cucharadas de azúcar; se pone encima del pastel formando unos merengues, se polvorea canela molida. Esta operación de poner la clara batida al pastel se hará sin sacar la fuente del horno.

Pastel de batatas

Se hace como el pastel de papas sustituyendo el puré de papas por puré de batatas cocidas y poniendo 4 yemas y 6 claras batidas a nieve porque siendo la batata mas pesada que la papa, necesita mas huevo que la levante. No se pondrá merengue encima porque resultaría demasiado dulce.

Pastel de arroz

Ingredientes para la masa:

Arroz	2 tacitas
Leche	2 tazas
Azúcar	3 cucharadas
Manteca	1 cucharada
Huevos	3

Se lava el arroz, se pone en una cacerola con 2 tazas de agua fria; cuando hierve se retira y se pone en un colador para escurrir el agua. Se pone inmediatamente en la leche caliente y se termina de cocer a fuego lento. Cuando está bien blando se pone sobre una fuente, se desarma un poco con una cuchara, mezclando a la vez con la manteca, el azúcar, las yemas de huevo, un poquito de sal. Por último se agregan las claras batidas a nieve.

Se tendrá preparado un relleno como para el pastel de pascua, se cubre este relleno con el arroz preparado y se cocina en el horno durante 40 minutos mas o menos.

Pastel de biscochuelo con verdura

Ingredientes para el recado		
Espinacas	5	atados
Papas de regular tamaño	5	
Huevos duros	3	
Manteca	2	cucharadas
Leche	1/2	taza
Cobolla, pimienta, nuez moscada, sal		
Ingredientes para la masa:		
Harina	1	taza
Manteca	1	cucharada
Azucar cernida	1/2	taza
Huevos	2	
Leche	4	cucharadas
Royal	1	cucharada
Ralladura de limón o naranja	1/2	cucharada

Se cuecen las espinacas y las papas por separado y se desarman como para puré.

Se calienta la manteca, se dora la cebolla, se agrega la espinaca, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada mezclando bien durante 5 minutos, se retira del fuego, se mezcla con la papa, la 1/2 taza de leche y la yema de los huevos duros desarmada. Se pone en una fuente que resista al calor del horno.

Para hacer el bizcochuelo se bate la manteca con el azúcar hasta unir bien, se agrega la leche, despues la harina, las yemas de huevo, las claras batidas por separado a punto de nieve y por último la ralladura de limón y el royal. Se pone inmediatamente sobre el recado y se cocina en horno caliente durante 40 minutos más o menos.

Pastel de choclo

Choclos	6	
Leche	1/2	taza
Manteca	2	cucharadas
Huevos	5	
Azúcar	1/2	taza
Recado de pollo		

Se hace un recado de pollo como se explica para el pastel de capia agregando al freir el pollo, 1 cucharada de azúcar.

Se rallan los choclos, se pasan por un tamiz grueso para quitarles la chala o pellejo (esto se hace cuando los choclos son algo duros, de lo contrario no es necesario).

Se calienta la manteca, se frie 1 cucharada de cebolla picada menudita y despues se agrega el choclo mezclando hasta que principia a hervir, entonces se retira del fuego, se deja enfriar, se mezcla con la leche, azúcar, un poquito de sal, las yemas de huevo y por último las claras batidas a nieve y en seguida se pone sobre el recado de pollo que se habrá puesto en una fuente resistente al horno, se pinta, si se desea, con una yema de huevo y se entra al horno caliente.

Pastel de zapallo

Zapallo cocido y deshecho	1 1/2 taza
Azúcar	1 1/2 taza
Harina	1 taza
Leche gorda o crema	1 1/2 taza
Maní bien picado	1/2 taza
Manteca	1 cucharada
Grasa de riñonada	1/2 taza
Nuez moscada	1/4 cucharadita
Canela molida	1 cucharadita
Soda	1 cucharadita
Clavos de olor molidos	2
Huevos	2

Se mezcla muy bien la manteca con el zapallo, 1 taza de azúcar, maní, nuez moscada, canela 1|2 cucharadita de sal, los clavos de olor, la leche y los huevos batidos por separado (las claras a nieve.)

Se tendrá preparada una masa hecha con la harina, grasa de riñonada, el resto del azúcar, un poco de agua tibia con sal; se extiende con el palote, se corta en pedazos para cubrir el fondo y los costados de un molde bajo, se pone adentro la preparación anterior y se coloca encima unas tiritas de masa formando rombos en toda la superficie de la torta. Se entra al horno fuerte.

SEGUNDA PARTE

INDICACIONES GENERALES

Agua hirviendo

El agua que se emplea para las bebidas como te, café, etc. debe ser siempre del primer hervor. Muchas veces se confunde el *agua hirviendo* con el *agua hervida*; cuando se dice *agua hirviendo* es porque debe emplearse en el momento de la ebullición.

Azúcar en granos

Se obtiene esta azúcar, moliendo en un mortero azúcar refinada de Tucumán hasta dejarla del grueso de una semilla chica de limón, pasándola despues por un tamiz para sacarle todo el polvo y la que queda en el tamiz es el azúcar en granos que se emplea para polvorear ciertas masas, tortas, etc.

Azúcar vainillada

En el comercio se expende azúcar vainillada pero se la puede preparar de la manera siguiente: se corta muy menudo 1 varita de vainilla y se muele en un mortero junto con 1 kilo de azúcar de Tucumán hasta convertirla en polvo pasándola despues por un tamiz.

Azúcar pulverizada

Esta azúcar tambien la expende el comercio y como la anterior la puede preparar una misma moliendo en un mortero hasta convertirla en polvo, azúcar blanda pasándola despues por un linón fino.

Caramelos para budines

Para una budinera de regular tamaño se pone 1 tacita de azúcar, se moja con una cucharada de agua y se coloca a fuego vivo de manera que la llama no sobresalga del fondo del recipiente que se va a caramelizar porque lo ennegrecería, se hace hervir a fuego vivo hasta que principia a tomar un color rubio entonces se sacude la cacerola cada rato (sin mezclar) para que se queme igual y cuando ha tomado un color caoba se retira, se hace girar la budinera para que el caramelo corra forrando así toda la budinera, una vez que está frio recién se vuelca la preparación que se desea cocinar.

Nota—En las recetas no está incluida el azúcar para caramelizar a fin de evitar confusiones en la explicación de las mismas.

Cocimiento de los budines

Los budines se cuecen al horno, al horno en baño maría y al baño maría solo, en estos dos últimos casos conviene siempre poner un papel en el fondo de la cacerola del baño maría y cuando no se hace al horno, tapar la cacerola con un papel blanco y encima la tapa, lo que activa mucho la cocción.

Para conocer el punto hay que introducir una pajita en el budín y cuando sale seca se retira. Si el budín tiene manteca se desmolda en caliente pero si no tiene hay que esperar que esté apenas tibio.

Cocimiento de las tortas

Se prueba el cocimiento de las tortas entrando un cuchillo si sale seco, está en punto y se retira.

Confitado de masas

Para confitar las masas el almibar debe estar en punto alto, hirviendo con barbujas apretadas, entonces con un pincel o una pluma de ave se unta un poco en una masa y si luego se pone azucarada está en punto; se untan las masas cubriéndolas de almibar dándolas vuelta para que no se peguen.

Siempre se tendrá el almíbar al fuego y si engrosara mucho se echará un chorrito de agua caliente volviendo a emplearla una vez que hierve.

Nueces

Al quebrar las nueces se desecharán las que tengan en el interior como una pelusita o polvillo porque entonces están pasadas y una sola estropearía el sabor de la comida o postre en que se empleara.

Para que salgan enteras se quebrarán dándoles un golpe seco en la superficie redonda y no en la juntura. Para sacarles la cascarita café se les echa agua hirviendo y tirando el pellejo con los dedos saldrá fácilmente.

De la misma manera se pelan las almendras.

Punto de torrecita

Se baten los huevos hasta que levantando con un tenedor se pueda formar una torrecita que quede firme.

Punto de bolita

Se hace hervir el almibar hasta que echando 1 cucharadita en agua fría, se forme una bolita que se pueda romper como vidrio. Este punto generalmente se emplea cuando se añade a la almibar vinagre o glucosa.

Punto de caramelo

Se hace hervir el almibar hasta que toma un color rubio subido.

Punto de soplo o pluma

Se hace hervir el almíbar hasta que entrando una espumadera y soplando despues por los agujeros salga la almíbar en gotas. Este punto se probará continuamente porque un hervor de mas perjudicaría para las preparaciones en que se requiere este punto.

CAPITULO 1°

REPOSTERIA

Esto hicieron diversos cocineros
Pero ¡qué condimentos delicados
No añadieron después los reposteros!
Moles, dobles, hilados,
En caramelo, en leche,
En sorbete, en compota, en escabeche.

IRIARTE

Alfajores de Mandioca

Mandioca	1/2 kilo
Azúcar	1/4 »
Harina	1 platito
Manteca	1/4 kilo
Huevos	5

Se muele la mandioca y se pasa por el cernidor, luego se mezcla con el azúcar y la harina, se coloca en una fuente y se hace la masa añadiendo la manteca tibia y los huevos sin batir, se une perfectamente se soba lijeramente, se estira con el palote y se corta en forma de rueditas del tamaño que se desee, horneando en latas.

Debe tenerse cuidado que no se arrebaten, si el horno está muy caliente se cubren con papel.

Una vez frias se rellenan con el dulce que se quiera y se confitan con almibar de punto muy alto.

Alfajores cordobeses

Harina	400 gramos
Manteca	200 »
Azúcar en polvo	1 cucharada
Leche	3 cucharadas
Royal	1 cucharadita
Yemas de huevo	2
Dulce para rellenar	

Se tamiza la harina con el azúcar y royal, se coloca en una fuente, se agregan los otros ingredientes mezclando la masa con 2 cuchillos como si se cortara hasta que se formen como pequeños confites, entonces se incorpora la leche para unirla, se forma una bola pero sin amasar, se deja reposar 30 minutos y luego se extiende con el rodillo hasta dejarla lo mas delgada posible, se cortan redondelas o cuadrados, se pinchan con un tenedor y se cocinan en horno suave. Una vez que están cocidas se dejan enfriar se untan con dulce de leche, otras con dulce de batata deshecha y otras con dulce de durazno; se juntan de manera que queden cada una con 3 dulces distintos o bien de dos en dos con un solo dulce y se confitan.

Bastoncitos de Milán

Harina	1/2 kilo
Azúcar	8 cucharadas
Royal	2 »
Grasa de cerdo	7 »
Huevos	5

Se mezcla la harina, el azúcar y el royal, se hace la fuente, en el centro se echa la grasa tibia y los huevos que se habrán batido separadamente claras y yemas uniéndolas en el momento de usarlas, con esto se hace una masa tierna, si acaso resultara demasiado blanda se puede añadir un poquito de harina.

Para armar los bastoncitos se toman pedazos de masa y se forman tiras largas y de buen grueso, redondas, se cortan bastoncitos de 8 centímetros de largo aplastándolos ligeramente con los dedos, se colocan en latas engrasadas y se hornean en horno regular, una vez cocidos se sacan, con un pincel se les unta yema batida y se los entra un momento al horno, esto tiene por objeto abrillantarlos, se retiran calientes de las latas y se guardan cuando están frios.

Barquitos con crema

Huevos	6
Leche	1 1[2 taza
Maicena o chuño	1 cucharada

Se baten muy bien 3 yemas, despues se agrega poco a poco harina cernida hasta formar una masa blanda, se agrega 1 cucharadita de grasa fria y se amasa un poco, se extira con el palote hasta darle el espesor de 1 milímetro, se corta con un molde redondo, se hace 4 picos en cada redondela y se frien en grasa caliente. (Tambien se pueden cocer al horno).

Se hace la crema de la manera siguiente: Se deslie la maicena o chuño en 2 cucharadas de leche fria, se agregan 3 yemas de huevo.

Aparte se hace hervir el resto de la leche con 1/2 taza de azúcar cuando hierve fuerte se vierte la mezcla de los huevos y maicena revolviendo durante unos minutos hasta que se espese, entonces se retira y se llenan con esta crema los barquitos.

Se sirve con almíbar y se adornan con grajeas.

Bizcochos

Harina cernida	2 tazas
Grasa de vaca derretida	1 taza
Leche	1 taza

Se hace la fuente, se pone en el medio la leche hervida y fria a la que se habrá agregado 1/2 cucharadita de sal, se va incorporando la harina agregando despues la grasa tibia, se amasa sobando muy bien, despues se corta en trozos a los que se da la forma de un bollito, estirándolos despues con el palote por el lado que no es liso hasta darles el espesor de 2 milímetros. Se hornean al horno muy caliente.

Bizcochos de avena

Avena Kuaker	2 tacitas
Harina	4 »
Leche	1 taza
Manteca	2 cucharadas
Azúcar	3 »
Royal	4 cucharaditas
Huevo	1

Se mezcla la avena con la leche caliente, se deja 10 minutos agregando luego la manteca derretida, la harina tamizada junto con el azúcar y por último el huevo bien batido y el royal. Se pone inmediatamente en moldecitos chicos untados con manteca y se cuecen al horno vivo.

Bizcochuelo

Harina	1 cucharada
Azúcar	1[4 kilo
Chuño	1 paquete
Huevos	6
Royal	1 cucharada

Se mezcla la harina, el chuño y el azúcar. Aparte se bate separadamente las yemas y las claras hasta que esté a punto de nieve, entonces se empieza a añadir 1 cucharada de yema y otra de la mezcla que se ha hecho, continuando asi hasta terminar, mientra se hace esto no se bate, sino se revuelve suavemente para que todo se incorpore perfectamente, una vez hecho esto se añade el royal, y se vuelca en los moldes que se habrán engrasado previamente, no llenándolos demasiado se cuecen en horno muy suave.

Bizcochuelo de las Dominicas

Azúcar	300 gramos
Huevos	12
Chuño	200 gramos

Se baten 12 yemas con azúcar cuando está a punto de torrecita' se añaden 9 claras batidas a punto de nieve, cuando se han mezclado bien se va agregando poco a poco el chuño pero sin batir, una vez todo unido, se cuece al horno en moldes untados con manteca y forrados con papel. Los moldes se llenan hasta la mitad.

Bizcochuelo criollo

Harina	2 tazas
Azúcar	3 tacitas
Leche	1 taza
Royal	2 cucharadas
Ralladura de limón	1 cucharada
Manteca	1 taza
Huevos	10

Se bate la manteca con el azúcar en polvo hasta que quede como una pasta, despues se agregan los huevos batidos con la leche, la harina, la ralladura de limón y por último el royal. Se pone inmediatamente al horno en moldes untados con manteca y polvoreados con harina y se tapa con un papel de astraza poniendo mas calor abajo.

Bizcochuelo Lola

Yemas de huevo	18
Azúcar pulverizada	4 cucharadas
Almidón cernido	4 »
Royal	1 cucharada

Se baten las yemas durante 20 minutos, se va agregando poco a poco el azúcar y el almidón sin dejar de batir hasta que se ponga bien espeso, entonces se agrega el royal y 1 clara batida a punto de nieve, se mezcla perfectamente y se entra inmediatamente al horno en un molde untado con manteca y polvoreado con harina, teniendo cuidado que el calor sea mas fuerte abajo, se tapa con un papel de astraza y cuando está lijeramente dorado se saca.

(Receta de la profesional Señorita Lola Cano).

Bizcochuelo al caramelo

Harina	2 tacitas
Azúcar	2 tacitas
Huevos	6
Royal	1/2 cucharada

Se pone en una cacerolita 1 tacita de azúcar, se moja con una cucharada de agua y se pone al fuego; cuando ha tomado un color rubio se vacia en un marmol o fuente mojada, antes que se enfríe completamente se levanta, se deja enfriar y se muele en el mortero hasta convertirlo en polvo; despues se pone en un recipiente agregando el resto del azúcar y las yemas; se bate durante 15 minutos, se agrega las claras batidas a nieve, la harina y por últímo el royal mezclando perfectamente pero sin batir.

Se pone en un molde chato untado con manteca y se cocina al horno regular.

Con este bizcochuelo se pueden hacer tortas rellenándolas con dulce de huevo o con crema de manteca y adornándolas con merengue italiano.

Bizcochuelo 3 hermanos

Huevos	3
Harina y azúcar en polvo.	

Se pesan los huevos, se mide igual peso de harina y de azúcar. Se baten las yemas con el azúcar durante 20 minutos, se agrega las claras batidas a nieve, despues la harina cernida, se mezcla perfectamente y se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina. Se entra inmediatamente al horno regular con mas calor de abajo.

Bizcochuelos napolitanos

Azúcar	150 gramos	Ingredientes para el bizcochuelo
Huevos	6	
Harina	150 gramos	
Fécula	1 cucharadita	
Leche	1/2 litro	Ingredientes para la crema
Azúcar	1 tacita	
Chuño	1 cucharadita	
Huevos	4	
Azucar impalpable	2 cucharadas	Ingredientes para el baño
Kirsch (aguardiente de cerezas)	1 tacita	
Cocoa	1 cucharadita	
Azúcar glacé lo suficiente		Para cadeneta
Huevos	1 clara	

Se mezclan 6 huevos con 150 gramos de azúcar, se baten a fuego muy suave hasta obtener una espuma consistente, de modo que apartándola del fuego no se baje, se añade poco a poco la harina mezclada con la fécula, se cuece al horno en una lata forrada de papel.

Una vez cocido se cortan rectángulos iguales y entre cada dos se pone la crema siguiente: Se hierve leche con vainilla y azúcar; cuando ha tomado sabor se retira del fuego y se pasa por tamíz, se baten lijeramente 4 huevos añadiendo una cucharadita de chuño, y se vierte sobre la leche revolviendo para que no se corte, se acerca al fuego retirándola cuando está espesa.

Luego se adornan con un baño de chocolate que se hace así: se pone kirsch y agua por partes iguales, añadiendo azúcar impalpable hasta obtener una pasta regularmente espesa, pero no tanto que no corra por sobre el bizcochuelo, y se agrega cocoa en cantidad suficiente para dar el color que se desea.

Para la cadenita se bate una clara con azúcar glacé hasta obtener una pasta muy espesa, entonces con la bolsa de pico rizado se adorna en la forma que se quiere.

Bizcochuelo Magdalena

Chuño	2 paquetes
Manteca	1¦4 kilo
Azúcar	200 gramos
Royal	1 cucharadita
Aguardiente de uva o cognac	1 copita
Huevos	5

Se bate la manteca hasta que queda como crema y se va añadiendo 1 huevo y una cucharada de azúcar, continuando asi hasta terminar con los huevos y el azúcar, en seguida se añade el chuño mezclado con el royal batiendo siempre y por último una copita de aguardiente de uva o de coñac.

Se untan los moldes con manteca y se los llena hasta la mitad por que esponja mucho, cociéndolos en horno suave durante 10 minutos. Una vez cocidos se los saca calientes de los moldes y se les polvorea azúcar molida. Si se quiere se pueden bañar con crema.

Bollitos tucumanos

Harina	4 tazas
Manteca	1 taza
Azúcar en polvo	2 tazas
Royal	2 cucharadas
Leche	1 taza
Anís en grano	1¦2 cucharada
Yemas de huevo	8

Se mezcla la harina, azúcar, royal y 1/2 cucharadita de sal fina, se pasa por un tamíz y se hace la fuente; se pone al medio las yemas de huevo batiéndolas lijeramente hasta unirlas, despues se agrega la manteca que se habrá calentado un poco junto con la leche y se principia a mojar la harina con los dedos; cuando todo se ha incorporado se agrega el anís que se habrá remojado en agua tibia y secado sobre una servilleta, (en lugar de anís se puede poner ralladura de limón), se amasa un poco hasta que se pone lustroso y aparece la manteca en la masa, entonces se estira con las manos formando un bastón largo y se va cortando pedazos del tamaño de un durazno grande a los que se da la forma de bollitos pero sin oflar. Se ponen en latas mantecadas y se cocinan al horno caliente. Son muy agradables para tomar con el café con leche.

(Receta de la profesional Señorita Lola Cano).

Bollitos Laura

Harina	2 tazas
Manteca	1 tacita
Aceite	3 cucharadas
Vinagre	3 cucharadas
Azúcar	3 cucharadas
Huevos	3

Se tamiza la harina junto con el azúcar y 1/2 cucharadita de sal, se hace la fuente poniendo al medio los huevos, el aceite y vinagre, se mezcla con los dedos y se moja la harina agregando la manteca y amasando un poco hasta juntar todo, despues se extira con el rodillo hasta darle un grueso de 1 centímetro, se corta con molde y se cocinan al horno regular durante 10 minutos mas o menos.

Buñuelos para el té

Se pone en una cacerolita 1 taza de agua, 1 cucharada de manteca, 2 cucharadas de azúcar; se hace hervir, se retira del fuego y se agrega harina cernida hasta formar una pasta semi líquida, un poquito de sal, se vuelve al fuego mezclando sin cesar con una cuchara de madera hasta que se haga una pasta que se desprenda de la cacerola, entonces se retira, se deja enfriar un poco, se agregan 3 huevos uno por uno mezclando cada vez para incorporarlos bien. Para hacer los buñuelos se toma un poco de la pasta, (del tamaño de una nuez); con una cuchara y se echan en grasa caliente dándolos vuelta para que se doren iguales.

Chatres cordobeses

Harina	350 gramos
Leche	1 taza
Grasa derretida	10 cucharadas
Claras de huevo	2
Azúcar	1 taza

Se tamiza la harina, se hace la fuente poniendo al centro la leche en la que se habrá disuelto 1 cucharadita de sal fina, se moja la masa agregando despues la grasa tibia y se amasa hasta que queda lisa y suave; despues se corta en trozos con los que se forman unas tortillas, se oflan dándoles una forma alargada, se pinchan con un tenedor y se ponen al horno sobre latas polvoreadas con harina; cuando están dorados se sacan y se cubren con el siguiente vidriado: se hace un almibar con el azúcar y 1/2 taza de agua, cuando está en punto alto se retira, se deja entibiar y se va echando en un chorro finito sobre las claras batidas a punto de nieve sin dejar de batir hasta que se espese bien, entonces con la ayuda de un pincel se da un baño a los chatres.

Empanadillas

Harina	2 kilos
Grasa de vaca	1/2 »
Agua hirviendo	1 litro

Se derrite la grasa y se mezcla con 1 litro de agua hirviendo salada, se hace la fuente con la harina y se empieza a mezclar poco a poco el agua con la harina usando una cuchara de madera para no quemarse, cuando todo está mezclado se empieza a amasar, hay que hacerlo rapidamente antes de que la masa se enfrie porque despues ya no es posible, cuando la masa está suave se estira con el palote hasta dejarla de medio centímetro de grueso, luego con un cuchillito filoso se cortan redondelas, teniendo como molde un plato de las tazas de café, a medida que se cortan las redondelas se van colocando una sobre otra para que no se sequen ni se enfrien.

Luego se toma una por una, se humedecen los bordes con agua fria, se coloca una cucharada de dulce de cayote en el centro, se doblan como las empanadas y con las yemas de los dedos se aprietan los bordes para que no se peguen.

Un momento antes de entrarlas al horno se les da dos o tres pinchazos con un tenedor de postre para que no se ampollen, se cuecen en horno caliente; sacandolas cuando están doradas. Una vez frias se bañan de un solo lado con almibar a punto alto.

Si se quiere puede emplearse dulce de leche en lugar del de cayote, pero tiene que ser muy seco para esto, porque sino se revientan.

Empanaditas dulces

Harina	1/2 kilo
Grasa	1 taza
Azúcar	6 cucharadas
Royal	1 »
Leche	1 taza
Huevos	8

Se mezcla la harina el azúcar y el royal, se hace la fuente, se pone en el centro la leche los huevos y la grasa, se mezcla se trabaja la masa, se cortan redondelas del tamaño que se quiera, se rellenan con crema o dulce y se cuecen al horno.

Galletitas tucumanas

Harina	1 kilo
Azúcar	1/4 „
Royal	2 cucharadas
Manteca	1/4 kilo
Huevos	6
Leche	1 taza

Se mezcla la harina, el azúcar y el royal, aparte los huevos batidos y la leche, luego se hace la masa uniendo todo y al sobar se va agregando la manteca, hasta obtener una masa suave, se estira con el palote hasta dejarla del grueso de medio centímetro y se cortan pequeñas redondelas, de la forma que se quiera porque hay aparatitos para cortar.

Se hornean en latas untadas con grasa. Si se quiere una vez frias se rellenan con dulce de leche o con el que se quiera y se confitan con almibar a punto alto.

Galletitas cordobesas

Harina	2 tazas
Azúcar en polvo	1 taza
Grasa de cerdo	1/2 taza
Carbonato de amoniaco	1 cucharadita
Huevos	2
Leche lo suficiente para mojar la masa	

Se tamiza la harina con el azúcar, se hace la fuente y se pone en el medio los huevos, el carbonato de amoniaco, un poquito de sal, la grasa y se principia a unir todo agregando la leche suficiente, se amasa hasta que queda lisa y suave, se estira con el palote hasta darle el espesor de medio centímetro, se corta con molde redondo y se cuecen al horno.

Galletitas caseras

Harina	1 taza
Manteca	1/2 taza
Leche	1 tacita
Azúcar	1 cucharada

Se tamiza la harina, se hace la fuente poniendo al medio el azúcar, sal en la punta del cuchillo, se agrega la leche que se habrá entibiado con la manteca, se amasa hasta unir todo y se hace una bola que se tapa con una servilleta dejándola reposar 30 minutos; despues de este

tiempo se estira con el rodillo hasta el espesor de 1/2 centímetro, se pincha con un tenedor en toda la superficie y se corta con un molde redondo. Se cuecen al horno durante 10 minutos mas o menos sin dejar que se tuesten mucho.

Galletitas petit beurre

Se hace una masa como se explica para los bollito tucumanos pero suprimiendo el anis, se estira con el rodillo hasta el espesor de 1/2 centímetro, se pincha la superficie con un tenedor guardando la misma distancia, se corta con la ruleta para ravioles rectángulos de 3 centímetros por 5 y se cuecen al horno. Estas galletas se pueden conservar mucho tiempo guardándolas en cajas de lata muy bien tapadas.

Galletitas de chocolate

Harina	2 tazas
Manteca	1 taza
Azúcar	2 tacitas
Chocolate rallado	2 „
Almendras molidas	2 „
Huevos	4
Carbonato de amoniaco	1 cucharada

Se perfuma el azúcar con 1/2 varita de vainilla molida, se tamiza junto con la harina y se hace una masa mezclando todos los ingredientes y la almendra que antes de molerla se habrá pelado y tostado; se hace una bola, se deja reposar 1 hora, se extira con el rodillo hasta el espesor de 1/2 centímetro, se corta, se cuecen en latas al horno caliente.

Galletitas económicas

Harina	1 kilo
Azúcar	1/2 »
Huevos	12
Anis en grano	2 cucharadas
Grasa de cerdo	2 tazas

Se mezcla la harina con el azúcar, se coloca en la tabla de amasar, se hace la corona poniendo en el centro los huevos, anis, y la grasa derretida pero no caliente, se empieza a batir hasta que se consuma la harina, no hay necesidad de trabajar mucho la masa, luego se cortan galletitas del tamaño y forma que se quiera y se cuecen al horno en latas engrasadas.

Galletitas de harina de maiz

Harina de maiz	1 y 1/2 tazas
Leche	1 „
Huevos	2
Sal fina	1 cucharadita
Manteca	1 „
Azúcar	4 cucharadas
Royal	1 cucharadita

Se mezcla harína, azúcar y Royal, se baten los huevos ligeramente añadiendo la leche y la sal y se hace la masa con la manteca derretida, se trabaja hasta que se una todo, se cuece al horno en moldes untados con manteca o se pone por cucharaditas en latas engrasadas.

Masitas de Lujan

Harina	1 taza
Azúcar	1 taza
Almendra pelada y molida	1 taza
Yemas de huevo	5
Leche	2 tazas
Carbonato de amoniaco	1 cucharadita
Manteca	1 cucharada

Se mezcla la leche fria con la harina y azúcar cernidas, 1/4 cucharadita de sal, las yemas de huevo, la almendra molida y el carbonato de amoniaco. Se pone inmediatamente en moldecitos untados con manteca sin llenarlos completamente porque esponja mucho esta masa y se cuecen al horno muy caliente.

Masitas improvisación

Se elijen galletitas marca Agueda o cualquier galleta de forma redonda y que no sean muy tiernas, se untan con dulce de leche de un solo lado, se juntan de a dos y se confitan.

Maicenas

Maicena	6 paquetes de los de 100 gr.
Harina	200 gramos
Royal	1 cucharada de las de postre
Azúcar	200 gramos
Manteca	1/4 kilo
Huevos	6

Se mezclan 6 paquetes de maicena de 100 gramos cada uno, con 200 gramos de harina, 200 de azúcar molida y 1 cucharadita de las de postre de royal, se pasa por el tamiz y luego se añade 1/4 kilo de manteca la que se une a la harina restregando con la mano cuidadosamente hasta que desaparezca por completo, entonces se añaden 6 yemas batidas, se trabaja la masa un rato y por último se agregan 4 claras batidas a punto de nieve, se soba un poco la masa hasta que se pone suave, entonces se van cortando pedacitos y se hacen las figuras que se quiere bien sean rosquitas, palomas etc.

Se cuecen en horno suave en latas untadas con manteca.

Si las maicenas son para rellenarlas con dulce, hay que estirar la masa con el palote, se cortan redondelitas del tamaño que se quiera y se hornean, una vez frias se pone una capa de dulce de leche sobre cada una y se tapa con otra, se rellenan los bordes con dulce emparejándolas con un cuchillo y se confitan con almíbar a punto alto.

Mantecados españoles

Harina	1/2 kilo
Grasa de cerdo	1/2 kilo
Azúcar	125 gramos
Huevos	1

Se mezcla la harina y el azúcar, se pone la grasa en una fuente y se va añadiendo poco a poco la harina y el azúcar agregando por último 1 huevo lijeramente batido, se une la masa perfectamente, y se hacen pequeñas bolitas que se aplastan ligeramente con los dedos y se cuecen en latas en horno suave. Al sacarlos se polvorean con canela en polvo. El huevo no es indispensable, puede prescindirse de él si se quiere'

Magdalenas

Azúcar	90 gramos
Chuño	150 „
Huevos	3
Limón agrio	1/2
Kirsch	1 cucharadita

Se baten 3 yemas con azúcar hasta que tome punto de torrecita, se añade despues el chuño, 3 claras batidas a punto de nieve, la corteza rallada de medio limón y el Kirsch, si no hubiera se reemplaza por coñac o aguardiente de uva, se llena con esta preparación los moldecitos hasta la mitad, habiéndolos untado con manteca previamente.

Se cuecen en horno moderado.

Masa - Piña

Harina	1 kilo
Huevos	12
Grasa de cerdo	1 kilo
Miel de abeja	1 litro
Grageas	2 cucharadas

Se hace una masa con 1 kilo de harina y 12 yemas, cuando está suficientemente amasada se cortan pedazos pequeños y se forma una especie de fideo de un dedo de grueso, y esto se corta del tamaño de un caramelo, los cuales se van separando con un poco de harina para que no se peguen.

Se pone grasa a derretir, cuando está bien caliente se va echando los pedacitos de masa haciéndolos freir, una vez dorados se retiran escurriendo la grasa hasta que queden secos.

En una cacerola se da punto alto a 1 litro de miel de ábeja y allí se echan los pedacitos de masa hasta que se impregnan perfectamente, se sacan, se colocan sobre un mármol mojado y se le da la forma de una piña, adornándola con grajeas.

Se sirve en una frutera chata y se decora con hojas de piña para que tenga mejor aspecto.

Medallones

Harina	4 tacitas
Manteca	2 „
Azúcar	1 tacita
Chocolate rallado	2 cucharadas
Yemas de huevo	6

Se tamiza la harina, se hace la fuente y se moja la masa con las yemas agregando los otros ingredientes y amasando todo junto hasta dejarla tierna y suave, se estira con el rodillo hasta el espesor de 1/2 centímetro, se corta con un corta pasta redondo, despues a la mitad de las redondelas se les corta el centro con un corta pasta mas chico para hacer un hueco y se cocinan a horno suave, despues que están cocidas se pegan con mermelada de damasco poniendo la tapa agujereada encima, la que se rellena con fondant.

Pastelitos con crema

Harina	1 taza
Azúcar	1 „
Manteca	1 „
Chocolate rallado	1/2 taza

Se amasa todo junto, se hacen unas bolitas que se aplastan suavemente hasta darles el espesor de 1/2 centímetro y se cocinan a horno suave sobre papel blanco; cuando estan a punto se sacan, se untan de un lado con crema de chocolate, se juntan de a dos y se sirven calientes dentro de cartuchitos de papel rizado.

(Ver crema de chocolate).

Pan de Navidad

Harina	2 tazas
Azúcar	1 taza
Manteca	1/2 taza
Leche	1 taza
Royal	1 cucharada
Huevos	6
Frutas secas, piñones, pasas de corinto, vainilla.	

Se hace hervir la leche con la vainilla durante 10 minutos y se deja enfriar.

Se mezcla la harina, azúcar y royal, se pasa por un tamíz dos veces y se mezcla con las yemas, la leche y manteca agregando las frutas cortadas en pedacitos, piñones, pasas y las claras batidas a nieve, se mezcla y se pone inmediatamente en horno caliente en un molde untado con manteca y polvoreado con harina, teniendo cuidado que el calor sea mas fuerte abajo.

Pan de maní

Harina	2 tazas
Azúcar	1/2 taza
Leche	1 „
Maní molido	2 tacitas
Manteca	2 cucharadas
Royal	4 cucharaditas
Sal	1 „

Se tamiza la harina junto con el azúcar, el royal y la sal dejando caer a una sopera donde se agrega la leche, manteca y maní mezclando bien, se pone en un molde untado con manteca y se cuece en horno suave durante 45 minutos mas o menos; cuando está en punto se deja enfriar, se saca del molde y se corta en rebanadas como sandwiches. Es mejor servirlo al día siguiente.

Pan criollo

Harina	4 tazas
Grasa derretida	8 cucharadas
Royal	1 cucharada
Leche	2 tazas
Anís en grano	1 cucharada
Sal	1 cucharadita
Huevo	1

Se tamiza la harina con el royal y la sal, se hace la fuente, se pone en el medio el huevo batiéndolo un poco con los dedos y agregando la leche donde se habrá puesto a remojar el anís, se va mojando la harina, añadiendo la grasa apenas tibia, se amasa para formar una masa bastante blanda, despues se corta en trozos a los que se da una forma alargada en las puntas, se hace una hendidura al medio con un cuchilllo y se cuecen al horno bien caliente.

Pan regalado

Se hace una masa como se explica para el pan criollo pero poniendo 4 huevos, 2 cucharadas de canela en polvo y 1 de clavo de olor molido.

Pan de chocolate

Harina	1/4 kilo
Manteca	50 gramos
Royal	1 cucharadita
Chocolate	1 cucharada
Azúcar	3 „
Leche	1 tacita
Huevos	1

Se mezcla la harina con royal, azúcar y chocolate rallado, se une esto con manteca deshaciéndola prolijamente con los dedos hasta que desaparezca, haciendo en seguida la masa humedeciéndola con 1 huevo batido con leche.

Se engrasa un molde ovalado, se pone alli la masa, haciendo cocer al horno durante 1/2 hora con mas calor arriba y otra 1/2 hora con mas calor abajo.

Se adorna con bombón blanco o con crema de chocolate.

Pan dulce santiagueño

Harina	2 kilos
Batatas amarillas	2 „
Grasa de cerdo	1/2 „
Azúcar molida	1/2 „
Levadura	1/4 „
Canela o vainilla, pasas de Corinto	

Se compra levadura de la panaderia, se la deshace con un poco de agua fria, se la coloca en una ensaladera y se la deja en un lugar templado, la cocina por ejemplo, hasta que se levante.

Se elijirán batatas amarillas, las blancas no sirven, se hacen cocer en agua hasta que estén blandas, se sacan del agua, se pelan y se pasan por la máquina de hacer puré, esto se hace en el momento en que se va a amasar, por que si se hace con anticipación no sirve.

Si es invierno se amasa por la noche. Se mezcla la harina, con el azúcar y la canela o vainilla molida, se hace la fuente, en el centro se pone la levadura, con la mano se empieza a batir uniéndola poco a poco con la harina de modo que la levadura se vaya poniendo ligosa, cuando ya está asi se empieza a echar poco a poco la batata deshecha, y por último se añade la grasa, y las pasas, se soba mucho hasta que la masa está muy suave, se arman los panes del tamaño que se quiera, se los coloca sobre un paño y se cubren con otro, al día siguiente se cuecen en horno fuerte.

Si se quieren conservar muchos dias, se tendrá cuidado de ponerlos en tarros de lata antes de que se enfrien.

Pan dulce de Salta

Harina	2 Kilos
Grasa de vaca	1/2 „
Azúcar	1/2 „
Levadura de hacer pan	3 tacitas
Huevos	7
Anis	1 copa de oporto
Anis en grano	1 cucharada

Se hierve en medio litro de agua 1/2 kilo de azúcar, cuando se ha quitado la espuma se retira del fuego y se le echa 1 cucharadita de sal.

En una mesa se hace la fuente con 2 kilos de harina, en el centro se pone la levadura que debe estar blandita, si estuviera dura hay que mojarla con agua fria hasta deshacerla y para emplearla hay que colarla para que no pasen las costritas que se forman, 1/2 kilo de grasa tibia, 7 yemas ligeramente batidas, el agua con azúcar y sal que se ha preparado, 1 copita de las de oporto de anis y una cucharada de anis en grano, se une todo perfectamente, luego se cortan pedazos para sobarlos hasta que la masa se ponga suave y blandita. Se arman los panes en forma de bolita, se colocan sobre un paño y se tapan con otro, dejándolos allí hasta que se levanten, se conoce que el pan está levantado cuando se pone esponjoso y liviano, entonces en el momento de entrarlo al horno se hace sobre cada uno un tajo en forma de cruz con un cuchillo filoso, pero que no sea muy profundo, el horno no debe estar muy caliente.

En verano el pan se levanta rápidamente, a veces basta una hora, hay que tener cuidado de que no se pase porque se pone agrio.

En invierno es mejor amasar por la noche y hornear al día siguiente porque tarda mucho en levantar, si se quiere amasar y hornear en el mismo día, hay que poner un bracero debajo del pan para que le dé calor y se levante mas pronto.

Pan inglés

Harina	1 kilo
Azúcar	1/2 kilo
Manteca	1/4 kilo
Huevos	6
Leche	1/2 litro
Vainilla	1/4
Frutas secas	1/4 kilo
Pasas de corinto	3 cucharadas
Piñones	2 »
Royal	2 cucharadas

En un recipiente de buen tamaño, (podría servir una cacerola grande) se mezcla la harina, el azúcar molido y cernido y el Royal, aparte se hierve 1/2 litro de leche con vainilla cuando ha tomado sabor se retira, se cuela y deja entibiar, se baten los huevos y se unen con la leche, entonces se prepara la masa, se añade a la harina la manteca sin derretir y con las manos se la va uniendo hasta que desaparezca la manteca por completo, entonces se añade la leche con los huevos y se empieza a batir hasta que todo quede perfectamente incorporado, si se notara que la masa está demasiado gruesa se le añade un poco de leche cocida.

Se untan los moldes en manteca, se polvorean con harina y se llenan hasta la mitad con la masa, poniendo en cada molde frutas secas cortadas en pedacitos, pasas de corinto despues de lavadas y piñones, se cuecen durante un cuarto de hora en horno regular, si se doraran demasiado pronto se cubren los moldes con papel, retirándolos una vez que los panes estén casi cocidos.

Al retirar del horno se sacan de los moldes y se dejan enfriar antes de guardarlos, se conservan bien hasta 8 días.

Pan de Bélgica

Harina	500 gramos
Levadura	15 gramos
Azúcar	50 gramos
Manteca	200 gramos
Sal	2 gramos
Huevos	4
Canela	1/2 cucharadita

Se tamiza la harina, se hace la fuente colocando en el medio la levadura disuelta en agua tibia y los huevos, se principia a incorporar la harina hasta formar una pasta consiste que se trabaja batiéndola con las manos para darle cuerpo y dejarla elástica, entonces se incorpora el azúcar en polvo, la sal, canela y la manteca que previamente se habrá batido con una cuchara de madera durante 15 minutos, luego se pone en una terrina y se coloca sobre la plancha de la cocina con calor muy suave; cuando la masa se ha levantado hasta el doble de su volumen, se la retira del recipiente y se trabaja con las manos formando una bola que se divide en dos partes a las que se da la forma de bastones, se corta en pedazos del tamaño de un huevo, se ruedan estos pedazos hasta formar unos bastones del grueso de un dedo, despues se ruedan en una fuente con azúcar en grano (ver esta palabra), de manera que queden envueltos colocándolos a medida que se hace esta operación sobre placas mantecadas a distancia de 5 centímetros uno de otro, despues se colocan las placas en un sitio caliente, se tapa con una servilleta y una vez que se han levantado se entran al horno moderado hasta que la masa se seca.

Pastel de crema de limón

Masa de tartelettes	
Leche	3/4 de litro
Azúcar	1 taza
Almidón de maiz	3 cucharadas
Manteca	2 »
Extracto de limón	1 cucharada
Clavo de olor	
Canela	
Huevos	4
Limones agrios	2

Se hace una masa como para torteletas, se extiende esta masa sobre una lata mantecada dejándoles un borde al rededor, se extiende sobre la pasta la crema que se ha preparado y se hace cocer en horno caliente purante 20 minutos. Aparte se baten 4 claras en una taza de azúcar hasta que haga espuma, se cubre el pastel con esto, se entra al horno nuevamente, y cuando se ha dorado se saca.

Crema.—Se hierve la leche, con azúcar se añade el almidón disuelto en un poquito de leche fria, cuando da un hervor se saca y se mezcla con las 4 yemas batidas con manteca, extracto y jugo de limón, canela, y clavo de olor, se mece suavemente un rato y se echa sobre la masa, procediéndose como ya se ha explicado.

Pastelitos de masa real

Harina	1 kilo
Huevos	10
Grasa de vaca	1/2 kilo
Canela molida	8 cucharadas
Azúcar impalpable	
Aguardiente o caña	1 copa
Leche	2 tazas
Manteca	1/2 cucharada
Chuño o almidón	2 cucharadas

Se mezcla la harina con 1 taza de azúcar y 3 cucharadas de canela, se pasa por un tamiz, se hace la fuente y se moja con el aguardiente en el que se habrá disuelto 1 cucharadita de sal fina, incorpo-

rando despues la grasa, 6 yemas y 2 huevos enteros, se une todo y se amasa hasta que queda lisa y suave, entonces se corta en pequeños trozos que se adelgazan con la mano dando la forma de tortillas pero sin oflar; cuando tienen un espesor de 30 a 35 milímetros se coloca la crema siguiente: se deslie el chuño o almidón en un poco de leche fria, se agregan 2 yemas de huevo y se vierte en el resto de leche hirviendo con 2 cucharadas de azúcar y la manteca; se mezcla durante unos minutos hasta que se espese mucho, se retira, se deja enfriar y de esta masa se pone en los pastelitos, se mojan los bordes con agua se tapa con otra redondela, se cortan despues con una copa para igualarlos, se apretan los bordes y se ponen a cocer al horno sobre latas cubiertas con papel; cuando han tomado un lindo color dorado se van dando vuelta de uno en uno en un plato donde se habrá mezclado 5 cucharadas de azúcar impalpable con 5 cucharadas de canela molida.

De esta masa tambien se pueden hacer rosquetitos o tortitas sin rellenar, siguiendo el mismo procedimiento.

Rosquetes

Harina	400 gramos
Huevos	8
Manteca	7 cucharadas
Royal	1 cucharadita
Anis o aguardiente de uva	1 copita

Se hace una masa con harina, 8 yemas, manteca tibia, royal y anis o aguardiente de uva, se soba hasta que la masa se hace ampollas se cortan pedacitos de masa y se hacen coronitas, horneándolas en horno regular.

Una vez cocidos se hace almibar a punto muy alto, alli se va echando los rosquetes de 3 o 4, se les da unas vueltas y se los saca, colocándolos en una fuente para que se sequen.

Rosquetes hervidos

Harina	5 Kilos
Azúcar	2 1|2 »
Huevos	36
Aguardiente de uva o coñac	1 vaso
Grasa de cerdo	1|4 kilo
Anis en grano	2 cucharadas
Levadura	1 cucharada

Se hace la fuente con la harina, en el centro se ponen 24 yemas, 12 huevos enteros, aguardiente, anis, azúcar, grasa derretida tibia, y la levadura disuelta en un poquito de agua, se bate todo esto con una cuchara de madera, uniendo con la harina hasta formar una masa que se soba un buen rato hasta que se pone suave. Se cortan tiritas de masa, se les da una forma redonda y se pegan las dos puntas de modo que queden formadas coronas.

Se pone agua caliente en un tacho grande, cuando suelta el hervor se echan los rosquetes, se conocerá que ya están cuando se levanten a la superficie del agua, entonces se sacan y se extienden sobre una tabla, una vez perfectamente secos se entran al horno hasta que se doren, entonces se sacan y calientes se les da una capa de blanqueo.

Blanqueo—Se baten las 24 claras que han quedado a punto de nieve, añadiendo poco a poco 1 1|2 kilo de azúcar, luego se acerca a un fuego muy suave y se hace cocer batiendo constantemente, despues se retira y con esto se blanquean los rosquetes.

Sandwiches de galletas

Se toma 1 lata de galletitas que no sean muy dulces, se untan con manteca fresca de un lado, despues con una capa de jamón del diablo y se unen de a dos. En lugar del jamón se puede poner maní molido.

Sandwiches con huevo y nueces

Pan de sandwich	16 rebanadas
Huevos duros	4
Manteca	2 cucharadas
Nueces peladas y molidas	16
Leche	2 cucharadas

Se unta las rebanadas de pan con manteca, se extiende sobre 8 rebanadas una pasta hecha con las yemas de huevo pasadas por tamíz, las nueces molidas hasta convertirlas en una pasta y la leche, se tapa con las otras rebanadas y se sirve con el te.

Estos sandwiches tambien se pueden preparar solo con la nuez molida y manteca o bien con maní molido y manteca resultando de todas maneras de un sabor exquisito.

Skungs Lucía

Harina	500 gramos
Manteca	50 »
Royal	2 cucharadas
Azúcar	4 cucharadas
Leche	2 tazas
Sal	1 cucharadita
Yemas de huevo	4

Se tamiza en una fuente la harina mezclada con el royal y la sal, se añade la manteca sin derretir uniendo con una cuchara.

Se desarma en 2 tazas las yemas de huevo con el azúcar, se llenan de leche hervida y tibia mezclando bien y se echa poco a poco sobre la harina uniendo perfectamente, sin amasar, con la ayuda de un cuchillo como si se cortara. La masa debe quedar semi-dura es decir que se extienda y a la vez se desprenda del recipiente. Si resultase muy dura se añadirá un poquito de leche, si lo contrario, un poquito de harina; despues se coloca sobre la mesa cubierta con bastante harina y se hace dar una o dos vueltas sin amasar para que la masa no se pegue al cortar, se le da un espesor de 2 dedos, se corta con molde redondo y se ponen inmediatamente al horno muy caliente en planchas untadas con manteca.

Suspiros

Huevos	3
Manteca	2 cucharadas
Azúcar	2 cucharadas
Raspaduras de limón	1/2 cucharada
Harina, sal, grasa para freir	

Se pone en una cacerolita 1 taza de agua, 1/2 cucharadita de sal, el azúcar y la manteca, se acerca al fuego y cuando el agua está por hervir se retira y se echa poco a poco harina hasta formar una masa semi líquida, se mezcla hasta incorporar bien la harina y se vuelve al

fuego revolviendo con cuchara de madera hasta que forme una masa espesa que deje ver el fondo de la cacerola y que al tocarla no se pegue en los dedos; entonces se retira del fuego agregando uno por uno 2 huevos enteros y una yema y mezclando bien; se deja reposar la masa durante 1 hora y despues de este tiempo se agrega 1 clara batida a nieve e inmediatamente se hacen los suspiros de la manera siguiente: se levanta en una cuchara un poco de la pasta mas o menos del tamaño de una nuez y se hace caer en la grasa bien caliente dejándolos hasta que se doren, teniendo cuidado de darlos vuelta. Se sirven polvoreados con azúcar.

Sueños

Huevos	2
Azúcar	3 cucharadas
Manteca derretida	1 cucharada
Bicarbonato de soda	1/2 cucharadita
Harina, grasa para freir	

Se baten bien los huevos con el azúcar cernida, se agrega la manteca derretida, (tibia), batiendo hasta mezclar con los huevos, despues el bicarbonato agregando en seguida harina cernida, poco a poco, hasta formar una masa blanda y batiendo siempre para un solo lado. Se pone la masa en la tabla de amasar, se trabaja un poco y se corta en trozos pequeños dándoles la forma de buñuelos. Se frien en grasa muy caliente y se sirven con almibar o polvoreados con azúcar.

Tartelettes a la crema de almendras

Harina	460 gramos	Ingredientes para la masa
Manteca	225 »	
Azúcar	225 »	
Huevos	7	
Leche	3/4 de litro	Ingredientes para la crema
Azúcar	150 gramos	
Huevos	6	
Chuño	2 cucharaditas	
Almendras dulces	50 gramos	

Se hierve la leche con azúcar y vainilla. Se baten 6 huevos agregándoles el chuño y las almendras peladas y molidas, cuando la leche ha tomado color se retira del fuego y una vez algo tibia se vierte sobre los huevos meciendo suavemente, se acerca al fuego y se sigue revolviendo hasta que se cueza.

Para hacer la masa se mezcla harina, azúcar y manteca, añadiendo despues 7 yemas batidas, se soba hasta que la masa se ponga amarilla y suave, entonces se la pone en un plato, dejándola reposar 10 minutos.

Se mantecan moldecitos, se los forra con la masa y se llenan con la crema, se cuecen al horno hasta que se forma encima una costra tostadita.

Tartelettes con dulce

Harina	1/4 kilo
Manteca	60 gramos
Almendras amargas	60 »
Azúcar	125 »
Huevos	3

Se hace la masa mezclando la harina, azúcar, manteca, almendras peladas y molidas, 1 huevo entero y 2 yemas, se amasa hasta que quede flexible, se estira con el palote hasta que quede fina, se forran los moldecitos que previamente se habrán untado con manteca, se llenan con dulce de duraznos o damascos, se hace encima un enrejadito con tiras de masa, y se hacen cocer en horno suave.

Turrones criollos

Harina	1 y 1[2 kilos
Huevos	12
Grasa de vaca	1[2 kilo

Con la harina se hace la fuente, poniendo en el centro 12 yemas sin batir y agua fria con sal, la cantidad suficiente para unir la masa, una vez unida se cortan pedazos y se empieza a sobar añadiendo la grasa poco a poco, cuando se empiezan a hacer bombitas en la masa y suena al sobar ya está a punto, se estira con el palote y se cortan redondelas del tamaño que se quiera. Se hornean en latas en horno regular, antes de entradas se punzan con el tenedor para que no se ampollen.

Después de cocidas y frias se llenan con dulce de turrón, se hace cada turrón de las capas que se quiera 2 o 3, despues de hechos con el cuchillo se igualan los bordes y se introduce en ellos nueces o maní tostado y semi-molido, dándoles por último un baño de almidón a punto alto.

Tortitas Rosarito

Harina	10 cucharadas
Azúcar	8 cucharadas
Leche con vainilla	1 taza
Manteca	100 gram. o sea un pan chico
Huevo	3
Royal	2 cucharaditas

En una fuente de loza se pone la harina, se hace un hueco en el medio y allí se rompen los huevos, se empiezan a batir junto con la harina hasta que se consuma, entonces se empieza a echar por cucharadas la leche que se habrá mezclado previamente con el azúcar, en seguida se añade la manteca derretida, pero tibia, y un momento antes de entrar al horno se agrega Royal.

Se preparan pequeños moldes untados con manteca y polvoreados con harina, se llenan hasta la mitad con la pasta que se ha preparado y se cuecen en horno moderado.

Tortitas de maiz capia

Harina de maiz capia	4 tazas
Grasa de vaca	2 tazas
Azúcar	1 taza
Huevos	10
Dulce para rellenar	

Se hace una masa suave con la harina, los huevos, la grasa y azúcar, se estira con el palote poniendo harina seca sobre la mesa para que no se pegue, se deja del grueso de 1 centímetro y se cortan tortitas del tamaño de un platito de café, se pone al medio dulce de callote o el que se prefiera, se tapa con otra tortita humedeciendo los bordes para que se peguen y se cocinan al horno regular; despues que están frias se confitan.

Skungs

Harina	2 tazas de las de te
Royal	1 cucharada
Azúcar	1 »
Sal fina	1/2 cucharadita
Manteca	100 gramos
Leche	1 taza

Se hace una masa mezclando primero la harina, el azúcar y el royal, la sal se echa en la leche y la manteca se añade al amasar, despues se cortan pedazos de masa, se aplastan con los dedos y se cortan pequeños bollitos, con un molde, se cuecen en horno algo más que regular sobre papel de astraza. Cuando están dorados se sacan, se parten al través con un cuchillo, se untan con manteca se juntan nuevamente y se sirven calientes con el té.

Vainillas

Huevos	6
Harina	125 gramos
Azúcar	250 gramos
Vainilla	1 varita

Se saca raspando con un cuchillo, las semillitas negras que tiene la vainilla en el interior, se mezcla con el azúcar, se pone en un plato junto con las yemas de huevo batiendo durante unos minutos para mezclar; despues se agregan las claras batidas a nieve muy firme y la harina, mezclando perfectamente. Se pone este batido en una bolsa con boquilla lisa o en un cartucho de papel fuerte cortándole un poco el pico, se aprieta con los dedos para ir haciendo sobre una hoja de papel bastoncitos de 7 centímetros de largo por 2 de ancho, dejando entre uno y otro un espacio para que no se peguen al cocerse, se polvorean con azúcar abrillantada por medio de la polvera para este objeto y se entran al horno regular durante 10 minutos mas o menos. Se despegan del papel una vez que están frios.

CAPITULO 2°

POSTRES

Ambrosía

Leche	4 tazas
Huevos	12
Azúcar	6 tazas
Vainilla	1|2 varita

Se hace una almíbar en punto bajo, con las 6 tazas de azúcar y la vainilla, se deja enfriar, se separan 2 tazas y el resto se mezcla con la leche hervida y fria, se pasa por una servilleta.

Se ponen en un plato 12 yemas de huevo y 3 claras, se baten lijeramente solo para mezclar yemas y claras, se pasan por un colador y se mezcla perfectamente con la leche y almíbar, se pone en una cacerola enlozada o de aluminio que sea de fondo ancho y chata, se coloca sobre brasas mezclando de rato en rato para que no se pegue y para que al cortarse el huevo no formen grano grandes, cuando hierve se tapa con una lata o tapa, se colocan brasas encima y se deja hervir a fuego lento durante 2 horas mas o menos mezclando cada 15 minutos y teniendo cuidado de conservar siempre encendidas las brasas de encima. Cuando se nota que la almíbar se ha secado un poco, se agregará la que se ha reservado.

Arroz con leche

Arroz	1 tacita
Leche	4 tazas
Azúcar	2 tacitas
Vainilla	1|4 varita

Se cuece el arroz con la leche y la vainilla, cuando el arroz está cocido se añade el azúcar y un poquito de sal fina y se hace hervir hasta que toma un color obscuro como dulce de leche. Hay que cuidar que no salga seco porque resulta desagradable, debe quedar muy jugoso.

El arroz con leche también puede servirse con merengue, entonces se lo hace menos jugoso, se pone en una fuente poniendo encima unas cucharadas de merengue hecho con 2 claras y 3 cucharadas de azúcar entrándolo al horno suave hasta que se dore el merengue.

Anchi

Se llama anchi el residuo de harina de maiz que queda cuando se hace la chicha, pero puede hacerse algo parecido con pulenta de maiz amarillo; para esto se pone a cocer la pulenta con bastante agua en una cacerola, cuando la pulenta está cocida se le añade el jugo de 2 limones, esto es para 1/2 kilo de pulenta, y despues se agrega 1/2 litro de miel de caña, se hace cocer revolviendo continuamente hasta que tiene la consistencia de una sopa espesa, se saca y se sirve caliente, despues cada uno puede agregarle miel a su gusto. Algunas veces dos limones no son suficientes, porque debe tener un marcado sabor agrio, entonces se añade el jugo que sea necesario o un poco de ácido de limón.

Buñuelos con miel

Harina	12 cucharadas
Huevos	4
Levadura	1/2 taza
Miel de caña	1/2 litro

Se disuelve la levadura de panadería en un vaso de agua fría, se ponen 4 huevos en una ensaladera, se baten, añadiendo la levadura colada y la harina poco a poco, batiendo un buen rato hasta que todo está mezclado, se tapa y se deja levantar. En invierno se hace esto por la noche para hacer los buñuelos al día siguiente, en verano se hace 4 o 5 horas antes de freirlos.

Cuando esta masa se ha levantado completamente, se pone una sartén al fuego y con los dedos mojados en agua fria, se toman pequeños pedacitos de masa, se estiran y se dejan caer en la grasa, sacudiéndolos constantemente con un palito largo hasta que se inflen, despues se los deja dorar, este trabajo es mejor hacerlo entre dos personas, una echa los buñuelos y otra los sacude.

Una vez todos fritos se pone medio litro de miel al fuego, cuando empieza a tomar punto se echan los buñuelos de 3 o 4, se les da unas vueltas y se sacan colocándolos en una compotera en forma de pirámide, cuando se concluye, se vierte la miel que ha sobrado sobre ellos.

Con estas proporciones salen hasta 40 buñuelos, son riquísimos y muy delicados.

Cabello de angel

Azúcar	4 tazas
Yemas de huevo	12
Vainilla	1/2 varita

Se hace una almíbar en punto regular con el azúcar y vainilla.

Se mezclan las yemas en un plato y se pasan por un linón, se pone un poco de este batido en un embudo de 4 picos llenando solo hasta el nivel del fondo del embudo y tapando los agujeros con la mano, despues se destapa sobre la almibar hirviendo a borbollones moviendo rápidamente, en retorno el embudo para que salga el huevo mientras otra persona mueve en el mismo sentido el almíbar separando las hebras o sacándolas a medida que se vayan cociendo (cada vez que se concluya el huevo, se irá llenando el embudo). Las hebras se van sacando con la espumadera y colocándolas en una fuente, despues se agrega el almíbar.

Crema al caramelo

Leche	3 tazas
Azúcar	1 taza
Yemas de huevo	3
Fécula o crema de arroz	2 cucharadas
Vainilla	1/2 varita

Se pone al fuego 1/2 taza de azúcar con 2 cucharadas de agua; cuando principia a tomar un color rubio se echa 1 taza de leche hirviendo y se deja en el fuego hasta que el caramelo se desarme, entonces se agrega el resto de leche fria pero hervida de antemano con la vainilla.

Se baten lijeramente las 3 yemas de huevo con el resto del azúcar, se agrega la fécula o crema desarmando bien y se vierte en la leche hirviendo mezclando rápidamente con una cuchara; se retira del fuego, se mezcla todavía unos minutos y se pone inmediatamente en una sopera.

Se puede servir con vainillas o plantillas.

Crema Chantilly

Se pone por la mañana, en recipientes planos, 4 litros de leche cruda, en la tarde se levanta toda la gordura de encima con un cuchara, se pone en un plato, se coloca sobre hielo durante 1 hora y se bate mucho hasta que queda como crema agregando un poco de azúcar en polvo (vainillada) para endulzarla lijeramente y se utiliza para rellenar merengues, timbalitos de masa dulce, manzanas asadas, etc.

Crema de chocolate

Leche	3 tazas
Azúcar	1 taza
Yemas de huevo	3
Chocolate	2 tabletas
Maicena o chuño	2 cucharadas

Se pone al fuego la leche con el azúcar.

Aparte se deslie la maicena o chuño en 1/2 taza de agua fria y se mezcla con las yemas de huevo que se habrán batido lijeramente en un plato; se echa esta mezcla en la leche hirviendo, se revuelve rápidamente. se pone a fuego lento mezclando todavía durante unos minutos y se vacía en una sopera.

Se puede servir con plantillas, o bien aprovechando las claras de huevo que se batirán con 4 cucharadas de azúcar, hasta el punto de nieve y se cocerán durante unos minutos sobre la plancha de la cocina.

Crema espuma

Huevos	8
Azúcar molida	2 tacitas
Limones agrios	2
Coñac o vino blanco	1 copita

Se baten muy bien las yemas agregando poco a poco y sin dejar de batir, el azúcar; cuando el batido se ponga duro se agrega el coñac, el jugo de 2 limones y la raspadura de uno, mezclando bien.

Aparte se baten las claras a punto de nieve, se mezcla con las yemas y se pone al fuego durante unos minutos y sin dejar de mezclar, se retira del fuego, se sigue batiendo hasta que queda tibio y se sirve en copitas o con rebanadas de bizcochuelo.

Crema frita

Leche	1/2 litro
Huevos	5
Azúcar	al paladar
Chuño	2 cucharadas

Se hierve leche con vainilla y azúcar al paladar. Se deslie el chuño y se mezcla con 4 yemas y una clara todo batido, se retira la leche del fuego y se mezcla con los huevos revolviendo para que no se corte, se acerca nuevamente al fuego y se hace cocer, despues se vuelca en una fuente y se deja enfriar.

Una vez fria se cortan cuadraditos de dos dedos de grueso, se pasan por huevo batido y pan rallado y se frien en grasa caliente, una vez dorados se ponen en una fuente y se polvorean con azúcar.

Se comen calientes o frios como se quiera.

Crema de manteca

Azúcar	1 taza
Yemas de huevo	6
Manteca	1 cucharada
Vainilla	1/4 de varita

Se hace almibar en punto alto con el azúcar, 1/2 taza de agua y la vainilla, se deja enfriar y se mezcla con las yemas de huevo que se habrán batido aparte durante 15 minutos, se vuelve al fuego mezclando sin cesar hasta que se espese, entonces se mezcla con la manteca previamente batida.

Esta crema sirve para rellenar tortas de bizcochuelo.

Crema a la nieve

Leche	2 tazas
Huevos	4
Azúcar	1 taza
Vainilla	1/2 varita

Se pone al fuego la leche con 1/2 taza de azúcar y la vainilla y se hace hervir durante 5 minutos; durante ese tiempo se bate un poco las yemas de huevo, se levanta una tacita de leche y se va vertiendo poco a poco sobre los huevos batiendo rápidamente, se vacía esta mezcla sobre el resto de leche que está en el fuego y se mezcla.

Aparte se baten las claras a punto de nieve, se agrega el resto del azúcar (cernida) y se sigue batiendo hasta merengue; despues se levanta una cucharada de esta clara y se va poniendo sobre la leche la que no se dejará hervir desde que se le pone las yemas; cuando se ha puesto toda la clara, se deja unos minutos sobre el fuego, despues se levantan una por una con una espumadera, se van poniendo en una fuente y se vierte con cuidado la crema para no desarmar las claras.

Crema pastelera

Leche	4 tazas
Harina	2 cucharadas
Azúcar	2 tacitas
Manteca	1 cucharada
Yemas de huevo	6
Vainilla	1/2 varita

Se hace hervir la leche con la vainilla durante 15 minutos.

Aparte se deslie la harina con las yemas y se vierte encima la leche caliente, poco a poco y mezclando rápdiamente, se vuelve al fuego agregando un granito de sal y se continúa dando vuelta con espátula de madera hasta darle el espesor de una crema; entonces se retira y se agrega la manteca que se habrá hecho dorar en el fuego y el azúcar mezclando perfectamente.

Crema rusa

Huevos	8
Azúcar	2 tazas
Vainilla	1/2 varita

Se hace una almíbar en punto alto con el azúcar y la vainilla, se retira del fuego y se agregan las yemas de huevo muy bien batidas y las claras batidas aparte a punto de nieve mezclando rápidamente y batiendo hasta que se enfrie. Se sirve en copas de champagne o de oporto,

Crema tutti frutti

Leche	3 tazas
Azúcar	1/2 taza
Almidón	1 cucharada
Huevos	3
Almendras dulces, frutas abrillantadas, marrasquino, vainilla	

Se pone al fuego la leche con el azúcar y la vainilla, se agrega una pizca de sal; cuando hierve se agrega el almidón disuelto en 1/2 taza de leche fria y a la que se agregará además, 4 almendras peladas y molidas, se revuelve rápidamente durante unos minutos hasta que se espese, entonces se retira del fuego agregando las yemas de huevo batidas, se acerca de nuevo al fuego mezclando para que se cuezan las yemas, se retira del fuego y se agregan las claras batidas a nieve.

Se coloca en una fuente una camada de almendras peladas, se rocian con marrasquino, se pone otra camada de dulces abrillantados cortados en lonjitas y se vierte la crema adornando despues con algunas guindas y pedacitos de frutas.

Crema Zambayón

Leche	1 taza
Yemas de huevo	6
Azúcar	6 cucharadas
Maicena	2 cucharaditas
Vino oporto	1 copita

Se baten muy bien las yemas mientras se va agregando el azúcar en polvo poco a poco, se agrega el oporto mezclando rápidamente y se pone al baño maría revolviendo sin cesar; cuando está caliente se agrega la leche fria en la que se habrá disuelto la maicena y se continúa mezclando hasta que se espesa y desaparece la espuma blanca de la superficie.

En lugar del oporto puede ponerse 1 vasito de rom.

Se sirve en tacitas o copas según se prefiera caliente o fria.

Esta crema también puede servirse con bizcochuelo o budines.

Crema de vino

Vino blanco	1 taza
Azúcar	2 cucharadas
Chuño	1 cucharada
Canela, raspaduras de limón	

Se pone al fuego el vino con igual cantidad de agua, el azúcar, la raspadura de 1/2 limón y una varita de canela, despues de unos minutos de ebullición se agrega el chuño disuelto en agua fria mezclando rápidamente hasta que se espesa.

Esta crema sirve para bañar budines.

Crema para budines

Se mezclan 8 yemas con 8 cucharadas de azúcar, se agrega 1 copa de vino de postre, el jugo de 2 limones y la raspadura de uno, se bate cerca del fuego sin cesar, hasta que queda espumoso, entonces se agregan 4 claras batidas a nieve, se mezcla durante 10 minutos a fuego lento y con esta crema se baña cualquier budin.

Dulce de leche n.o 1

Leche	12 tazas
Azúcar tucumana	5 tazas
Bicarbonato de soda	1/4 cucharadita

Se mezcla el azúcar con la leche hervida y fria, se pone al fuego mezclando hasta disolver el azúcar, despues se pasa por una servilleta y se pone a fuego vivo en una cacerola de cobre o enlozada, mezclando con mecedor de madera de rato en rato; despues de 1 hora de ebullición se agrega el bicarbonato mezclando sin cesar hasta que da punto y disminuyendo el fuego para que no se pegue.

Dulce real

Se hace como el anterior y cuando da punto se retira del fuego agregando 12 yemas de huevo batidas durante 15 minutos, se vuelve al fuego mezclando durante unos minutos para que se cuezan las yemas.

Dulce de leche con chirimoya

Se hace un dulce de leche como se explica para el dulce de leche nº 1; cuando está casi en punto se agrega la pulpa de 1 chirimoya grande que se habrá pasado por un tamiz y se continúa mezclando hasta que se espese.

En lugar de chirimoya se puede poner coco rallado resultando lo mismo que el anterior de un sabor muy agradable.

Dulce de leche granado

Leche	12 tazas
Azúcar	4 tazas
Agua	1 taza
Bicarbonato de soda	1/4 cucharadita

Se mezcla la leche hervida y fria con el azúcar, el agua y el bicarbonato, se pone al fuego mezclando hasta disolver el azúcar, despues se pasa por una servilleta, se pone en una cacerola enlozada y se hace hervir a fuego lento mezclando de rato en rato con mecedor de madera hasta que da punto.

Este dulce se hace muy bien sobre la plancha de la cocina económica mientras se prepara la comida.

Dulce de leche especial

Leche	12 tazas
Azúcar tucumana	5 tazas
Almendras dulces	1/2 kilo
Bicarbonato de soda	1/4 cucharadita

Se mezcla el azúcar con la leche hervida y fria, se pone al fuego mezclando hasta disolver el azúcar, despues se pasa por una servilleta y se vuelve al fuego mezclando con un mecedor de madera de rato en rato.

Aparte se pisan las almendras despues de haberles quitado la cáscara y el pellejo; cuando están convertidas en una pasta se va agregando poco a poco 1 taza de agua fria apretando con la mano del mor-

tero para extraer bien la leche de la almendra, se pasa por un tamiz o servilleta, se vuelve a machacar la pasta agregando de nuevo otra taza de agua y pasando por el colador. Se pone esta leche de almendra al fuego y cuando da un hervor se retira.

Despues que el dulce ha hervido durante 1 hora, se agrega el bicarbonato y cuando principia a espesar se agrega la leche de almendra mezclando sin cesar hasta que da punto.

Dulce de leche con almíbar

Leche	8 tazas
Azúcar	2 tazas
Bicarbonato de soda	1/4 cucharadita

Se hace una almíbar en punto alto con las 6 tazas de azúcar, si se quiere se agregará 1/2 varita de vainilla, se echa la leche hervida y colada en esta almíbar hirviendo y se mezcla con espátula de madera hasta que da punto agregando el bicarbonato cuando principia a espesarse.

Dulce de leche salteño

Leche	16 tazas
Azúcar	4 tazas
Porotos secos	1 taza
Chuño	2 cucharadas
Vainilla	1|2 varita

Se hace hervir la leche, se separan 2 tazas y se hace hervir el resto durante 30 minutos; despues se agrega el azúcar y la vainilla.

Aparte se hacen hervir los porotos despues de haberlos remojado durante la noche; cuando están bien blandos se sacan, se escurren, se desarman con un tenedor agregando despues las 2 tazas de leche fria, se pasa por un tamiz de alambre y se agrega el chuño mezclando hasta desleirlo bien.

Cuando el dulce principia a espesarse se agrega la preparación anterior, haciéndola caer en un chorro finito, revolviendo rápidamente; se continúa mezclando con espátula de madera hasta que da punto.

El fuego debe ser vivo al principio y disminuirlo cuando principia a engrosar el dulce.

Este dulce tambien se puede emplear para relleno.

Dulce de leche para rellenos

Leche	12 tazas
Azúcar	5 tazas
Arroz	2 tacitas
Bicarconato de soda	1|4 cucharadita

Se pone a remojar el arroz durante la noche; al día siguiente se muele en un mortero hasta convertirlo en una pasta, despues se agrega 1 taza de agua fria, apretando con el mazo para extraer bien el almidon del arroz, se pasa por un colador, se vuelve a moler el arroz y se repite la operación de extraer el almidón y colar; despues se pone al fuego y cuando da un hervor se retira.

Aparte se hace el dulce como se indica para el dulce de leche especial, pero agregando cuando principia a espesar, la preparación anterior y mezclando con mecedor de madera hasta que da punto.

Para conocer el punto se saca un poco de dulce, se deja enfriar y cuando se corta sin hacer hebras, está en buen punto.

Este dulce es bueno para el relleno de gaznates, tortas, etc.

Dulce de turrón

Miel de caña	1 litro
Miel de abeja	1 taza
Huevos	11

Se hierve la miel hasta que toma punto, para probar si está, se toma entre el dedo pulgar y el índice un poquito, si al abrir los dedos se forman hebras ya estará, entonces se retira del fuego y se añaden las claras batidas a punto de nieve, se bate sin cesar durante media hora con dos palos a propósito, cuando se enfria se deja y se puede emplear. Si se quiere se le echan nueces peladas y semi-molidas, o mani, eso es cuestión de gusto.

Espuma de chocolate

Chocolate	2 tabletas
Claras de huevo	4
Azúcar	6 cucharadas
Leche	1 tacita

Se baten las claras añadiendo poco a poco el azúcar y sin dejar de batir hasta el punto de merengue, entonces se agrega el chocolate que se habrá disuelto con la leche hasta formar una crema lisa mientras se va batiendo rápidamente; cuando está bien mezclado se vacia en una fuente y se sirve con bizcochuelo o nueces.

Espuma a la vainilla

Azúcar vainillado	2 tacitas
Crema o leche	1 tacita
Huevos	5

Se baten en una cacerolita que se colocará al baño maría, 4 yemas, 1 huevo entero y 1 tacita de azúcar; cuando está espumoso y bien caliente se pone en una terrina, se deja enfriar y se agrega la crema de leche batida, 3 claras batidas a nieve y el resto del azúcar mezclando perfectamente; se pone en un molde mojado y se coloca entre hielo, despues de 2 horas se desmolda sobre una fuente colocando alrededor rebanadas de bizcochuelo o plantillas.

Enrollado Pio nono

Huevos	7
Azúcar	1 taza
Harina cernida	1 taza

Frutas confitadas, coco rallado, dulce de leche, manteca

Se baten 6 yemas y 1 huevo entero hasta que quede bien espeso se agrega el azúcar, se bate otra vez y se incorpora la harina batiendo muy bien.

Aparte se baten las 6 claras a punto de nieve, se mezcla con la preparación anterior y se sigue batiendo hasta mezclar todo muy bien.

En el molde chato de lata se coloca un papel de astraza untado con manteca, se pone el batidor igualando la superficie con el revés de la hoja de un cuchillo y se entra inmediatamente al horno caliente poniendo brasas abajo para que se levante bien; cuando se ha cocido se saca del molde, se extiende una capa delgada de dulce de leche sobre el lado que estuvo sobre el papel y se enrolla circularmente. (La operación de untar el dulce de leche y enrollar hay que ejecutarlas rápidamente antes que el bizcochuelo se enfrie.)

Se adorna con frutas secas y coco rallado.

Frutas en sarten

Huevos	6
Harina	3 cucharadas
Azúcar	3 tazas
Grasa para freir	

Se baten los huevos con la harina durante 30 minutos.

En una sartén se pone grasa en buena cantidad; cuando está caliente se introduce el molde de latón con mango, (estos moldes se hacen de latón dándoles la forma de estrellas o frutas, con un mango pesado), se llena con el batido y se entra a la grasa bien caliente hasta que se doren.

Aparte se hace una almíbar en punto alto con el azúcar, se retira del fuego, se echan las frituras para que se pasen en almíbar y una vez que se enfrian se sirven.

Gaznates

Yemas de huevo	12
Coñac	2 cucharaditas

Dulce de leche, harina, grasa de vaca, azúcar, vainilla. (Ver dulce de leche para gaznates).

Se baten muy bien las yemas agregando el coñac por gotas, despues se agrega poco a poco harina cernida hasta formar una masa blanda, se pone esta masa sobre la tabla de amasar, se agrega una cucharada de grasa derretida (tibia) y se amasa un poco hasta que se pierde la grasa, entonces se extira con el palote hasta darle un espesor de 1 milímetro, se corta esta masa en pedazos de 5 centímetros de largo por 7 de ancho (más o menos) se moja uno de los bordes y se cierran dándoles la forma de unos cilindros huecos. Se frien en la grasa muy caliente entrando uno por uno en un palito de cedrón o durazno, dándolos vuelta hasta que se han frito bien pero sin hacerlos dorar mucho; cuando están frios se rellenan con dulce de leche frio y se sirven con almibar hecha con vainilla, o confitados.

Los gaznates también se pueden cocer al horno pero el sabor es mejor haciéndolos fritos.

Huevo mol amarillo

Yemas de huevo	12
Azúcar cernida	1 taza
Bizcochuelo o plantillas	

Se baten las yemas de huevo derante 15 minutos, despues se vá agregando poco a poco el azúcar y se sigue batiendo durante 30 minutos mas o menos hasta que el huevo se pone muy pálido, entonces se pone al fuego en una cacerolita enlozada que tenga el fondo perfectamente sano y se mezcla con espátula de madera durante 25 minutos mas o menos.

El fuego debe ser muy suave y la cacerola debe estar sobre una parrilla para que el huevo no se queme. Sobre la plancha de la cocina económica se hace muy bien este dulce.

Se sirve con rebanadas de bizcochuelo o plantillas, las que se pondrán al vaciar el postre en la dulcera.

Huevo mol blanco

Claras de huevo	4
Azúcar	2 tazas
Vainilla	1/2 varita
Nueces	8

Se hace una almíbar con el azúcar y la vainilla; cuando está en punto muy alto, se retira del fuego y despues de 5 minutos se agregan las claras batidas a punto de nieve mezclando rápidamente y batiendo sin cesar hasta que se enfrie. Se sirve con nueces peladas y quebradas en mitades, o con frutillas.

Huevo mol con almíbar

Yemas de huevo	12
Azúcar	2 tazas
Vainilla	1/2 varita

Se hace una almíbar con el azúcar y la vainilla; cuando está en punto alto se retira del fuego, se deja enfriar y se agregan las yemas muy bien batidas mezclando perfectamente, se pone a fuego lento revolviendo sin cesar con espátula de madera hasta que adquiera el espesor que se desea.

Se puede servir con bizcochuelo o plantillas agregándole nueces peladas y molidas.

Huevo mol nevado

Huevos	8
Azúcar	2 tazas
Bizcochuelo	8 rebanadas
Grajeas	1 cucharada

Se hace una almíbar con el azúcar; cuando está en punto alto se retira y se deja enfriar la mitad.

Se baten muy bien las yemas, se mezclan con la mitad del almíbar fria y se pone a fuego lento mezclando con cuchara de madera hasta que se espese; entonces se retira y se pone en una fuente plana sobre las rebanadas de bizcochuelo.

Aparte se baten las claras a punto de nieve y se va echando por cucharadas en el resto del almibar caliente pero sin mezclar, se arrima la cacerola al fuego y cuando están bien firmes se van sacando con una espumadera y poniendo sobre las rebanadas de bizcochuelo. Por último se polvorea con grajeas.

Huevo mol trigueño

Claras de huevo	4
Miel o melaza tucumana	1 taza
Azúcar tucumana	1 taza
Avellanas molidas	2 cucharadas

Se pone al fuego la miel con el azúcar; cuando está en punto alto se retira del fuego y despues de 5 minutos se agregan las claras batidas a punto de nieve mezclando rápidamente y batiendo sin cesar hasta que se enfrie, entonces se agregan las avellanas molidas y se pone en la dulcera.

Huevos quimbos

Yemas de huevo	12
Azúcar	3 tazas
Vainilla	1/2 varita
Manteca	1/2 cucharada

Se baten las yemas hasta que el huevo quede muy espeso y muy pálido, se untan los moldecitos para quimbos con bastante manteca, se ponen hasta la mitad con el batido y se entran al horno regular con calor fuerte de abajo; cuando se han dorado lijeramente se sacan y se van echando en almíbar hirviendo que se habrá hecho con las 3 tazas de azúcar y la vainilla. (El almíbar debe estar en punto bastante alto para que resulten sabrosos). Se dejan hervir hasta que se pasen bien y si el almíbar engrosara mucho se agregará un chorrito de agua hirviendo teniendo cuidado que ésta no caiga sobre los quimbos, se deja hervir de nuevo y se retira.

Los quimbos tambien se pueden hacer de la manera siguiente que resulta mas económica. Se baten muy bien 9 yemas y 1 clara despues se agrega 1/2 cucharada de royal y se termina como los anteriores.

Leche asada

Leche	2 tazas
Azúcar	1/2 taza
Yemas de huevo	3

Se mezcla el azúcar con la leche tibia y las yemas lijeramente batidas, se pone en una fuente resistente al horno o en cocottes de loza y se entra en el horno regular hasta que se cuaje.

Leche en almíbar

Leche	2 tazas
Azúcar	1 taza
Yemas de huevo	3
Almendra o nuez molida	2 cucharadas

Se hace una almíbar en punto alto con el azúcar, se echa la leche hervida y fria en esta almibar hirviendo, se hace hervir a fuego regular durante 20 minutos, se retira del fuego, se agregan las yemas lijeramente batidas, se vuelve al fuego por unos minutos mezclando para un mismo lado y se vacia en la dulcera agregando almendras o nueces peladas y molidas.

Leche crema

Leche	3 tazas
Azúcar	1 taza
Huevos	4
Maicena o chuño	2 cucharadas
Vainilla	1/2 varita

Se separa 1/4 parte de la leche y del azúcar, se pone a hervir lo demás agregando la vainilla, se deslie la maicena en la cuarta parte de leche fria mezclando hasta que no forme grumos, se agregan 4 yemas lijeramente batidas, se mezcla perfectamente y se vierte en la leche hirviendo, se revuelve rápidamente durante unos minutos hasta que se espese y se vacia en una fuente plana; despues se extiende la cuarta parte de azúcar en una capa delgada y se quema con una plancha caliente.

Mazapán de almendras

Almendras dulces	1/2 kilo
Azúcar	1/2 kilo
Claras	5

Se remojan las almendras con agua mas caliente que tibia, cuando la piel está blanda se las pela, luego se pisan en el mortero poniendo siempre un poquito de azúcar para que no salten al molerlas.

Se hace almíbar con 1/2 kilo de azúcar, cuando se hace hebras, se echan las almendras, batiendo 5 minutos, se retira del fuego y se añaden las claras batidas a punto de nieve, y se continúa batiendo hasta que se enfrian.

Merengue con bizcochuelo

Azúcar	4 tazas
Claras de huevo	4
Coñac	2 cucharadas
Bizcochuelo	8 rebanadas

Con 2 tazas de azúcar, se hace almíbar, cuando está en punto alto se agrega el coñac.

Se colocan las rebanadas de biscochuelo que se cortarán de un grueso de 2 centímetros y se mojan con el almíbar.

Aparte se hace otra almíbar con 2 tazas de azúcar dejando que tome punto despues se echa en un chorro finito sobre las claras batidas a nieve, batiendo rápidamento hasta que se enfria. Se cubre con este merengue el bizcochuelo y se entra al horno durante 5 minutos mas o menos hasta que se dore.

Natillas

Leche	3 tazas
Azúcar	1 1/2 taza
Huevos	4
Sal	1 pizca

Se mezclan todos los ingredientes, se baten durante 1 minuto para unir perfectamente, se pasa por un colador y se pone en una terrina de barro o de loza.

Se pone en una cacerola mas grande que la terrina, 3 tazas de agua; cuando hierve se entra la terrina con la preparación anterior, se tapa la cacerola, se coloca encima una camada de brasas y se deja en este baño maria durante 20 minutos, si despues de este tiempo no estuviera cuajado se deja unos minutos mas.

Se puede tomar con azúcar quemada para lo cual, una vez retirado del fuego, se deja enfriar se polvorea con azúcar y se quema con una plancha caliente.

Natillas al chocolate

Leche	3 tazas
Chocolate	2 tabletas
Azúcar	1 taza
Huevos	4

Se pone al fuego la leche con el chocolate; cuando éste se ablanda, se desarma apretando con una cuchara, se deja enfriar, se mezcla con el azúcar y los huevos batiendo hasta unir todo perfectamente, se pasa por un colador y se termina como en las natillas anteriores.

Pasta de coco

Cocos	2
Huevos	12
Azúcar	1/2 kilo

Dos cocos de regular tamaño se despojan de la cáscara y se rallan.

Se baten 12 yemas y 2 claras con 1/2 kilo de azúcar hasta que tome punto de torrecita, entonces se agrega el coco rallado.

En una fuente que resista el fuego, se pone una capa de bizcocbuelo, cubriéndolos totalmente con la pasta de coco, se cuece al horno hasta que se dore, se saca y se cubre con merengue entrando otra vez al horno hasta que se seque.

El merengue se hace en proporción de una cucharada de azúcar por cada clara, se bate hasta que al levantar el batidor no se desprenda nada

Pastelitos pasados por almíbar

Harina	1/2 kilo
Aceite	1 1/2 tacita
Manteca	1 cucharada
Huevos	2
Dulce de membrillo	1 pedazo
Azúcar	1/4 kilo

Se hace una masa con harina, aceite. 1 huevo entero, 1 yema y salmuera fuerte en cantidad suficiente para unir la masa, se soba mucho, hasta que empiezan a hacerse bombitas, se hace una bola con la masa y se cortan pedazos que se estiran con el palote hasta dejarlos del grueso de 1/2 centímetro, entonces se cortan pequeños rectángulos, se humedecen los bordes y se pone en el centro dulce de membrillo que previamente se habrá deshecho con agua caliente, luego se dobla el rectángulo y se pegan los bordes apretando con los dedos, deben quedar pastelitos muy pequeños. Se frien en aceite o grasa muy caliente, una vez dorados se escurren bien y se echan en almibar caliente a buen punto, la que se habrá hecho con 1/4 kilo de azúcar, un pedacito de vainilla y corteza de limón, una vez impregnados se sacan y se adornan con grajeas.

Pasticiotti

Harina 460 gramos Azúcar 225 „ Manteca 225 „ Huevos 7 „	Ingredientes para la masa
Leche 1/4 litro Vainilla 1 varita Azúcar 1 tacita Chocolate 10 tabletas Huevos 3	Ingredientes para la crema

Se mezcla la harina con el azúcar, se añade la manteca y 7 yemas lijeramente batidas, se hace la masa y se soba hasta que se pone amarilla y suave, se hace con esta masa una bola, se pone en un plato y se deja en reposo durante 10 o 15 minutos.

Antes de hacer la masa se prepara la crema siguiente: se hierve la leche con azúcar y vainilla durante 10 minutos, se retira y se cuela. Se rallan 10 tabletas de chocolate y se echa poco a poco en la leche tibia meciendo sin cesar, se pone nuevamente al fuego que debe ser moderado haciendo hervir durante 5 minutos revolviendo constantemente, se retira otra vez, se deja entibiar y se agrega 3 yemas lijeramente batidas revolviendo hasta que se enfrie.

Se untan pequeños moldecitos de latón con manteca, se forran con masa haciendo que ésta sobresalga de los bordes, se llenan hasta algo mas de la mitad con la crema, se tapan con una tortilla de masa, se cierran los bordes apretando con los dedos recortando lo que sobre de masa con la tijera y se cuecen a horno regular durante 10 o 15 minutos, se sacan calientes de los moldes y se sirven polvoreados con azúcar.

Petit Gateau

Harina	6 cucharadas	Ingredientes para la masa
Azúcar	9 »	
Huevos	6	
Royal	1 cucharadita	
Crema de chocolate		Ingredientes del relleno
Crema de leche		
Rom		

Se baten 6 yemas con 9 cucharadas de azúcar hasta que quede casi blanco, añadiendo en seguida poco a poco la harina, batiendo siempre, una vez todo unido se agregan 6 claras batidas a punto de nieve y 1 cucharadita de Royal.

En moldecitos untados con manteca y polvoreados con harina, se cuecen en horno regular, teniendo cuidado de no llenarlos sino hasta la mitad.

Una vez dorados se sacan, se los divide al través en 3 partes, rellenando la primera con crema de leche, la segunda con crema de chocolate, y la última se baña con rom, se cubren con chocolate y se los entra un momento al horno para que se sequen.

Picarones

Harina	3 tazas
Puré de zapallo	2 tazas
Levadura	1 tacita
Miel de caña tucumana	2 tazas
Grasa para freir	

Se cuece medio zapallo se desarma como un puré, se mezcla con la harina y se añade la levadura despues de haberla batido hasta que se haga hebras; despues se tapa y se acerca al fuego hasta que suba la masa, entonces se retira y se hacen rosquetitos que se frien en grasa muy caliente.

Se sirven con miel o almibar.

Postre ilusión

Azúcar	2 tazas
Huevos	5

Se hace almibar en punto alto con el azúcar, se echa en un chorro finito sobre las claras batidas a nieve mezclando rápidamente y se continúa batiendo hasta que se enfrie.

Aparte se baten las yemas durante 30 minutos.

Se pone en una fuente resistente al fuego: una capa de merengue, se entra al horno y cuando se dora se saca, se deja enfriar, se pone una capa de yemas, otra de merengue y se vuelve a entrar al horno continuando así hasta terminar debiendo ser la última capa de merengue.

Postre casero

Huevos	6
Leche	2 tazas
Harina	1 cucharada
Coñac o Jerez	1 tacita
Azúcar	2 tacitas
Bizcochuelo, vainilla	

Se colocan en una fuente 8 rebanadas de bizcochuelo y se rocian con el coñac o vino.

Se pone a hervir la leche con el azúcar y vainilla, mientas hierve se vierte la harina disuelta en un poco de leche fria, mezclando rápidamente; cuando se ha espesado se deja enfriar un poco, se agrega las yemas lijeramente batidas, mezclando bien, se vuelve al fuego por unos minutos sin dejar de revolver hasta que el huevo se cueza, se vacia sobre el bizcochuelo, se deja reposar un momento y se sirve.

Postre boliviano

Leche	12 tazas
Azúcar	4 tazas
Yemas de huevo	12
Almendras molidas	1 taza
Canela, clavo de olor, manteca	

Se pelan las almendras y se les quita el pellejo, se muelen en un mortero hasta que queden como un frangollo se mezclan con 1 taza de leche.

Se pone el resto de la leche con el azúcar, al fuego; cuando ésta se ha disuelto se cuela por una servilleta y se vuelve al fuego mezclando como para un dulce de leche, una vez que está en punto alto se agrega la leche con la almendra mezclando un rato, despues se retira, se deja enfriar y se agregan las yemas batidas durante 15 minutos, se vuelve a un fuego muy suave agregando 5 clavos de olor molidos, 1 cucharadita de canela molida y se mezcla constantemente hasta que se vea el fondo del recipiente, entonces se vacia en un molde untado con manteca y polvoreado con azúcar y cuando está frio se saca.

Timbalitos con dulce

Se hace una masa como se explica para los timbales de lengua de cordero poniendo en lugar de sal 2 cucharadas de azúcar; cuando están cocidos se sacan de los moldes y se rellenan con dulce de leche o de frutas o bien con la crema que se prefiera.

Torrejas de arroz

Arroz	2 tazas
Leche	3 tazas
Manteca	1 cucharada
Azúcar	3 cucharadas
Yemas de huevo	4 y 1 huevo entero
Grasa para freir	

Se echa el arroz en agua hirviendo, al primer hervor se escurre y se echa en la leche hirviendo agregando la manteca, el azúcar, un poquito de sal y 1/2 varita de vainilla, se termina de cocer a fuego lento y una vez que está bien blando se agregan las yemas mezclando pertectamente, (esto se hará al retirar del fuego), se vacía la mitad sobre un mármol extendiendo con la cuchara hasta el espesor de medio centímetro, se coloca encima montoncitos de mermelada de fruta poniéndolos distante uno de otro; se cubren con 1 cucharada de arroz, se cortan con un molde, se pasan por huevo batido, despues por harina y se frien en grasa caliente. Se sirven polvoreados con azúcar.

Se pueden hacer con sémola en lugar de arroz, siguiendo el mismo procedimiento.

Torrejas de pan

Pan francés	1
Leche	2 tazas
Azúcar	2 tazas
Huevo	1
Canela, grasa para freir	

Se toma un pan frances de regular tamano, (debe ser del dia anterior), se quitan las puntas con un cuchillo y se cortan rebanadas de 1 centímetro de espesor, se ponen en una fuente plana y se mojan con la leche dejándolas hasta que se pasen bien teniendo cuidado de darlas vuelta; despues se envuelven en el huevo lijeramente batido y se frien en grasa caliente.

Aparte se hace una almíbar con el azúcar y 1 varita de canela, cuando está en punto regular se ponen las torrejas haciéndolas hervir a fuego lento un ratito para que se pasen en almíbar. Se sirven calientes.

En lugar de leche se puede remojar el pan con vino blanco.

Turrón

Clara de huevo	4 tazas
Arrope	1 taza
Miel de abeja	1 taza
Azúcar	2 tazas
Nueces peladas	1 taza

Se mezcla todo y se pone a fuego sumamente suave mezclando sin cesar con espátula de madera hasta que se pone muy espeso y se ve el fondo de recipiente; entonces se agregan las nueces y se retira.

Este turrón demora mucho tiempo para hacerse pero es muy agradable.

Yema quemada

Huevos	9
Azúcar tucumana	2 tazas
Vainilla	1/2 varita
Confites y grajeas	

Se pone al fuego el azúcar con 2 tazas de agua; cuando hierve se desespuma bien y se echa lentamente, mezclando a la vez con un tenedor en la cacerola: 9 yemas y 2 claras que se habrán batido ligeramente en un plato apenas para mezclarlas, se deja hervir suavemente sobre brasas y una vez que el almibar ha tomado punto alto se saca parte de esta almibar dejando en la cacerola solo una cantidad como para cubrir el fondo del recipiente; despues se deja quemar hasta que toma un color de caoba, entonces se retira, se vacia en una frutera de manera que la parte quemada quede encima, se pone alrededor el almibar que se separó y se adorna con confites plateados y grajeas o con cabello de ángel.

CAPITULO 3°

BUDINES

Aple-cake

Manzanas	8
Azúcar	1 taza
Manteca	1 cucharada
Harina	1 cucharada
Huevos	4

Jalea de membrillo, raspaduras de limón, canela.

Se pelan las manzanas, se les quita los corazones y se ponen al fuego con 2 tazas de agua, el azúcar, la raspadura de 1 limón y un trocito de canela; cuando están bien cocidas se pasan por un tamiz y se ponen de nuevo al fuego agregando la manteca y harina, se mezcla durante 5 minutos, se retira y se deja enfriar añadiendo despues los huevos y mezclando perfectamente. Se pone en una budinera mantecada y polvoreada con harina y se cuece al baño maría.

Se hace dar punto a la jalea que quedó de la cocción de las manzanas y se baña al budín despues de sacarlo del molde adornando con pedacitos de jalea de membrillo.

Budín añejo

Leche	2 tazas
Azúcar	1 taza
Vino Oporto	1 vasito
Nueces	12
Almendras	12
Clavos de olor	3
Huevos	5
Pan regalado o bizcochuelo	2 rebanadas

Se deshace en la leche el pan regalado o bizcochuelo quitándole toda la costra, se agrega el azúcar, las nueces y almendras peladas y quebradas, los clavos de olor molidos, el oporto, 5 yemas y 4 claras ligeramente batidas; se mezcla perfectamente y se pone en una budinera caramelizada. Se cocina al baño maría.

Budín alsaciano

Leche	2 tazas
Pasas de Corinto	1/2 taza
Azúcar	2 tacitas
Manteca	1/4 cucharada
Ron	1 tacita
Huevos	3
Pancitos de leche	4

Se compra en la confitería 4 pancitos de leche, se cortan en pedacitos y se ponen en la leche hirviendo, se agrega el azúcar y la manteca, se deja enfriar y se añaden los huevos lijeramente batidos, 1 cucharada de ron, las pasas que se habrán puesto en maceración durante 2 horas con el resto del ron, una pizca de sal, se mezcla perfectamente y se cocina al horno, en baño maría, en un molde mantecado.

Budín de batata

Batatas medianas	3
Leche	1 taza
Azúcar	1 1/2 taza
Huevos	6
Vainilla	1/2 varita

Se cuecen las batatas y cuando están bien blandas se pelan y se pasan por la prensa de puré, se mezcla este puré con la leche, 2 cucharadas de azúcar, 6 yemas de huevo y se pasa por un tamiz mezclando por último con 4 claras batidas a punto de nieve; se pone en una budinera caramelizada y se cocina al horno. Se sirve bañado con una almíbar hecha con el resto del azúcar y la vainilla.

Budín blanco

Leche	2 tazas
Azúcar	1 taza
Almendra pelada y molida	1/2 taza
Cola de pescado	2 hojas
Raspaduras de limón	1/2 cucharada

Despues de pelar y moler las almendras hasta convertirlas en una pasta, se coloca esta pasta sobre un tamiz, se va echando poco a poco 1 taza de agua fría apretando con un mazo para extraer toda la leche de la almendra; despues se mezcla este líquido con la leche hervida y fria, el azúcar, la raspadura de limón y la cola de pescado que previamente se habrá disuelto en agua; se pone la preparación en un molde mojado y se coloca sobre hielo hasta que se congele.

Budin de bizcochuelo

Leche	2 tazas
Huevos	4
Dulce de leche, huevo mol, bizcochuelo	

Se hace un candeal con la leche, 4 yemas de huevo y 1 taza de azúcar.

Se cortan rebanadas finas de bizcochuelo, se van colocando en una budinera caramelizada, alternando con capas de dulce de leche y de huevo mol hecho con 6 yemas de huevo y 1/2 taza de azúcar, se vierte encima la mitad del candeal y se pone a cocer al baño maría hasta que el candeal se consuma, entonces se saca, se deja enfriar y se desmolda, despues se baña con el resto del candeal y se adorna con un merengue hecho con 2 claras y 3 cucharadas de azúcar.

Budín cabinet

Leche	2 tazas
Azúcar	2 tacitas
Oporto o jerez	1 taza
Huevos	7
Frutas secas, bizcochuelo, vainilla.	

Se hace hervir la leche con el azúcar y la vainilla durante 10 minutos, se deja enfriar y cuando está tibio se agregan 7 yemas lijeramente batidas mezclando perfectamente.

Se unta un molde con manteca, se cubre el fondo con rebanadas finas de bizcochuelo que se tostarán antes un poco, se rocian con vino, se coloca encima una capa de frutas secas cortadas finitas y se continúa alternando el bizcochuelo con las frutas secas hasta terminar, rociando siempre el bizcochuelo con el vino; cuando se ha terminado se vacía la leche con los huevos y se cocina al baño maría hasta que se cuaja, entonces se retira, se deja enfriar y se desmolda en una frutera.

Budín de castañas

Castañas	24	
Pan francés	1	
Leche	1	taza
Azúcar	2	tazas
Vino oporto o jerez	1	copa
Huevos	5	

Se pelan las castañas, se cuecen y se pasan por un tamiz. Se moja el pan en la leche, se le quitan las durezas y se deshace con un tenedor.

Se baten las yemas durante 15 minutos y por separado las claras hasta punto de nieve y se une con las castañas y el pan agregando 2 cucharadas de azúcar y mezclando perfectamente. Se pone en una budinera mantecada y polvoreada con pan rallado y se cocina al baño maría.

Se hace una almíbar con el resto del azúcar; cuando está en punto alto se agrega el vino y se retira del fuego. Con esta almíbar se baña el budín despues de haberlo dejado enfriar y desmoldado en una frutera.

Budín crema de avellanas

Avellanas	1	taza
Leche	3	tazas
Azúcar	1	taza
Huevos	8	

Se pelan las avellanas, se tuestan y se pisan en el mortero.

Se hace hervir la leche con el azúcar; se retira, se agregan las avellanas y un poquito de sal, se tapa y se deja en infusión hasta que se enfrie, luego se pasa por una servilleta; se agregan 8 yemas uniendo perfectamente, se pasa de nuevo por un colador y se pone a baño maría en una budinera caramelizada.

Budín crema de limón

Huevos	4	
Azúcar	5	cucharadas
Gelatina	4	hojas
Limones	2	

Se baten 4 yemas con el azúcar durante 15 minutos, se agrega la cáscara rallada de un limón, el jugo colado de 2 y la gelatina disuelta en 1 taza de agua tibia; por último se agregan las claras batidas a nieve, se mezcla perfectamente y se pone en una budinera mojada la que se colocará entre hielo hasta que se endurezca la crema.

Budín crema de te

Leche	3	tazas
Azúcar	1	taza
Te	3	cucharadas
Yemas de huevo	8	

Se pone al fuego la leche con 1|2 taza de azúcar; cuando hierve se echa el te, se retira del fuego, se tapa, se deja en infusión durante 10 minutos y se pasa por una servilleta.

Se pone al fuego el resto del azúcar con 2 cucharadas de agua cuando está en punto de caramelo se vierte sobre la leche, se vuelve al fuego hasta que el caramelo se disuelva, se deja enfriar, se mezcla perfectamente con las yemas, se pasa por un colador y se cuece al baño maría en budinera caramelizada.

Budín del cielo

Leche	6 tazas
Azúcar	3 tazas
Huevos	12
Vainilla	1/2 varita

Se hace dulce de leche con las 6 tazas de leche, el azúcar y la vainilla; cuando está en punto se deja enfriar.

Aparte se mezclan 12 yemas y 3 claras, se agrega al dulce rerevolviendo con un tenedor hasta unir perfectamente el dulce con el huevo, se pasa por ún colador, se pone en una budinera caramelizada y se cocina al baño-maría.

Budín de coco

Coco rallado	1 taza
Leche	6 taza
Azúcar	2 tazas
Huevos	6

Se hace un dulce de leche con la leche y el azúcar; cuando está dando punto se agrega el coco rallado, se mezcla y se deja enfriar; despues se agregan 6 yemas y 4 claras lijeramente batidas uniendo todo perfectamente. Se pone en una budinera caramelizada y se cocina al baño maría.

Al sacarlo se puede adornar con un merengue hecho de 2 claras y 3 cucharadas de azúcar, entrándolo al horno por unos minutos para que se dore.

Budín de chocolate

Leche	2 tazas
Azúcar	4 cucharadas
Chocolate en polvo	1 cucharada
Sémola	2 cucharadas
Vainilla	1/2 varita

Se pone al fuego la leche con el azúcar, el chocolate y la vainilla; cuando hierve fuerte se echa lentamente la sémola mezclando con una cuchara para evitar que se formen grumos, se sigue mezclando hasta que la sémola quede cocida, entonces se vierte en una fuente de loza mojada, se deja enfriar, se corta en cuadrados y se sirve con crema a la vainilla.

Budin de damasco n.o 1

Damascos	1 kilo
Azúcar	1 taza
Cola de pescado	2 hojas
Jugo de limón	1 cucharada
Crema Chantilly	1 taza

Se pelan los damascos, se pasan por un tamiz de crin y se mezcla la pulpa con el azúcar y 6 pepitas que se sacarán de los carozos de damascos, se pelarán y se molerán; se hace cocer al baño maría, se retira, se deja enfriar un poco y se agrega la cola de pescado disuelta en agua, la crema Chantilly o en su lugar 3 claras batidas a punto de nieve; se mezcla perfectamente, se pone en un molde mojado, se rodea con hielo quebrado; cuando se congela se sumerje el molde en agua caliente y se vuelca en una compotera.

El jugo de limón se agregará a gusto, antes de poner la crema o claras batidas.

Budin de damasco n.o 2

Dulce de damascos	1 bote
Gelatina blanca	2 hojas
Kirsch	1 vasito
Claras de huevo	2

Se toma un bote chico de dulce de damascos, se pasa la fruta por un tamíz apretando con una cuchara, se pone a calentar este puré agregando el kirsch y despues la gelatina que previamente se habrá remojado en agua fria, se mezcla hasta que ésta se haya fundido se retira, se agregan las claras batidas a nieve mezclando perfectamente y se pone en un molde mojado haciendo congelar sobre hielo.

Budin Derby

Leche	2 tazas
Azúcar	6 cucharadas
Manteca	1/2 cucharada
Huevos	4
Limón	1
Mermelada de fruta, pan rallado	

Se pone a hervír la leche con la ralladura de medio limón, cuando está hirviendo se le echa 2 tacitas de pan rallado, 2 cucharadas de azúcar y la mitad de la manteca, se retira del fuego; se deja enfriar y se añaden 4 yemas lijeramente batidas mezclando perfectamente, se vuelca en un molde untado con el resto de la manteca y polvoreado con azúcar y se cuece al horno.

Despues que está cocido se deja enfriar, se desmolda y se cubre con una capa de mermelada de fruta y otra de un merengue hecho con 3 claras y el resto del azúcar agregándole despues de batido, el jugo de medio limón.

Budin de leche

Leche	2 tazas
Azúcar	1 taza
Vainilla	1/2 varita
Huevos	12

Se hace hervir la leche con el azúcar y vainilla durante 15 minutos, se deja enfriar, se mezcla con 12 yemas y 3 claras lijeramente batidas, se pone en una budinera caramelizada y se cocina al baño maria.

Este budín también puede hacerse con menos huevos pero sin bajar de 3, en cualquier caso se pondrá 3 claras y se pasará por un colador antes de poner en la budinera.

Budin de manzana

Manzanas grandes	8
Azúcar	8 cucharadas
Manteca	1 cucharada
Huevos	4

Se pelan las manzanas, se pasan por el rallador y se mezcla esta pulpa con 6 cucharadas de azúcar, la manteca, 4 yemas y 3 claras lijeramente batidas uniendo todo perfectamente.

Se carameliza una budinera con el resto del azúcar, se pone la preparación y se cocina al baño-maria.

Budin de naranja

Jugo de naranja	2 tazas
Azúcar	1 1/2 taza
Huevos	8

Se carameliza una budinera. Aparte se disuelve el azúcar en el jugo de naranja agregando los huevos lijeramente batidos para unir las yemas con las claras, se mezcla perfectamente, se pasa por un colador fino, se pone en la budinera y se cocina al baño-maría.

Cuando está en punto se deja enfriar, se desmolda y se sirve adornado con hojas de naranjo.

Budin de nueces

Nueces	1 taza
Miga de pan	1/2 taza
Azúcar	1/2 taza
Huevos	4

Se saca el pellejo a una taza de nueces, se quiebran en un mortero hasta que quedan como un frangollo.

Se baten las yemas de huevo con el azúcar, durante 10 minutos, se agregan las nueces, la miga de pan desmenuzada y por último las claras batidas a nieve mezclando perfectamente, se pone inmediatamente en un molde mantecado y se cocina al horno en baño-maria.

Se sirve frio con una crema a la vainilla.

Budin provinciano

Azúcar	2 tazas
Huevos	12
Higo confitado	1
Vainilla, plantillas, manteca, almendra molida	

Se hace una almíbar en punto alto, con el azúcar y 1/2 varita de vainilla; se deja enfriar y se mezcla con 12 yemas y 4 claras lijeramente batidas.

Se carameliza una budinera, se unta despues con manteca, se pone en el fondo un higo cortado en forma de estrella, se forran los costados de la budinera con plantillas mojadas en la mezcla de huevo y almíbar, se agrega a la mezcla restante 2 cucharadas de almendras molidas, se vierte en la budinera y se hace cocer al baño maría.

En lugar de almendra puede ponerse coco o queso de Holanda rallado.

Budin de queso

Huevos	5
Queso parmesano	1/4 kilo
Manteca	1 cucharadita
Azúcar	1/2 kilo

Se baten separadamente las yemas y las claras, cuando están a punto de nieve se mezclan añadiendo el queso rallado la manteca y por último almíbar fria a punto muy alto, la almíbar se hace con 1/2 kilo de azúcar 1/4 litro de agua y vainilla, se mezcla todo perfectamente y se cuece en horno muy caliente en una budinera untada con manteca.

Budin al rom

Leche	2 tazas
Vainillas	6
Azúcar	2 tacitas
Pasas de Corinto	1 cucharada
Frutas secas	1 cucharada
Manteca	1/4 cucharada
Rom	1 vasito
Huevos	2

Se toman 6 bizcochos de los llamados vainillas o bien de anís, se rallan y se mojan con la leche agregando las pasas despues de haberlas tenido 30 minutos al baño maría para que se inflen, se agregan los otros ingredientes, los huevos lijeramente batidos y despues de mezclar perfectamente se pone en una budinera mantecada haciendo cocer al baño maría.

Se sirve con crema a la vainilla.

Budin soufflée

Leche	2 tazas
Manteca	1 cucharada
Guindas en conserva	2 cucharadas
Huevos	4
Azúcar, bizcochuelo	

Se deshacen en la leche 2 pedazos de bizcochuelo, se agrega las guindas muy bien picadas, 4 yemas batidas con 1 taza de azúcar, la manteca y las claras batidas a punto de nieve mezclando todo perfectamente; se pone inmediatamente en una budinera untada con manteca o caramelizada y se hace cocer al horno.

Se sirve bañado con leche crema. (Ver leche crema).

Budin soufflée de almendras

Almendra pelada y molida	1/2 taza
Yemas de huevo	3
Claras de huevo	6
Azúcar cernida	9 cucharadas
Ron	2 cucharadas
Guindas confitadas, manteca	

Se baten 4 claras agregando poco a poco 6 cucharadas de azúcar; cuando están a punto de nieve se mezcla con las yemas muy bien batidas, la almendra molida, el ron, se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con azúcar y se hace cocer al baño-maria o al horno durante 15 minutos mas o menos.

Aparte se baten 2 claras con el resto del azúcar y con éste merengue, poniéndolo en la bolsa de decorar, con el pico rizado, se adorna el budin; se entra un rato al horno para que se dore y se sirve completando el adorno con guindas.

En lugar de adornar con merengue también se puede servir bañado con leche vainilla o con almíbar en punto alto a la que se puede agregar un poco de ron.

Budín de tapioca

Tapioca	5 cucharadas
Leche	4 tazas
Azúcar	1 taza
Huevos	5
Manteca	1|2 cucharada

Se deslie la tapioca en la leche hervida y fria, se agregan los huevos lijeramente batidos con el azúcar, la manteca, un poquito de canela, raspaduras de limónomezclando todo perfectamente, se pone en un molde untado con manteca y se cuece al horno.

Budín de vainilla

Leche	3 tazas
Almidón	2 tacitas
Azúcar	1 1|2 tazas
Yemas de huevo	6
Vainilla, canela	

Se pone al fuego la leche con el azùcar, 1 trozo de vainilla y otro de canela, se deja hervir durante 10 minutos, se retira y se cuela despues se vuelve al fuego y cuando hierve de nuevo se echa el almidón que previamente se habrá desleído en agua fría, se mezcla hasta que se espese, se retira del fuego y se agregan las yemas de huevo bien batidas mezclando perfectamente. Se pone en una budinera untada con manteca y polvoreada con azúcar; cuando está frio se desmolda y se sirve con la crema que se prefiera.

Budín de zapallo

Zapallo	una mitad
Azúcar	1/2 taza
Manteca	1/2 cucharada
Huevos	7
Canela molida	1 cucharadita
Leche	1 taza

Se pone a hervir la mitad de un zapallo regular cortada en 3 tajadas, cuando está bien blando se coloca sobre un tamiz con la corteza para arriba y una vez que se ha escurrido el agua se pone en una sopera desarmando bien con una cuchara: despues se mezcla con el azúcar, la leche, la manteca derretida, la canela y 7 yemas de huevo, se pasa por un tamiz y se agregan por último 4 claras batidas a punto de nieve. Se pone inmediatamente en un molde untado con manteca y polvoreado con pan rallado y cernido o en una budinera caramelizada, se polvorea encima azúcar y se cocina al horno.

Si se pone el budín en el molde untado con manteca, se puede cubrir de almíbar para servirlo.

Flan aleman

Leche	2 tazas
Azúcar	2 tacitas
Chuño	2 cucharadas
Almendras molidas	2 cucharadas
Yemas de huevo	6
Vainilla, cáscara de limón	

Se hace hervir la leche con el azúcar, la almendra pelada y molida y 1/2 varita de vainilla, despues que ha hervido 10 minutos se cuela y se vuelve al fuego; cuando hierve de nuevo se agrega el chuño desleido con las yemas y una cucharada de agua mezclando rápidamente hasta que se espese, despues se vacia en un molde mojado, se deja enfriar, se desmolda y se sirve con crema de vino.

Flan de café

Leche	3 tazas
Azúcar	2 tacitas
Café tostado	2 cucharadas
Huevos	6

Se pone a hervir la leche con el café sin moler; cuando ha tomado un color amarillo se agrega el azúcar, se pasa por una servilleta se deja enfriar, se añaden 6 yemas y 2 claras lijeramente batidas mezclando perfectamente. Se pone en una budinera carameliza y se cocina al baño - maría.

Pudding Taylor

Huevos	7
Azúcar	175 gramos
Harina	175 «
Royal	20 «
Rom	3 cucharadas
Mermelada de duraznos	
Pasas de Corinto	
Crema	
Merengue a la italiana	

Se baten 7 yemas con el azúcar hasta que se pone espeso, se añade las claras batidas a punto de nieve, la harina mezclada con el Royal y por último el rom.

Se unta una lata con manteca, encima se coloca un papel mantecado y sobre ésto la pasta que se ha preparado, se hace cocer al horno con mas calor abajo que arriba.

Una vez cocida se corta en 6 trozos cuadrados perfectamente iguales; se dejan enfriar, se extiende una capa de crema, y asi se continúa poniendo capas alternadas de mermelada y de crema hasta terminar, la última capa debe ser de crema. Se adorna con un cordón de merengue a la italiana (véase merengues) y con pasas de Corinto remojadas en agua caliente.

Carlota de almendras
Charlotte aux amandes

Leche	2 tazas
Azúcar	1 1/2 taza
Almendras dulces	1 taza
Yemas de huevo	8
Cola de pescado	4 hojas

Se pelan las almendras con agua caliente, se pican con un cuchillo y se tuestan poniendolas al fuego en una sartén dando vuelta con unos palitos para que se doren iguales.

Se pone 1/2 taza de azúcar en una cacerolita, se disuelve con 2 cucharadas de agua y se acerca al fuego; cuando se pone de un color rubio se echan las almendras, se mezcla, se retira del fuego y se vacia sobre un mármol mantecado; se deja enfriar, se muele en un mortero se mezcla con la leche hervida y fria, se cuela en una servilleta apretando para extraer la leche.

Se pone en una cacerolita el resto del azúcar, las yemas y se va echando poco a poco la preparación anterior, se acerca al fuego y despues de unos minutos se agrega la cola de pescado que previamente se habrá remojado en agua fria sin dejar de mezclar desde que se pone al fuego; cuando la gelatina se disuelve se retira, se cuela y se pone en un molde mojado, sobre hielo.

Plum pudding
Cocina inglesa

Grasa de riñón de vaca	3	tacitas
Pan rallado y cernido	3	»
Azúcar molida	3	»
Pasas de Corinto	3	»
Pasas de Málaga	3	»
Corteza de naranja	1	»
Manzanas	2	
Limón	1	
Huevos	6	
Rom, clavos de olor, manteca		

Se pica la grasa muy finita, se hace lo mismo con las manzanas peladas y la corteza de naranja confitada; se mezcla esto con las pasas que se habrán puesto a remojar previamente, se añaden los otros ingredientes, la ralladura de limón, 3 clavos de olor molidos, un poquito de sal, 2 cucharadas de ron y los huevos uno despues de otro mezclando cada vez para unir todo perfectamente; se pone en un molde untado con manteca y se coloca en una fuentecita de barro chata la que se entra en una cacerola con agua hirviendo haciendo cocer en este baño maría durante 4 horas mas o menos,

Una vez que el pudding está cocido se desmolda en una fuente de metal que previamente se habrá calentado y polvoreado con azúcar, se polvorea azúcar alrededor, despues se pone ron (2 tacitas), se prende fuego y se presenta a la mesa con llamas.

Tocino del cielo

Azúcar	3	tazas
Huevos	12	
Vainilla	1/2	varita

Se hace una almíbar en punto alto con el azúcar y la vainilla, se deja enfriar, se agrega 12 yemas y 3 claras que se batirán lijeramente en un plato para mezclarlas, se bate hasta unir perfectamente con el almíbar y se cocina al baño-maría en una budinera caramelizada.

CAPITULO 4°

DULCES

Arrope de tunas

Se pelan las tunas quitándoles la piel muy fina, se cortan en pedacitos se ponen en una paila con suficiente cantidad de agua y se hacen hervir constantemente hasta que las tunas esten deshechas por completo. Con un tenedor se retiran los pedacitos que hallan quedado enteros y se ponen en un plato, el resto se pasa por un tamiz de alambre cuyo tejido no sea muy compacto, con una cuchara se revuelve, teniendo cuidado que no pasen las semillas, una vez colado se pone nuevamente al fuego, si se quiere se añaden los pedacitos que se han separado, sino se deja el arrope colado, se hace hervir hasta que se pone casi negro y toma punto, entonces se saca y se guarda, para esto puede emplearse botecitos de barro.

Buñuelos de banana

Bananas	4
Naranja	1
Azúcar	1 taza
Huevo	1
Fécula	2 cucharaditas
Manteca, pan rallado y cernido	

Se pelan las bananas, se cortan en dos partes al través y se ponen en un recipiente con el azúcar exprimiendo encima el jugo de la naranja, se dejan durante 1 hora dándolas vuelta de rato en rato para que se impregnen del jugo, despues se envuelven en huevo, se pasan por pan rallado y se frien en manteca caliente.

Se cuela el jugo, se pone al fuego y cuando hierve se añade la fécula disuelta en una cucharada de agua fria mezclando rápidamente hasta que se espese.

Se sirven las bananas con este jugo.

Ciruelas al natural

Se pelan las ciruelas que deben ser frescas y muy maduras, se ponen en una sopera polvoreando encima bastante azúcar y se entran en la heladera dejándolas 2 horas.

Ciruelas al vino

Ciruelas secas	1/4 kilo
Vino blanco	2 vasos
Azúcar	1 tacita

Se lavan las ciruelas y se dejan en remojo unos minutos luego se ponen al fuego con el vino y el azúcar, se hace hervir hasta que se hinchan y el almíbar queda de medio punto.

Ciruelas al vino (Sin cocimiento)

Ciruelas secas	1/2 kilo
Viuo rojo	1 vaso
Azúcar	1/2 taza

Se ponen las ciruelas en una sopera, se agregan 2 tazas de agua caliente, se tapa y se deja en maceración durante 12 horas, al día siguiente se agrega el vino y se vuelve a dejar en maceración durante 12 horas. En el momento de servir se sacan y se polvorea el azúcar.

Compota de duraznos

Duraznos	8 o 10
Azúcar	2 tazas

Se pelan los duraznos y se cortan en rebanadas del grueso que se quieran.

Aparte se hace almibar con 2 tazas de azúcar, 2 de agua y vainilla, en cuanto se ha quitado la espuma se echan los duraznos haciéndolos hervir hasta que se cuezan, entonces se sacan los duraznos se colocan en una compotera y se hace dar punto a el almibar, despues se la deja enfriar y se vierte sobre los duraznos.

Del mismo modo se preparan las peras.

Compota de frutillas

Frutillas	4 tazas
Azúcar	4 tazas

Se hace una almíbar en punto alto con el azúcar, se agrega la frutilla bien lavada, se deja hervir durante 5 minutos mas o menos hasta que la frutilla se cueza; entonces se saca la frutilla con una espumadera, se pasa el almíbar por un colador y despues se le da punto alto, se deja enfriar y se vierte sobre las frutillas.

De esta manera tambien se puede hacer la compota de manzanas peladas y cortadas en tajadas.

Compota de naranja

Naranjas	3
Azúcar	2 tazas

Se pelan las naranjas, se cortan en rodajas de 1/2 centímetro de espesor, se les quita la semilla y el pellejo blanco que las envuelve.

Se pone al fuego el azúcar con 1 taza de agua, al primer hervor se retira, cuando está tibia se vierte sobre la naranja, se tapa y despues de 2 horas, se escurren cuidadosamente las rodajas, se cuela el líquido y se pone al fuego haciendo hervir suavemente hasta que se reduzca a la mitad, se vierte este jugo sobre la naranja que se habrá colocado en una compotera y se sirve frio. En verano se servirá helado.

Compota regia

Manzanas	4
Bananas	5
Duraznos	6
Azúcar	1/2 kilo
Limón agrio	1

Se cuecen las manzanas en agua, se pelan y se pasan por el tamiz; con 1/2 vaso de agua y una taza de azúcar se hace almíbar, cuando toma punto se echan las manzanas y se hace un puré consistente, con este puré se cubre una fuente redonda.

Aparte se hierven en agua y 1/2 taza de azúcar las bananas cortadas en rueditas o en cuadrados.

En otro recipiente se cuecen los duraznos pelados y cortados en la forma que se quiera, en un vaso de agua y una taza de azúcar, cuando todas las frutas están cocidas se sacan del almíbar y se acomodan en grupitos combinados sobre el puré de manzanas.

Se mezcla el almíbar de las bananas y la de los duraznos, se añade el jugo y la corteza de un limón, se deja dar punto y con ella se bañan las frutas.

Si se quiere, esta almíbar se sirve en un salserita aparte.

Dulce de batatas

Se lavan las batatas y se entran mojadas al horno regular; cuando están bien blandas se sacan, se pelan y se pasan por un tamiz o la prensa de puré antes que se enfrien; se mide este puré en una taza midiendo igual cantidad de azúcar molida y se pone al fuego en una paila de cobre o de fierro mezclando sin cesar con espátula de madera hasta que se ve el fondo del recipiente.

Este dulce tambien puede hacerse con la batata hervida en lugar de cocerla al horno pero el sabor es menos delicado.

Dulce de batata con almibar

Se lavan las batatas y se hacen hervir hasta que queden muy blandas, despues se pelan y se pasan por un tamiz antes que se enfrien; se mide este puré en una taza y con igual cantidad de azúcar se hace una almíbar; cuando está en punto muy alto se echa la batata en esta almibar hirviendo y se mezcla sin cesar con espátula de madera hasta que se vea el fondo del recipiente, el que debe ser de cobre o de fierro.

Dulce de batata con leche

Se hacen hervir las batatas hasta que queden bien blandas, despues se pelan y se pasan por un tamiz o por la prensa de puré; se mide este puré e igual cantidad de azúcar molida y se pone al fuego en paila de cobre o de fierro mezclando sin cesar con espátula de madera; cuando ha hervido 10 minutos se agrega leche hervida con vainilla en proporción de mitad de leche que de batata y se sigue mezclando hasta que se ve el fondo del recipiente.

Dulce de callote

Se pone el callote al horno o sobre rescoldo; cuando la cáscara se ha ablandado, se pela sacando bien la corteza verde, despues se corta en trozos, se quitan las semillas y se pone en una fuente con agua fria a la que se agregará 1 cucharada de cal viva y tratando de que el casco quede cubierto con el agua; despues de 5 minutos se retira, se pesa, se mide igual cantidad de azúcar y se ponen los cascos en una cacerola agregando el azúcar y agua hasta cubrir el callote, se pone a fuego lento haciendo hervir hasta que da punto alto.

Este dulce queda muy bien poniéndole almendras dulces peladas al retirarlo del fuego.

Dulce de duraznos enteros

Se elijen duraznos de pepa parda que sean bien sanos y se pelan de la manera siguiente· Se pone al fuego una cacerola con agua caliente y mas o menos 4 tazas de ceniza sin carbones; cuando hierve se echan los duraznos, se dejan hervir unos minutos y cuando poniendo un durazno en agua fria y frotándolo despues con la mano el pellejo sale con facilidad, se sacan, se echan en agua fria y se saca el pellejo a uno por uno; si este no sale con facilidad, se vuelven a poner un momento en la lejia hirviendo; despues se dejan durante 24 horas en agua fría cambiándola varias veces y se hacen hervir hasta que quedan blandos.

Se hace almibar con igual cantidad de azúcar que el peso de la fruta cruda y cuando está a punto regular se echan los duraznos dejando hervir a fuego lento hasta que da punto alto.

Dulce de durazno deshecho

Se elijen para este dulce, duraznos que esten en igual grado de madurez, se pelan, se cortan en tajadas finas separando los carozos; se mide igual cantidad de azúcar que el de fruta cortada, se ponen en una cacerola o paila camadas de durazno y azúcar, se deja durante la noche y al dia siguiente se pone al fuego mezclando con mecedor de madera hasta que se ve el fondo del recipiente, entonces está en punto y se vacia en cajitas de lata; cuando está frio se tapa y se puede guardar durante muchos meses.

Si se quiere el dulce menos ácido, se procede de la siguiente manera: se pelan los duraznos, se hacen hervir hasta que, queden blandos, se pasa por un tamiz, se mide igual cantidad de azúcar que el peso del durazno, se hace una almíbar en punto alto con esta azúcar; cuando hierve se echa el durazno mezclando sin cesar con el mecedor de madera hasta que da punto alto.

Dulce de Frutas secas

Las frutas secas conservan muchas sustancias necesarias para el organismo y por lo tanto deben figurar a menudo en la cocina casera las siguientes compotas:

Duraznos secos o descarozados. Se lavan varias veces en agua fria y se ponen a remojar en agua abundante durante la noche, en la mañana se saca la fruta, se agrega al agua la mitad de azúcar que el peso del durazno; cuando está disuelta se pasa por una servilleta y se pone al fuego junto con la fruta haciendo hervir hasta que queda bien blanda. Se puede agregar a esta compota, una tercera parte de pasas de uva que igualmente se habrán remojado como los duraznos.

De la misma manera se prepara la compota de ciruelas y de damascos. Para la primera se pinchará la fruta con una aguja antes de ponerla a remojar a fin de que penetre bien el agua.

Dulce de guindas

Se saca el carozo de las guindas con la parte superior de una horquilla y se ponen en agua fria abundante durante una noche; despues se pesan, se mide igual cantidad de azúcar, se hace una almíbar y cuando hierve se echan las guindas dejando cocer a fuego lento hasta que da punto.

Cuando se quiere el dulce de guindas menos ácido, se procede

de esta manera: despues de quitar los carozos se hacen hervir durante 30 minutos, se sacan, se escurren y se ponen en una cacerola con igual cantidad de azúcar colocando por camadas, se dejan durante 1 hora y despues se pone a fuego lento, se deja hervir un poco y al día siguiente se hace dar punto.

Dulce de guayaba

Se pelan guayabas muy maduras, se les saca la semilla y se pasan por la prensa de puré, como la semilla sale con tanta carne, se ponen en un colador de alambre, se echa un poco de agua para que se laven y lo que ha pasado se mezcla con la pulpa de guayaba; despues se pesa esta pulpa, se mide igual cantidad de azúcar, se pone en una olla, se tapa y se coloca a fuego lento; cuando la guayaba está cocida se destapa la olla y se mezcla sin cesar con espátula de madera hasta que se pone de un color oscuro y en punto casi de caramelo.

Tambien se puede hacer el dulce sancochando las guayabas, pelándolas y pasando después por la prensa de puré, luego se hace una almíbar con la misma cantidad de azúcar que el peso de la fruta colada, se echa la guayaba y se hace dar punto teniendo cuidado de mezclar porque se quema fácilmente.

Dulce de higos

Cuando los higos están muy verdes, se pinchan con un tenedor, se echan en agua caliente y se hacen hervir hasta que se ablanden, entonces se sacan y se pelan pero es mejor para este dulce elegir higos pintones, en este caso se pelan, se sancochan en una almíbar delgada que se hará con igual cantidad de azúcar que el peso de la fruta haciendo hervir suavemente hasta que quedan bien blandos, aumentando agua caliente si fuera necesario para no dejar espesar el almíbar sino cuando la fruta está bien cocida.

Dulce de limón dulce

Se elijen limones dulces de Tucumán, bien maduros, se pelan con una cortapluma sacándoles solo una corteza finita de cáscara amarilla, despues se parten por la mitad, se exprimen para sacarles el jugo y se ponen en un recipiente con agua fria; abundante; despues de 4 o 6 horas se exprime uno por uno y se ponen en otro recipiente con agua fria; al día siguiente se repite esta operación de exprimir y cambiar agua y se ponen al fuego; cuando el agua está caliente sin dejar que hierva, se saca uno por uno, se exprime y se van poniendo en otro recipiente con agua caliente, teniéndolos allí un rato pero sin dejar que hierva; se repite esta operación dos o tres veces más hasta que probando un casco no salga amargo de la cáscara, entonces se ponen de nuevo en otro recipiente con agua caliente dejando hervir por esta vez hasta que el casco quede bien blando.

Se tendrá hecha con anticipación, una almíbar clara, hecha con la misma cantidad de azúcar, que el peso de la fruta despues de exprimida y en esta álmíbar caliente se van echando los cascos, se deja hervir a fuego lento hasta que los cascos se han pasado bien en almíbar aumentando agua caliente cuando sea necesario para dejar recien engrosar el almíbar una vez que los limones esten bien transparentes:

Con este mismo procedimiento se puede hacer el dulce de limón de ombligo pero no es necesario para este, cámbiar tantas veces agua caliente, porque el casco de lá lima tiene menos amargo que el de limas.

Dulce de limoncitos sutiles

Se raspan los limoncitos con un vidrio para quitarles la corteza amarilla y se van echando en un tacho con agua fria para que no se pongan negros; despues se les hace 2 tajos en forma de cruz en el lado del tronco y se echan en agua hirviendo hasta que se ponen blandos, (en el agua se pondrá 1 cucharadita de sal), una vez que se sacan se echan en agua fria y se lavan exprimiéndolos para que les salga el ácido y la sal. Esta operación se repetirá varias veces en uno o dos días hasta que probándolos no se sienta ácido ni sal; despues se hace una almibar clara con igual cantidad de azúcar que el peso de los limones y se ponen a hervir a fuego lento durante 3 horas, se retiran y al dia siguiente se hace dar punto.

Dulce de Membrillo en cascos

Se pelan los membrillos, se cortan en 4 tajadas a lo largo sacando las semillas y el pellejo del corazón de la fruta, se ponen inmediatamente en agua fria y se hacen hervir hasta que se ablanden bien, entonces se agrega igual cantidad de azúcar que el peso de la fruta cortada en tajadas y se hace hervir a fuego lento hasta que toma un color rosado fuerte.

Dulce de Membrillo catamarqueño

Se parten los membrillos en mitades al través, se ponen en agua fria y se hacen hervir hasta que queden bien blandos, entonces se sacan, se dejan enfriar un poco, se pelan separando además las semillas y se pasan por un tamiz de crin o alambre que sea de tejido fino, se mide igual cantidad de azúcar que el peso de la fruta colada, se hace una almíbar en punto alto y cuando hierve se echa el membrillo mezclando sin cesar con espátula de madera hasta que se vea el fondo del recipiente; despues se vacia en cajitas de madera o lata mojadas; cuando está frio se saca y se confita.

Dulce de Membrillo deshecho

Se parten los membrillos en mitades al través, se ponen en agua fría y se hacen hervir hasta que queden blandos, entonces se sacan se dejan enfriar un poco, se pelan y se pasan por un tamiz de crin o alambre apretando con el revés de una cuchara; despues se mide igual cantidad de azúcar que el peso de la fruta colada, se mezcla con el membrillo y se pone al fuego en una paila de cobre o fierro revolviendo sin cesar con espátula de madera hasta que se ve el fondo del recipiente, entonces se vacia en cajitas de lata o de madera, se deja enfriar y se tapa pudiéndose conservar muchos meses.

Dulce de moras silvestres

Se hace una almibar con 4 tazas de azúcar; cuando está en punto bastante alto se echan las moras, (igual cantidad que el azúcar), se deja hervir suavemente y cuando está la almíbar como un jarabe se retira.

Dulce de naranja agria

Naranjas agrias	12
Azúcar	10 tazas

Se pelan los naranjas sacando con un cortaplumas o cuchillito filoso solo la primera corteza amarilla, o bien pasándolas suavemente por un rallador, despues se parten por la mitad, se exprime el jugo y se colocan en un recipiente con agua fria abundante durante 24 horas teniendo cuidado de cambiar el agua 3 veces y exprimiendo cada vez las naranjas, una por una; despues de cambiar la última agua, se ponen al fuego y cuando el agua está bien caliente se van sacando una por una y despues de exprimidas se echan en otro recipiente con agua caliente, entonces se dejan hervir hasta que el casco se ablande.

Aparte se hace almibar con mucha agua y el azúcar; cuando está hirviendo se van echando las naranjas, exprimiéndolas una por una, se deja hervir a fuego regular hasta que se han pasado bien en almíbar. No se dejará dar punto hasta que las naranjas queden transparentes, aumentando agua caliente si fuera necesario.

Dulce de naranjas criollo

Se quita muy fina la corteza amarilla de la cantidad de naranjas que se quiera hacer el dulce, se parten por la mitad y se sacan las semillas sin exprimir la fruta. Se mide igual cantidad de azúcar que el peso de la fruta, se colocan las naranjas en una paila, se cubren con el azúcar agregando unos clavos de olor y se hace hervir lentamente sin tocarlas hasta que el almíbar tome punto.

Dulce de naranjas brasileño

Se quita muy fina la corteza amarilla a 12 naranjas comunes y 6 mandarinas, se ponen en agua fria y se hacen hervir enteras cambiando agua cada vez que se ponga amarga y hasta que la fruta pierda todo el amargo; despues se sacan del fuego, se cortan en rebanadas y despues en tiritas. Se pone en una paila 1/2 litro de agua, 6 tazas de azúzar, el jugo de 2 limones agrios, se coloca la naranja y se hace hervir hasta que tome punto muy alto.

Dulce negro

Grasa de cerdo	1 cucharada
Sangre de cerdo	4 tazas
Arrope de uva	4 tazas
Chocolate	3 tabletas

Almendras dulces, canela molida, vainilla, azúcar.

Se recibe la sangre del cerdo en una cacerolita agregando un poquito de sal y mezclando rápidamente para que no se coagule, se pasa por un colador, se mezcla con el arrope, el chocolate rallado, la grasa, pedacitos de vainilla y azúcar al paladar; se pone al fuego mezclando con cuchara de madera hasta que toma el espesor de una mermelada, se retira del fuego y se agregan almendras peladas y molidas y canela.

Dulce de peras

Peras	3 kilos
Azúcar	2 „

Se necesitan peras de libra de pulpa dura, se pelan y se parten en 4 tajadas al largo, se lavan y se pone en una olla enlozada una capa de peras, y otra de azúcar, despues de media hora se acerca al fuego

que debe ser muy suave y se deja cocer lentamente conservando tapada la olla, de vez en cuando con una cuchara de madera se remueve un poco para que se cuezan parejo, cuando están las peras penetradas y transparentes, se destapa la olla y se deja dar punto.

Este dulce se conserva mucho tiempo en frascos tapados.

Dulce de sandia

Se parte la sandia en tajadas largas, se quita toda la corteza verde y la parte comible, se corta la corteza blanca en pedazos y se ponen en agua fria a la que se habrá agregado 1/2 cucharada de cal viva; despues se pesa igual cantidad de azúcar que el peso de la sandia, se hace una almibar en punto bajo y se echan los cascos en la almibar hirviendo, se pone a fuego lento dejando hervir hasta que da punto alto.

Dulce de tomates

Tomates, azúcar, y una vainilla

Se elijen tomates grandes y carnosos de los llamados franceses. En un recipiente grande se pone agua al fuego, en cuanto hierve se saca y se echan los tomatés, despues de unos momentos la piel se arruga, entonces se sacan y se pelan, despues de pelados se parten al través, se oprimen con la mano para que salga el jugo y las semillas, teniendo cuidado de no romperlos, si quedan algunas semillas se quitan con una cucharita. En una paila o en una cacerola se pone una capa de azúcar molida de un dedo de grueso, sobre esta se extienden los tomates, se pone otra capa de azúcar, esta vez menos gruesa que la primera, despues otra de tomates, y así se continúa, debiendo ser la última capa de azúcar, se pone una vainilla y se acerca al fuego, tan pronto como hierve y se levanta la espuma ya está, se retira y se deja enfriar. Este es un dulce que se hace a la minuta pero que no sirve para guardar porque se fermenta rápidamente.

Dulce de uvas

Uva moscatel blanca, azúcar

Se saca la semilla de las uvas con la parte más gruesa de un palito de dientes, despues se les quita el pellejo con cuidado para no romperlas, y se ponen en agua fria abundante durante 30 minutos.

Se hace una almíbar con igual cantidad de azúcar que el peso de la fruta pelada y sin semilla; cuando está en punto alto se echan las uvas y se deja hervir a fuego lento hasta que da punto.

Este dulce tambien se puede hacer con uva negra pero es menos delicado.

Dulce de zapallo

Se parte el zapallo, se quita la corteza y la parte donde está la semilla y se corta en trozos cuadrados de 2 centímetros de grueso

Se disuelve 1 cucharada de cal viva en agua fria abundante, se pone el zapallo dejándolo 5 minutos,

se mide igual peso de azúcar que de zapallo, se hace una almíbar en punto bajo y cuando hierve se echan los trozos de zapallo dejando hervir hasta que da punto.

Duraznos al ron

Se elijen duraznos grandes bien maduros, se pelan y se colocan sobre una fuente de metal que previamente se habrá calentado al horno, se polvorea con azúcar la fruta y el fondo de la fuente, se ponen 2 tacitas de ron que se habrá calentado lejos de la llama para evitar que arda y se prenda fuego presentándose asi a la mesa.

Se puede servir con helados haciendo así un contraste muy original.

Ensalada de frutas

Se corta un ananás en tajadas finas; se pelan unas naranjas sacándoles con un cuchillo filoso una rebanada de cada extremo y el resto de la cáscara en tajadas, despues se van sacando con un cuchillo y tenedor las tajadas enteras pero sin pellejo; se cortan además tajadas finitas o cuadraditos de duraznos, rodajas de bananas, peras y se mezclan todas las frutas agregando frutillas o fresas, el jugo de una naranja, 3 cucharadas de azúcar y un vaso de Champagne o unas cucharadas de Jerez o Sauterne.

Cuando no hay frutas frescas se puede hacer de las que vienen en conserva al natural.

Ensalada rusa de fruta

Damascos	6
Peras	3
Ananás	1/4
Melón	1/4
Fresas	1 platito
Vino burdeos	2 tacitas
Vino Champaña	2 tacitas
Vino Madera	1 tacita
Canela	1 varita
Azúcar	1 taza

Se pelan las frutas, se cortan en rebanadas un poco gruesas, se colocan en una fuente de cristal y se cubren con una capa de fresas poniéndose a enfriar sobre hielo.

Aparte se hacen hervir los vinos con la canela y el azúcar durante 10 minutos y se pone a enfriar por separado. En el momento de servir se baña la fruta con este jugo.

Jalea de naranja en cáscara

Jugo de naranja	1 taza
Azúcar refinada	400 gramos
Jugo de limón	1 cucharada
Cola de pescado	13 hojas
Claras de huevo	2

Se pone en una cacerolita el jugo de naranja, el azúcar y 2 tazas de agua, se hace hervir durante 10 minutos, se retira del fuego, se agrega el jugo de limón, se deja enfriar y se agrega la cola de pescado

que previamente se remojará en agua fria y las claras batidas a nieve, se pone al fuego y se deja hervir despacio durante 15 minutos; despues se cuela por una franela blanca este jugo caliente dejándolo caer en mitades de cáscara de naranja; cuando la jalea se vuelve sólida se corta en tajadas con un cuchillo filoso y se adorna con hojas de naranjo.

Jalea de naranja

Se parten las naranjas, se exprimen y se cuela el jugo hasta que quede bien claro; se mide este jugo en una taza midiendo además igual cantidad de azúcar; se pone en una cacerola y se hace hervir; cuando principia a espesar se mezcla con la espumadera hasta que toma la consistencia de jalea. Se tendrá cuidado de sacar siempre la espuma que suba a la superficie cuando hierva.

Jalea de Membrillo

Se corta el membrillo en tajadas dejando las semillas, se ponen en una cacerola con agua fria abundante y se hacen hervir hasta que el membrillo queda casi deshecho, despues se cuela el jugo hasta que queda bien claro, se mide en una taza, se pone igual cantidad de azúcar y se hace hervir a fuego regular; cuando principia a espesarse se mezcla con la espumadera hasta que poniendo un poco en un platito al enfriarse toma la consistencia de jalea, entonces se vacia en botes de vidrio o cajitas de lata, se deja enfriar y se tapa.

De la misma manera se hace la jalea de manzana y durazno, pero para esta última se pondrá la fruta pelada y sin cortar para hacerla hervir.

Jalea de uva

Se elije uva blanca madura, se desgrana y se pone en una cacerola con agua fria hasta cubrir la fruta haciendo hervir hasta que suelte todo el jugo; despues se cuela por un tamiz y se cuela nuevamente por una servilleta para que el líquido salga claro.

Se mide este jugo en tazas, se pone igual cantidad de azúcar y se hace hervir hasta que tome punto alto.

De la misma manera se hace la jalea de frutillas o fresas.

Manzanas a la criolla

Manzanas	3
Aguardiente	1/2 tacita
Azúcar	4 cucharadas
Huevo	1
Grasa para freir, harina	

Se elijen manzanas grandes y sanas, se parten por el medio al través, se les quita el corazón y las semillas, se pelan y se subdivide cada mitad en 2 o 3 rebanadas de 1 centímetro de espesor mas o menos, teniendo cuidado de no romperlas, se ponen estas rebanadas en una fuente rociándolas con el aguardiente en el que se habrá disuelto 2 cucharadas de azúcar molida, se dejan durante 30 minutos, despues se ponen sobre una servilleta doblada para secarlas bien y se dejan el mismo espacio de tiempo. Al tiempo de servirlas se envuelven en huevo batido despues se pasan por harina.

Se pone grasa al fuego, cuando está caliente se retira la sartén, se ponen las manzanas, se vuelve la sarten al fuego y se dejan dorar, despues se escurren y se sirven polvoreados con azúcar.

Manzana a la inglesa

Manzanas	6
Manteca	2 cucharadas

Se lavan unas lindas manzanas, se secan y por la parte superior se hace un corte para extraer las semillas, se llena el hueco con manteca, se tapa con el pedacito que se ha quitado, se colocan en un plato enlozado sobre una capa de manteca y se cuecen al horno.

Manzanas a la italiana

Manzanas	6
Vino blanco	1 vasito
Azúcar	2 cucharadas

Se procede como en las anteriores con la diferencia que el hueco se llena con vino y azúcar, colocando las manzanas en una asadera de latón. Mientras mejor sea el vino saldrán mas ricas. Si se quiere se hacen solo con azúcar.

Mermelada de manzana

Se pelan las manzanas, se parten por mitad sacando los corazones y se hacen hervir hasta que queden muy blandas, luego se pasan por un tamiz.

Se mide este puré en una taza e igual cantidad de azúcar y se pone al fuego haciendo hervir a fuego lento, mezclando con espátula de madera hasta que se espesa, ántes de retirarlo se agregan unas gotas de limón y si se quiere de un color mas fuerte 1 cucharada de caramelo.

De la misma manera se hace la mermelada de duraznos y la de damascos.

Mermelada de naranja
Receta inglesa

Naranjas	6
Limones	2
Azúcar tucumana	10 tazas

Se elijen 6 hermosas naranjas de Tucumán, se cortan en rodajas finas, (sin pelar), se quita las semillas y se ponen en 3 litros de agua fria durante 24 horas; despues de este tiempo se hacen hervir en la misma agua durante 3 horas, luego se agrega el azúcar y los limones que se habrán cortado sin pelar como a las naranjas y quitado la semilla, se deja hervir 1 hora mas y se retira.

Membrillo al horno

Membrillos	8
Azúcar	8 cucharadas
Rhum o Jerez	2 vasitos

Se corta a los membrillos una rebanada del extremo superior, se saca con cuidado la semilla y el pellejo del corazón, se pone adentro 1 cucharada de azùcar y 1 cucharadita de ron, se tapan con la rebanada que se les quitó fijándola con dos palillos o espinas, se dejan durante 2 horas para que suelten el jugo y se entran despues al horno caliente hasta que queden muy bien cocidos.

Naranjas nevadas

Naranjas	4
Claras de huevo	3
Azúcar	1 taza
Frutillas	1 taza

Se parten las naranjas por la mitad, con una cucharita se extraen las medias tajadas y despues se quita con cuidado el pellejo del centro.

Se baten a nieve las claras, se agrega poco a poco y sin dejar de batir 6 cucharadas de azúcar en polvo y se pone durante 15 minutos sobre la plancha tibia de la cocina económica.

Se pone en las mitades de cáscara un poco de frutillas, mezcladas con naranja, se polvorea azúcar y se cubre con el merengue, se colocan sobre hielo y se sirven heladas.

Naranjas y bananas

Naranjas	6
Bananas	6
Azúcar	4 cucharadas
Frutas abrillantadas	

Se pelan las naranjas como se indica para la ensalada de fruta y se coloca en una fuente una camada de naranja, se polvorea azúcar abrillantada, se pone otra camada de bananas peladas y cortadas en rodajas, se cubre con naranja polvoreando otra vez azúcar y exprimiendo el jugo de una naranja y se adorna con frutas abrillantadas.

Peras al chocolate

Peras medianas	8
Azúcar	3 tacitas
Chocolate	2 tabletas
Manteca	1/4 cucharada
Huevo	

Se pelan las peras y se ponen al fuego con 2 tacitas de azúcar y 2 de agua, se hacen hervir durante 1 hora más o menos hasta que quedan bien blandas.

Se hace fundir en una cacerolita el chocolate con el resto del azúcar y 1 tacita de agua desarmando con una cuchara hasta que quede como una crema, entonces se retira, se deja entibiar y se agrega la yema de huevo y la manteca mezclando perfectamente, se vuelve al fuego por medio minuto, sin dejar de mezclar, se retira y al momento de servir se agrega la clara batida a nieve cubriendo con esta crema las peras que se habrán colocado en una compotera.

CAPITULO 5°

TORTAS

Habia un lindo trinchero
De menestra, otro de pasta,
Un fricasé, una compota,
Y una o dos pollas asadas.

Cup Cake
(Torta inglesa

Leche	1 taza
Manteca	200 gramos
Harina	3 tazas
Azúcar molida	2 tazas
Huevos	3
Royal	1 cucharada de las de postre
	coco rallado

Se bate la manteca con el azùcar durante 20 minutos, luego se agregan los huevos y la leche, al último la harina, 2 puñados de coco rallado y el royal, se mezcla perfectamente y se pone en moldes mantecados llenándolos solo una tercera parte pues sube mucho. Se cuece al horno muy caliente.

De esta cantidad salen 3 tortas de regular tamaño y por lo tanto es muy conveniente esta torta por su escaso precio y mucho rendimiento.

Torta angélica

Harina	200 gramos
Azúcar	1 kilo
Huevos	23
Royal	1/2 cucharada
Guindas, vainilla	

Se hace una almíbar con 1 kilo de azúcar y 1/2 varita de vainilla.

Se ponen las 15 yemas en un plato, se cuelan por un género delgado y se van echando por un embudo de 4 picos en la almíbar hirviendo separando con un tenedor los hilos para que no se unan, se van sacando los hilos a medida que se van cociendo en el almíbar.

Aparte se baten por separado 8 yemas hasta que queden muy espesas y 8 claras a punto de nieve, se mezclan claras y yemas agregando poco a poco 200 grms. de azúcar y sin dejar de batir; despues la harina cernida y el royal. Se pone este batido en un molde untado con manteca y polvoreado con harina, se cubre con papel de astraza mojado y se entra al horno; cuando está cocido se saca, se deja enfriar, se hacen pequeños agujeritos con un palito fino y sin sacarlo del molde se va echando almíbar de la que quedó del cabello de ángel hasta que el bizcochuelo quede embebido en almibar; despues se saca del molde, se pone en una fuente, se cubre con el cabello de angel y se adorna con guindas.

Torta de arroz con fruta

Arroz	1 taza
Leche	2 tazas
Azúcar	1 1/2 taza
Manteca	1/2 cucharada
Huevos	3
Damascos en conserva	

Se lava el arroz y se echa en agua hirviendo, despues del primer hervor se escurre y se echa en la leche hirviendo; cuando está casi cocido se agregan 1/2 taza de azúcar y se termina de cocer siempre á fuego lento, una vez que está bien blando se retira, se agrega la manteca, se deja enfriar y se agrega 3 yemas y las claras batidas a nieve mezclando perfectamente.

Aparte se hace una almíbar en punto alto con el resto del azúcar,

se ponen damascos en conserva y se deja hervir suavemente hasta que se pasen bien, despues se escurren.

Se coloca en una tortera desmontable que se habrá untado con manteca y polvoreado con harina: una camada de arroz, una camada de damascos y se continúa hasta terminar de manera que la última camada sea de arroz. Se cuece al horno y se sirve bañado con una crema a la vainilla.

ort a de avellanas

Harina	1	taza
Azúcar	1	taza
Avellanas	1	taza
Manteca	1	cucharada
Royal	1/2	cucharada
Leche	1/2	taza
Huevos	6	

Se baten las yemas con el azúcar durante 15 minutos, se agrega la harina cernida con el royal, la manteca, las avellanas bien molidas y por último las claras batidas a nieve.

Se pone inmediatamente en un molde untado con manteca y polvoreado con azúcar y harina y se entra al horno fuerte con mas calor de abajo.

Se adorna con baño blanco.

Torta de almendras

Almendras dulces	1/2	kilo
Azúcar molida	1	taza
Harina	2	tazas
Huevos	12	
Royal	1	cucharada

Se bate las yemas con el azúcar durante 15 minutos, se agrega poco a poco la harina cernida, despues la almendra pelada y reducida a una pasta; por último las claras batidas a nieve y el royal; se mezcla perfectamente, se pone en un molde chato untado con manteca y polvoreado con azúcar y harina. Se entra inmediatamente al horno caliente teniendo cuidado que el calor sea mas fuerte abajo, se tapa con un papel de astraza para que no se arrebate; cuando está en punto se saca y se confita con el baño que se prefiera.

Torta arenosa
(Sand Torte)

Manteca derretida	2	tazas
Azúcar cernida	2	tazas
Ron	2	cucharadas
Chuño	2	cucharadas
Royal	1/2	cucharada
Huevos	12	
Limón	1	

Se mezcla la manteca con el azúcar agregando las yemas de huevo, la cáscara rallada de un limón, el ron, el chuño, el royal y por último la clara de los huevos batidas a punto de nieve, se pone inmediatamente en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y se entra al horno.

Torta americana

Harina cernida	2 tazas
Azúcar molida	1 taza
Café cargado	1 tacita
Manteca	1/2 taza
Miel de caña	1 cucharada
Royal	1/2 cucharada
Nuez moscada	1/4 cucharadita
Clavos de olor molidos	3
Pasas de Corinto	2 cucharadas
Dulce de limón picado	2 cucharadas
Huevos	3

Se mezcla la harina con el azúcar, royal, nuez moscada y clavos de olor.

Aparte en una fuente, se mezcla la manteca con las yemas y la miel y se bate hasta unir bien, se va agregando poco a poco esta mezcla a la primera, alternando con el café, despues las pasas y los dulces y por último las 3 claras batidas a nieve, se mezcla perfectamente y se pone al horno en un molde untado con manteca y polvoreado con harina.

Torta alemana

Harina	1 1/2 taza
Manteca	1/2 taza
Azúcar	1 taza
Leche	1/2 taza
Nueces peladas y quebradas	1/2 taza
Bicarbonato	1/2 cucharadita
Cremor	1 cucharadita
Huevos	2

Se bate la manteca con el azúcar hasta formar una crema, se añaden los huevos de uno en uno sin dejar de batir; despues la leche mezclada con el bicarbonato, las nueces y por último la harina pasada por el tamiz junto con el cremor. Se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y se cocina en horno fuerte.

Torta de Berlin

Harina	1 taza
Manteca	1 »
Azúcar	1 »
Jerez	1 tacita
Claras de huevo	7

Se bate la manteca con el azúcar, hasta que quede como espuma, en invierno se batirá cerca del fuego; se agrega poco a poco y sin dejar de batir, el jerez y la harina, despues las claras batidas a nieve y se pone inmediatamente al horno en un molde untado con manteca y polvoreado con harina.

Torta Clara

Harina	2 tazas
Azúcar	1 taza
Manteca	1/2 taza
Royal	1 cucharada
Claras de huevo	10
Pasas de corinto, nueces	

Se bate hasta unir bien, la manteca con el azúcar, despues se agrega la harina cernida con el royal, 1 cucharada de pasas de corinto, 1 cucharada de nueces peladas y quebradas y por último las claras batidas a nieve; se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y azúcar y se entra al horno caliente teniendo cuidado que el calor sea mas fuerte de abajo, se tapa con un papel de astraza para que no se arrebate.

Torta criolla

Miel de caña	2 tazas
Azúcar rubia molida	1/2 taza
Harina cernida	1 taza
Leche	1/2 taza
Manteca	1/2 taza
Bicarbonato	1 cucharadita
Gengibre	1/2 cucharadita
Especias	1/2 cucharadita
Huevos	2

Se mezcla en una sopera el gengibre, harina, azúcar y especias despues se entibia la manteca y junto con la miel se agrega a los otros ingredientes. Se disuelve el bicarbonato en la leche tibia y se agrega a la mezcla, añadiendo las yemas batidas y las claras a punto de nieve, se mezcla perfectamente y se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y azúcar. Se cocina en horno fuerte y cuando está en punto se polvorea con azúcar rubia.

Torta de coco

Yemas de huevo	10
Azúcar	2 tacitas
Coco rallado, bizcochuelo	

Se baten muy bien las yemas con el azúcar, se pone a fuego muy suave mezclando constantemente hasta que se espese, entonces se retira y se agrega poco a poco coco rallado hasta formar una pasta que se pueda extender.

Se corta un bizcochuelo redondo en 3 camadas, se untan con la pasta anterior y se pegan unas con otras; despues se baña la torta con baño blanco, se polvorea coco rallado y grajeas y se entra al horno suave por unos minutos hasta que se forme una costrita al merengue.

Torta de Chocolate

Harina	2 tazas
Manteca	1 taza
Azúcar	1 taza
Chocolate rallado	1 taza
Huevos	6
Canela molida	1 cucharadita
Royal	2 cucharadas

Se mezcla la manteca con el azúcar y el chocolate, se agregan las yemas, 1 taza de agua fria, la canela y la harina que se habrá mezclado y tamizado con el royal, por último se agregan las claras batidas a nieve, se mezcla perfectamente, se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y se entra al horno tapando encima con un papel de astraza.

Torta de duraznos

Duraznos	6	
Harina	4	cucharadas
Leche	4	tazas
Manteca	3	cucharadas
Azúcar	6	cucharadas
Yemas de huevo	3	

Se toman 6 duraznos maduros, se pelan y cortan en rebanaditas finas. Se pone en una sarten 1 cucharada de manteca; cuando está caliente se frien los duraznos dándolos vuelta hasta que la manteca se consuma, se añaden 2 cucharadas de azúcar y se retira del fuego.

Aparte se mezcla la leche con la harina, 2 cucharadas de manteca y el resto del azúcar hasta formar una pasta, se agregan los duraznos y por último las yemas batidas durante 30 minutos mezclando bien.

Se vuelca en una fuente resistente al fuego que sea algo honda y se cuece al horno. una vez que está cocida se retira, se enfria entre hielo y se sirve en la misma fuente.

Torta de familia

Azúcar	250	gramos
Royal	1/2	cucharada
Huevos	6	
Harina, ralladura de limón		

Con esta torta se puede festejar el dia del santo de un niño adornándola con velitas de color y ocultando adentro un muñequito o animalito de loza

Se procede de la manera siguiente: se pesan los huevos e igual cantidad de harina.

Se baten las yemas con el azúcar durante 20 minutos, luego se agrega la harina, que se habrá cernido junto con el royal, 1/2 cucharada de ralladura de limón y se pone en un molde redondo y chato, untado con bastante manteca, se tapa con un papel y se entra al horno con mas calor de abajo; cuando está en punto se saca y se hace una cavidad a un lado, allí se introduce el objeto que se desea ocultar se cubre con baño blanco y alrededor se colocan tantas velitas como años cumple el niño (éstas deben ser de 8 centímetros de alto mas o menos)

Torta de frutas

Huevos	10	
Harina	300	gramos
Azúcar	250	gramos
Manteca	250	gramos
Pasas o ciruelas descarozadas	1	taza
Pasas de corinto	1	taza
Higos secos	1/2	taza
Dulce de limón seco	1/2	taza
Dátiles descarozados	1/2	taza
Gengibre en polvo	20	gramos
Canela molida	1	cucharadita
Rhum	1	copita

Se bate la manteca hasta convertirla en una crema, se agregan las yemas de una en una, sin dejar de batir y el azúcar, despues la harina y las frutas cortadas bien finitas, la canela y el gengibre; por

último se agregan las claras batidas a nieve y el ron. Se pone inmediatamente en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y se cocina en horno fuerte con mas calor de abajo.

Torta inglesa

Harina	1 taza
Azúcar	1 taza
Manteca	1 cucharada
Leche	1 taza
Sal	1/4 cucharadita
Royal	1/2 cucharada
Ralladura de limón	1 cucharada
Claras de huevo	3

Se pasa varias veces por un cernidor, la harina, el azúcar, la sal y el royal; despues se agrega la manteca, la leche hervida y caliente, la ralladura de limón y las claras batidas a nieve, si la masa estuviera demasiado líquida se agregará 1 cucharada de harina; se mezcla todo y se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y se cocina en horno caliente; cuando se saca del molde se deja entibiar y se cubre con el baño royal.

Torta de limón

Azúcar	2 tazas	Ingredientes para la crema
Manteca	1/2 taza	
Huevos	6	
Limones	3	

Harina	1 taza	Ingredientes para la masa
Manteca	1 taza	
Azúcar	1 cucharada	

Se pone en una cacerola 2 tazas de azúcar, se agrega el jugo y la raspadura de los limones, 1/2 taza de manteca y los huevos lijeramente batidos revolviendo sin cesar hasta que se cueza.

Se hace una masa con los ingredientes que se indican uniéndola sin sobar hasta que se vuelva blanda, se extira con el palote hasta que quede delgadita, se pone en una fuente redonda levantando los bordes y se cuece al horno, se deja enfriar y se llena con la crema sirviéndose fria. En lugar de ésta crema se puede poner crema de chocolate o pastelera. (Ver cremas).

Torta de maicena

Manteca	1 taza
Azúcar	1 taza
Maicena	1 taza
Huevos	4
Royal	1 cucharada
Ralladuras de limón	1 cucharada

Se bate la manteca con una cuchara de madera hasta que quede blanda como una crema, se agrega sucesivamente 1 yema, 1 cucharada de maicena hasta terminar con estos ingredientes y sin dejar de batir un solo instante, por último se agrega las claras batidas a nieve, la ra-

lladura de limón y el royal, se pone en un molde untado con manteca y polvoreado con harina y se entra inmediatamente al horno con mas calor de abajo tapando la torta con un papel de astraza. Para probar el punto se entra la hoja de un cuchillo; cuando sale seco se retira.

Torta de manteca
Butter Kuchen

Harina	2 tazas
Azúcar molida	2 tazas
Manteca	1 1/2 taza
Royal	1 cucharada
Leche	1/2 taza
Almendra pelada	1 taza
Huevos	6

Se mezcla la harina con 1 taza de azúcar y el royal, se tamiza y se agrega la leche, la manteca y 6 yemas mezclando perfectamente hasta formar una masa liviana; se pone en un molde chato untado con manteca y polvoreado con harina, se tapa con en papel de astraza y se entra al horno.

Se quita el pellejo a las almendras, se pican o muelen grueso y se mezclan con 2 cucharadas de manteca líquida y 2 claras de huevo que se habrán batido con 1 taza de azúcar hasta punto de merengue.

Cuando la torta está cocida se cubre con la preparación anterior dejándola otro rato en el horno hasta que se dore ligeramente.

Torta Mercedes

Harina	2 tazas
Azúcar	2 tazas
Manteca	2 cucharadas
Leche	2 tazas
Royal	2 cucharadas
Huevos	5

Se bate la manteca con el azúcar, se agrega las yemas, la leche, la harina cernida con el royal y por último las claras batidas a nieve, se mezcla todo sin batir y se pone inmediatamente al horno en un molde untado con manteca y polvoreado con harina. Horno fuerte con mas calor de abajo.

Torta de miel

Miel o melaza tucumana	2 tazas
Manteca	2 cucharadas
Harina	2 tazas
Royal	1 cucharada
Pasas de corinto	1 cucharada
Canela molida	1 cucharada
Nucz moscada	1/2 cucharadita
Clavos de olor molidos	3
Huevos	2

Se mezcla la miel con la harina, se agrega la manteca, las pasas, la canela, nuez moscada, clavos de olor, agregando por último las yemas batidas, el royal y las claras batidas por separado a punto de nieve; se mezcla bien y se pone en un molde mojado untado con azúcar y harina Se cocina en horno fuerte cuidando que tenga mas calor abajo.

Torta de moka

Huevos	5
Azúcar molida	5 cucharadas
Manteca	2 cucharadas
Café de moka	1 tacita
Maní quebrado, piñones, bizcochuelo	

Se baten las yemas agregando poco a poco el azúcar hasta que quede espeso.

Aparte se bate la manteca cerca del fuego; cuando está como una crema se van añadiendo los huevos, despues se agrega poco a poco el café que debe ser muy concentrado; (cuando se ve que el huevo no absorve mas café no se echa mas) y se sigue batiendo siempre hasta formar una crema.

En una fuente redonda se coloca una capa de bizcochuelo, se unta una capa de la crema preparada, se polvorea con maní y piñones molidos, se coloca otra capa de bizcochuelo continuando la operación hasta formar una torta regular terminando con una capa de la crema con la que se unta toda la torta polvoreando bastante maní quebrado hasta formar una superficie erizada.

Torta de navidad

Huevos	12
Almendras dulces	1 kilo
Dulce de lima, bizcochuelo, azúcar	

Se hace una almibar en punto alto con 2 tazas de azúcar, se deja enfriar, se mezcla con 12 yemas que se habrán batido durante 15 minutos y se pone a fuego lento mezclando sin cesar con espátula de madera hasta que se ponga muy espeso.

Se pone en una fuente resistente al horno un fondo de bizcochuelo de 2 centímetros de espesor, se rocia con almibar de dulce de lima, se extiende una capa de cascos de lima cortados en tajadas, se cubre con otra tapa de bizcochuelo mojándola con almíbar de dulce de lima, se extiende una capa de dulce de huevo y se repite la operación hasta dar a la torta el tamaño que se desee.

Se baten 4 claras a punto de nieve agregando poco a poco 6 cucharadas de azúcar y almendra molida hasta formar una pasta gruesa, se extiende esta pasta en la torta y se entra al horno hasta que se endurezca y se dore lijeramente.

Aparte se baten 3 claras a punto de nieve agregando poco a poco 6 cucharadas de azúcar y se sigue batiendo hasta merengue, se pone este merengue en una bolsa de decorar con pico rizado y se adorna la torta haciendo los dibujos que se prefieran y completando este adorno con guindas secas, almendras peladas y grajeas o confites, despues se entra al horno durante 1 minuto.

Torta de naranja

Harina	2 tazas
Manteca	1 tacita
Azúcar en polvo	1 taza
Royal	1 cucharada
Naranjas	2
Yemas de huevo	4

Se bate la manteca con el azúcar hasta convertirla en una pasta lisa, se agregan las yemas batidas durante 10 minutos, el jugo de las naranjas y la raspadura de una mitad. Se calienta un poquito la harina poniéndola en una cacerolita cerca del fuego y removiéndola con una cuchara, se cierne con el royal y se agrega al batido mezclando perfectamente. Se pone inmediatamente al horno caliente en molde mantecado y polvoreado con harina.

Torta real salteña

Para esta torta se hace un bizcochuelo fino sin manteca, (ver bizcochuelos), se corta en rebanadas de 1 centímetro de grueso y se coloca en una fuente plana cubriendo totalmente el centro, una de estas rebanadas.

Aparte se hace una almíbar con punto bastante alto, con 2 tazas de azúcar, se deja enfriar y se mezcla con 2 tazas de vino oporto; con esta almíbar se moja el bizcochuelo echándole por cucharadas; despues se extiende una capa de dulce de cayote, sobre el cayote se extiende una capa de mazapan, (ver mazapan), en rebanadas finitas, se unta encima del mazapán clara de huevo batida a punto de nieve extendiéndola con un cuchillo, despues se pone otra camada de bizcochuelo mojándola con la almibar preparada y se continúa la operación hasta darle una altura de 20 centímetros mas o menos terminando con una capa de mazapán, se rodea tambien con mazapan los costados de la torta poniéndolo en rebanadas finitas que se van pegando con la clara de huevo batida hasta formar una superficie igual y compacta; despues se entra un rato al horno hasta que el mazapán se dore lijeramente, se retira del horno y se confita untando almíbar en punto alto con un pincel o una pluma.

Se adorna con grajeas, almendras peladas sin quebrarlas, frutas secas y confites plateados.

BAÑOS PARA TORTAS

Baño Royal

El baño royal se hace con azúcar especial que se llama Icing sugar y se compra en almacenes ingleses. Se prepara de la manera siguiente: Se toman 250 gramos de Icing sugar, se muele hasta convertirla en polvo, se pone en una fuente honda de loza, se agrega una clara de huevo y con una espátula de madera se revuelve hasta formar una pasta lisa y brillante, despues se ablanda con unas cucharitas de agua de azahar o jugo de limón o naranja.

Cuando la torta o bizcochos que se quieren bañar están frios, se cubren con la pasta; se alisa despues con la hoja de un cuchillo que se calienta mojándola en agua hirviendo y se polvorea con grajeas, nuez o almendra pisada y confites de plata y se entra al horno para que se seque; cuando es para servirla al día siguiente se deja secar fuera del horno.

Baño naranja

Azúcar	1 taza
Jugo de naranja colado	1/2 taza

Se pone el azúcar en una soperita de loza y se va añadiendo poco a poco el jugo de naranja y batiendo siempre hasta formar una pasta lisa y brillante. Con este baño se cubre la torta y se polvorea con grajeas.

Baño abrillantado

Se hace como el baño naranja agregando en lugar de jugo de naranja, agua hirviendo y 1 cucharadita de jugo de limón.

Baño de chocolate

Claras de huevo	3
Azúcar molida	6 cucharadas
Chocolate	2 tabletas
Leche o agua	1/2 taza

Se baten las claras a punto de nieve agregando poco a poco el azúcar y sin dejar de batir, hasta punto de merengue.

Se pone el chocolate en la leche o agua hirviendo, se desarma perfectamente y se mezcla con las claras batidas. Con este baño se cubre la torta alisando la superficie con la hoja de un cuchillo mojada en agua caliente y seca; despues se entra al horno suave durante unos minutos hasta que se forma una lijera costra encima.

Baño blanco

Azúcar tucumana	1 taza
Claras de huevo	2

Se hace una almíbar con el azúcar y 1 taza de agua; cuando está en punto alto se retira y cuando está tibia se va echando en un chorrito sobre las claras batidas a punto de nieve muy firme, se continúa batiendo hasta que quede muy espeso y se baña lo que se desee con la ayuda de un pincel.

Baño criollo

Azúcar de 3.a clase	1 taza
Clara de huevo	1

Se pone al fuego el azúcar con 2 cucharadas de agua hirviendo, se deja hervir durante 3 minutos y se vierte en un chorrito fino sobre la clara de huevo batida a punto de nieve mezclando rápidamente y batiendo hasta que se enfrie. Para bañar la torta se procede como para el baño de chocolate.

Merengue a la italiana
(Para decoraciones)

Azúcar refinada	300 gramos
Claras de huevos	4

Se hierve el azúcar con 2 tacitas de agua hasta el punto de gota o soplo, se vierte en un chorrito sobre las claras batidas a nieve mezclando rápidamente y batiendo fuerte hasta que se enfrie.

Con este merengue se adornan tortas y budines, poniéndolo en la bolsa de decorar y se hacen dibujos con el pico liso y el rizado o

bien con un cartucho de papel al que se corta 1 centímetro de la punta para que salga el merengue.

Se puede hacer un adorno muy bonito de la manera siguiente: se hace en el centro de la torta un nido para lo cual se pone en un cartuchito de papel un poco de baño de chocolate, se corta la puntita y apretando con las manos el cartucho, se va haciendo caer el batido en el centro de la torta figurando las pajitas de un nido, se rellena el hueco con el mismo baño y encima se hacen unos pajaritos de la manera siguiente: se pone en otro cartuchito un poco del merengue a la italiana y se va haciendo salir como el anterior figurando en el centro del nido las patas de un pajarito que estuviera sentado, se hace despues el cuerpo dando la forma de la cabeza y el ojo se hace con un palito mojado en carmin, se continúa hasta llenar el nido dejando despues al aire durante 1 hora mas o menos hasta que se sequen.

CAPITULO 6°

PASTAS Y FRUTAS SECAS

CARAMELOS

— Vaya unos caramelitos
— Gracias. Son pura ambrosía.

BRETÓN DE LOS HERREROS

Acaramelados

Azúcar refinada en cuadritos	250 gramos
Glucosa	1 cucharadita
Dátiles	1/4 Kilo
Nueces	1/4 »
Ciruelas	1/4 »
Agua filtrada	1 vaso

Se extrae el carozo a los dátiles y ciruelas, se quita la cáscara a las nueces y se dividen en 2 partes tratando de que se conserven estas enteras.

Se hace el fondant de la manera siguiente: se coloca el azúcar en una cacerolita de aluminio o de cobre, se cubre el azúcar con el agua, se agrega 1/2 varita de vainilla y cuando principia a hervir, se añade la glucosa; se hace hervir sin interrupción, (para ello es indispensable un calentador eléctrico o Primus), sin revolver.

Para probar el punto se echa una cucharadita de la almíbar en un platito con agua fria; si en el fondo se forma una especie de gomosidad que al tacto resulta sumamente espesa; casi como para formar una bolita, entonces se retira, se vacia en una fuente no muy honda, se deja enfriar durante 30 minutos y luego con una espátula se bate o revuelve despacio hasta que una vez fria se le da la forma necesaria. Si se desea dar color, se agregará una gota de carmín en el momento de empezar a batir el almíbar.

(Si se tiene termómetro o pesa jarabe, la graduación para el fondant a punto debe ser a 33°.)

Con este fondant se rellenan los dátiles y ciruelas; también se hacen unas bolitas a cuyos lados se aplican las mitades de nueces.

Hecho esto se prepara el caramelo de la manera siguiente. Se pone en una cacerolita 300 gramos de azúcar refinada de pancitos, se cubre con agua, se le agrega 1/2 varita de vainilla y se pone al fuego; cuando hierve se agrega 1 cucharada de glucosa y se hace hervir a fuego muy vivo. Para conocer el punto se echa un poquito de almíbar en agua fria; cuando cruje y se forma una bolita dura que suena entre los dientes, se retira y sin perder un momento se van bañando los dátiles, nueces, etc. y sacándolos con un tenedor se van colocando sobre un mármol untado con una gota de aceite y limpiado despues con un papel blanco húmedo.

Esta operación del acaramelado hay que hacerla rápidamente pues el caramelo cuando pierde calor, pierde también su tranparencia.

La preparación de estos dulces ocupa mucho tiempo y la práctica aconseja preparar un dia antes el fondant (este puede conservarse hasta 8 o 10 días) y al siguiente bañarlo con caramelo.

Una vez concluidos se colocan en cucuruchos de papel.

Batatas confitadas

Se elijen batatas del mismo tamaño, se lavan, se colocan en un recipiente con agua fria en abundancia, se dejan hervir durante 5 minutos, se sacan del agua caliente y se echan inmediatamente en agua fria teniendo cuidado de renovar el agua cuando se caliente; cuando las batatas están frias se pesan y se mide igual cantidad de azúcar. Se hace una almíbar con el azúcar pesada, e igual cantidad de agua; cuando hierve se echan las batatas, se deja hervir durante 30 minutos, se retira del fuego; al día siguiente se hace hervir de nuevo durante el mismo tiempo, se retira del fuego repitiendo la misma operación al día siguiente; si se nota que las batatas se han pasado bien en almíbar, se hace dar punto, si no se retiran del

fuego y recien al otro día se deja espesar el almibar hasta el punto de confitado, entonces se van sacando las batatas, poniéndolas sobre una fuente.

De la misma manera se hacen todas las frutas confitadas.

Bombones de almendra

Almendras peladas	1 taza
Azúcar	1 taza
Clara de huevo	

Se pisan las almendras en el mortero agregando poco a poco el azúcar y clara de huevo hasta formar una pasta blanda y consistente, (si se desea se puede perfumar con ron o cáscara de limón rallada) y se termina como se explica para los bombones de piñones.

Bombones de avellanas

Se pelan las avellanas, se ponen en un sartencito y se entran al horno templado teniendo cuidado de sacudir la sarten para que se tuesten por igual, despues se refriegan para quitarles la cascarita, se muelen y se procede como se indica para los bombones de almendra.

Bombones de chocolate

Azúcar	1 1/2 taza
Chocolate	2 tabletas
Leche	5 cucharadas
Vainilla	1/4 varita

Se pone el azúcar en una cacerolita, se disuelve con 1/2 taza de agua, se agrega la vainilla y se hace hervir; cuando está a punto regular se separa 1 tacita de almibar y se pone en otra cacerolita con el chocolate; se agrega al resto del almíbar, la leche, una vez que principia a hervir con grandes burbujas se retira, se saca la vainilla y se bate con una cuchara hasta que se forma una pasta blanda y blanca (si le faltara punto se volvería al fuego), se forman con esta pasta unas bolitas del tamaño de una avellana.

Se pone al fuego la cacerolita con el chocolate desarmándolo con una cuchara hasta formar como una crema espesa y lisa, en este chocolate se bañan las bolitas una por una, se sacan con un tenedor y se colocan en una fuente lijeramente untada con manteca.

Bombones de piñones

Piñones	1 taza
Almendras	1 taza
Azúcar	2 tazas
Clara de huevo	

Se pisan en el mortero las almendras peladas y los piñones, se agrega el azúcar y claras de huevo hasta formar una masa blanda pero que no se extienda, se pone esta masa, por cucharaditas, en papel

blanco guardando distancia entre uno y otro, se polvorea con azúcar abrillantada y se entra al horno durante unos minutos hasta que se dore. Para sacarlos del papel se humedece por el revés y entonces se desprenden con facilidad.

Canastitas de caramelo

Azúcar tucumana refinada	2 tazas
Glucosa	3 cucharadas
Manteca, carmín	

Se pone al fuego el azúcar con 3 cucharadas de agua; cuando hierve se agrega la glucosa, se revuelve y se deja hervir hasta el punto de bolita teniendo cuidado de sacar siempre la espuma que se levante. Se tendrá preparado un mármol untado con aceite y despues de haberlo limpiado con un papel húmedo, se vacia encima el caramelo en una porción mas grande y dos mas chicas, despues se extiende con el rodillo hasta darles un espesor de 3 milímetros y una forma redonda. Se tendrá preparadas 2 budineras lisas, untadas con manteca por el exterior una debe ser mas grande que la otra, sobre estas budineras volcadas se coloca una redondela de caramelo en cada una forrandolas y ondeando los bordes con los dedos para formar unas canastitas. Todas estas operaciones habrá que ejecutarlas rapidamente para no dar tiempo a que el caramelo se enfrie. Una vez que están hechas las canastitas y el caramelo se ha enfriado; se retiran del molde y se coloca la canastita chica volcada y encima la grande; mientras tanto otra persona prepara la otra porción de caramelo de la manera siguiente: se extiende sobre el mármol, se agrega 6 gotas de carmín y se trabaja rapidamente con las manos para darle, antes que se enfrie, la forma de una cinta de 2 dedos de ancho. Con esta cinta se hace la manija de la canastita adornandola a un lado con un moño del mismo caramelo rosa. Para poder dar la forma a esta cinta se pasa por la llama y para cortarlo se hace con un cuchillo caliente lo mismo para pegar se calienta las puntas.

En estas canastitas se puede servir helados, masitas o yemas.

Caramelos caseros

Azúcar	8 tazas
Vinagre blanco	1|2 cucharada
Cremor	1|4 cucharadita

Se ponen a hervir todos los ingredientes, sin mezclar, hasta que dejando caer un poco de caramelo en agua fria, se forme una bolita, entonces se vacia en una fuente untada con manteca; cuando las orillas se pongan frias se doblan para adentro y tan pronto como se pueda tocar con los dedos se extira hasta que se ponga lustroso, mientras se extira se puede agregar esencia de menta, o la que se prefiera, despues se corta en trozos con unas tijeras.

Caramelos de café

Café	1 tacita
Azúcar	1 taza
Leche o crema	1 taza
Manteca	1 cucharada
Miel de abeja	1 cucharada

Se pone al fuego, en una cacerolita enlozada, la leche, azúcar, manteca y miel de abeja; cuando hierve se agrega 1 tacita de café cargado y se deja hervir a fuego lento hasta que alzando 1/2 cucharita de la pasta y al entrarla en agua fria se ponga dura; entonces se vacia en una fuente untada con manteca y cuando está tibio se corta en cuadraditos de 2 centímetros que se envuelven en papel aceitado-

Caramelos criollos

Azúcar de 3a.	1 taza
Leche	1 taza
Maní	2 tazas
Manteca	1/2 cucharada

Se pone al fuego el azúcar con la leche y la manteca; cuando el punto está como se explica para los caramelos de chocolate, se retira del fuego, se agrega el maní y se vacia en una fuente mojada, una vez que está tibio se corta en cuadraditos.

Caramelos de chocolate

Chocolate	3 tabletas
Azúcar	2 tazas
Leche	2 tazas
Manteca	1 cucharada
Miel de abeja	1 cucharada

Se pone al fuego la leche con el chocolate; cuando éste se ablanda, se desarma con una cuchara, despues se agrega el azúcar, la miel de abeja colada y la manteca, se deja hervir a fuego regular mezclando de rato en rato cuando principia a dar punto. Para conocer el punto se saca un poco de la mezcla en una cucharita, se introduce en agua fria y cuando se endurece está en punto, entonces se vierte sobre una fuente o mármol untado con manteca; cuando se ha enfriado un poco se corta en cuadritos con un cuchillo y se envuelven en papel se seda.

Caramelos de leche

Leche	2 tazas
Azúcar	1 taza
Miel de abeja	2 cucharadas
Manteca	1 cucharada

Se ponen todos los ingredientes en una cacerolita haciendo hervir a fuego lento y despues se procede como para los caramelos de chocolate.

Caramelos de limón

Azúcar	1/2 kilo
Limón	1
Esencia de limón	lo suficiente

Se pone 1/4 litro de agua y 1/2 kilo de azúcar, se clarifica con una clara de huevo batiéndola en el agua, se pone al fuego, se quita con cuidado la espuma que se levanta y se deja dar punto, teniendo especial

cuidado en no revolver nunca, sino levantar hacia arriba con la cuchara cuando quiera rebalsar, se echa el jugo de un limón y la cantidad de esencia que se crea suficiente para dar gusto, se prueba el punto dejando caer una gota en un plato con agua fria, si queda cristalizada ya está, se saca y se vierte en un marmol untado con aceite, se extiende una capa fina y se cortan cuadraditos del tamaño que se quiera, cuando están frios se guardan.

Del mismo modo se hacen con la esencia que se quiera, pero siempre hay que echarle jugo de limón para que no se azucare.

Caramelos Medicinales

Se pone en una cacerolita 1 taza de azúcar, se disuelve con 1/2 taza de una infusión de yerbas medicinales como manzanilla o quimpi por ejemplo, se agrega 1/4 cucharadita de cremor y se hace hervir hasta el punto de bolita, entonces se vacia en una fuente mojada y se termina como se explica para los caramelos caseros.

Caramelos de melaza

Melaza	1/2 taza
Azúcar	1 taza
Leche	1/2 taza
Chocolate	1 tableta
Manteca	1/2 cucharada
Harina	1/2 cucharada

Se mezcla el azúcar con la harina, se incorporan los otros ingredientes y se hace hervir sin mezclar hasta que dejando caer un poco del caramelo en agua fria, se forme una bolita, entonces se termina como se explica en las recetas anteriores.

Coquitos

Con 2 tazas de azúcar y 12 yemas de huevo se hace una pasta como se explica para las yemas tucumanas, una vez que está como una crema espesa se retira del fuego y se principia a agregar coco rallado hasta formar una pasta consistente pero que se pueda trabajar con dos cucharas, entonces se van formando bolitas del tamaño de una nuez que se aplastan suavemente para darles una forma redonda y se van colocando sobre placas de horno en una hoja de papel, se dejan descansar durante 2 o 3 horas; despues se pintan con yema de huevo, se coloca en el medio una cucharadita de mermelada de damasco, encima la mitad de una almendra y se entran al horno muy suave hasta que se sequen.

Crocante

Azúcar	1/2 kilo
Nueces	1/2 kilo

Se pone el azúcar seca en una sarten de fierro, se acerca al fuego, cuando se ha derretido toda se echan las nueces quebrajeadas despues de peladas, se revuelve un rato y se vuelca en un mármol untado con aceite, se moja el palote y se pasa por encima como si fuera masa hasta que quede del grueso de un centímetro, entonces con un cuchillo se cortan como tabletitas, o en forma de triangulos.

Esto mismo se puede hacer con almendras o maní.

Delicias de chocolate

Almendras quebradas	1 taza
Chocolate raspado	1/2 taza
Azúcar, clara de huevo	

Despues de pelar las almendras con agua caliente, se cortan en tiritas con un cuchillo y se secan sobre una servilleta.

Se pone en un plato 1/2 taza de azúcar y la cuarta parte de una clara de huevo mezclando para formar un baño donde se echaran las almendras (si fuera demasiado líquido o espeso, se aumentará azúcar o clara de huevo), una vez que las almendras están bien bañadas se entran al horno templado para que se sequen pero sin dejar que tomen color.

Se mezcla en una vasija 1 taza de azúcar con 1 clara de huevo, se trabaja durante 15 minutos con cuchara de madera y se agrega el chocolate que previamente se ablandará poniéndolo en la boca del horno, la almendra y clara de huevo si es necesario, de manera que forme una pasta blanda pero que no se extienda. Con esta pasta se forman unos bocaditos que despues se humedecen en la superficie, se toma uno por uno y se pasan suavemente por azúcar abrillantada, se colocan sobre un papel polvoreado con azúcar y se entran al horno moderado, despues de 20 minutos se observa si están dorados y se sacan.

Fondant

Azúcar tucumana	4 tazas
Glucosa	2 cucharadas

Se pone el azúcar en una cacerola, se agrega agua hasta cubrir el azúcar, se remueve con una cuchara para mezclar y se pone al fuego; cuando hierve se agrega la glucosa dejando hervir hasta el punto de soplo o pluma, (ver esta palabra), sacando siempre la espuma negra que se levante y limpiando los bordes de la cacerola con una servilleta mojada; cuando está en el punto indicado se retira, se bate con una cuchara hasta que principia a tomar un aspecto lechoso, entonces se vacía sobre un mármol y con una espátula de madera derecha se principia a volver la pasta de un lado a otro pareciendo al principio que fuera a volverse líquida, entonces se trabaja mas rápidamente hasta que toma una consistencia dura y muy blanca, entonces se divide en cuadraditos para emplearla ya sea en bombones, para llenar frutas, (ciruelas o dátiles) o bien extendida en capas para adorno o rellenos de tortas o masitas.

Limones rellenos

Se hace dulce de limones como se explica para el dulce de limón dulce, dándole un punto alto, se ponen los limones sobre un tamiz y cuando están secos se rellenan con dulce de leche, se pegan las mitades con clara de huevo y se confitan.

Merengues Chantilly

Claras de huevo	4
Azúcar cernida	10 cucharadas
Manteca	1/2 cucharada
Yema de huevo	1
Crema o leche	1 tacita

Se baten las claras a punto de nieve, despues se agrega poco a poco y sin dejar de batir, 8 cucharadas de azúcar, se coloca por cucharadas en una tabla de pinotea que se habrá empapado en agua y se entra al horno regular hasta que se ponen lijeramente dorados.

Aparte se mezcla la manteca con el azúcar y la yema de huevo, se bate mucho agregando la crema o leche hasta que se forme una crema suave.

Cuando los merengues estan cocidos, se dejan enfriar, se pone adentro un poco de la crema y se unen de a dos.

Merengues con guindas

Huevos	4
Azúcar	12 cucharadas
Manteca	1 cucharada
Guindas secas	

Se baten las claras a punto de nieve, se agregan poco a poco 8 cucharadas de azúcar cernida y se continúa batiendo hasta que queda duro y firme, entonces se pone por cucharadas en latas mantecadas o sobre papel de astraza y se entra al horno suave hasta que se doren lijeramente.

Aparte se baten las yemas con el resto del azúcar cernida; cuando está bien batida se agrega la manteca y se continúa batiendo hasta que se forme una crema compacta y suave.

Cuando los merengues se enfrian se coloca 1 cucharadita de esta crema encima de cada uno y se adorna con una guinda o con la mitad de una nuez,

Merengues reales

Claras de huevo	5
Azúcar	2 tazas

Se toma azúcar de Tucumán, refinada, se muele hasta convertirla en polvo, se pasa por el tamiz y si se quiere se perfuma con vainilla.

Se baten las claras durante 5 minutos y se va incorporando poco a poco 2 tazas de esta azúcar (sin dejar de batir), una vez que se ha agregado toda el azúcar se continúa batiendo durante 20 minutos mas o menos hasta que levantando un poco el merengue con un tenedor quede firme y no caiga, entonces se coloca el recipiente sobre la plancha un poco caliente de la cocina económica; cuando se forma una lijera costrita se retira, se mezcla y con una cuchara de postre se levanta el merengue haciéndolo caer de un solo golpe sobre papel blanco guardando distancia entre uno y otro. Se polvorea encima azúcar y se entra a un horno muy suave dejando la puerta un poco abierta y aunque con este procedimiento demora mas la cocción, resultan ancosos y muy delicados.

Merengues rellenos

Se procede como para los merengues reales pero sin poner el batido sobre la plancha.

Cuando están cocidos se saca con una cucharita un poco de la clara blanda del interior, se rellenan con crema chantilly o espuma de chocolate y se juntan 2 merengues pegándolos con un poco de la clara cruda.

También se pueden rellenar con una fresa o frutillas, en este caso se tapará la fruta con la clara que se sacó y se pegan como los anteriores.

Naranjas carameladas

Naranjas tucumanas	4
Azúcar	3 tazas

Para hacer estas naranjas es necesario preparar unos palitos derechos y afilarles una punta.

Se quita la corteza amarilla a la naranja tratando de dejar una lijera capa del pellejo blanco, se dividen por tajadas en 4 partes, se ensarta cada parte en un palito pinchándola al través de las tajadas pero sin pasar al otro lado y se colocan encima de un cedazo sin dejar que toquen; despues de 4 horas se sopan en una almíbar como se explica para las uvas confitadas, se clavan los palitos en tierra o arena apisonada y se dejan enfriar, entonces se saca la naranja con cuidado y se sirve en una frutera adornando con hojas de naranjo.

Nueces confitadas

Nueces	4 tazas
Azúcar	3 tazas

Despues de quebrar las nueces como se indica al principio de la segunda parte, se miden 4 tazas y se dejan con la cascarita.

Se hace almíbar con el azúcar; cuando hierve con grandes burbujas y levantando con una cuchara cae por gotas, se retira del fuego, se bate con un tenedor y cuando principia a ponerse lechosa se echan las nueces mezclándolas con una cuchara hasta que el almíbar quedando fria envuelva a las nueces confitándolas. Si el almíbar despues de batida no diera el punto indicado se volvería al fuego no debiéndose echar las nueces sino cuando toma ese aspecto lechoso.

Pancitos de azúcar

Azúcar	2 tazas
Manteca del tamaño de un huevo	

Se pone al fuego el azúcar, manteca y 2 cucharadas de agua haciendo hervir sin mezclar hasta el punto indicado para tabletas, entonces se vacia en una fuente mantecada y una vez frio se corta en cuadritos.

Pancitos de leche

Se prepara una pasta de fondant (ver fondant), se deja reposar 2 horas tapándola con una servilleta, despues de este tiempo se pone en un mortero y se desarma con la mano; se pone en una ollita, se coloca al baño maría trabajando con cuchara de madera y agregando poco a poco 1 taza de crema o leche, se continúa removiendo hasta que se disuelve bien y se espesa, entonces se vacia en una fuente mojada alisando la superficie y se corta en cuadraditos que se colocan en cartuchitos de papel rizado.

Esta misma pasta, dándole menos consistencia (retirándola del

baño maría apenas está disuelta), sirve para relleno de tortas, para servir con masitas o budines y resulta mas agradable si se agrega al fondant, mientras hierve, una varita de vainilla que se retira antes de batirlo.

Praliné de almendras

Azúcar	200 gramos
Almendras	100 gramos

Se derrite el azúcar a punto de caramelo, se echan allí las almendras peladas y enteras, se mezcla bien y se vuelca en un mármol untado con aceite, una vez frio se ralla con la máquina de rallar almendras.

Con esto se adornan las tortas y bizcochuelos que se bañan con crema de manteca.

Tabletas de cayote

Se pone un cayote chico al horno; cuando la cáscara se ha ablandado se pela, se quitan las semillas y se corta en pedazos chicos, se pesa el cayote y se mide por cada kilo de cayote 3/4 kilo de azúcar. Se hace una almíbar con poca agua y cuando hierve se echa el cayote y se hace hervir hasta que el cayote se pase bien en almíbar; cuando principia a dar punto se agrega 3 batatas chicas que previamente se habrán hecho cocer y desarmado por la prensa de puré (Las batatas se pueden sustituir con papas desarmadas en almíbar espesa) Despues de esto se procede como para las tabletas de miel y cuando está en punto se vacia la mitad dentro del marco de madera, se bate la otra mitad hasta desarmar el dulce y se echa encima de la otra parte, se deja enfriar y se corta en cuadrados.

Tabletitas criollas

Miel o melaza tucumana	1 taza
Azúcar	1 taza
Vinagre blanco	1 cucharada
Claras de huevo	2
Avellanas molidas	1/2 taza

Se pone a hervir la miel con el azúcar agregando el vinagre y 1/2 taza de agua; cuando está en punto de hebra; (esto es si al echar un poco de la mezcla en agua fria se pueden formar unas hebras), entonces se vacia la mitad sobre las claras batidas a nieve mezclando rapidamente hasta que se enfrie, mientras que al resto del caramelo se vuelve al fuego haciéndolo cocer hasta el punto de bolita, entonces se vacia en la mezcla anterior mezclando rapidamente, se agrega las avellanas y se vuelca en una fuente untada con manteca, cuando está tibio se corta en cuadraditos.

Tabletas de leche y batata

Leche	8 tazas
Azúcar	6 tazas
Batatas medianas	3

Se pelan las batatas echándolas en agua a medida que se van pelando, se hacen hervir y cuando están bien blandas se sacan y se desarman antes que se enfrien.

Se pone al fuego la leche con el azúcar; cuando hierve se echa la batata y se mezcla con la espátula de madera hasta que da punto. Se conoce el punto cuando al echar un poquito de la mezcla en agua fria, se endurece, entonces se saca y se vacia dentro de un marco de madera que se habrá colocado sobre un marmol mojado, se deja enfriar y se corta en cuadrados de 5 centímetros.

Tabletas de miel tucumana

Miel de caña azúcar	4 tazas
Batatas blancas	1 Kilo

Se hacen hervir las batatas; cuando están bien blandas se pelan y se pasan por la prensa de puré.

Se pone al fuego la miel; cuando está caliente se echa la batata y se mezcla con el mecedor de madera; para conocer el punto se saca un poco de la mezcla en un cuchillo, se entra en agua y cuando se desprende fácilmente sin pegarse en los dedos, se saca, se bate hasta que principia a ponerse blanco, entonces se agrega maní pelado, cascaritas de lima y se vacía dentro de un marco de madera que se colocará sobre un mármol mojado; cuando está frio se retira el marco y se corta en cuadrados de 5 centímetros.

Turrón de avellanas

Avellanas	1 taza
Pistachos	1|2 taza
Azúcar	1 taza

Se pelan las avellanas, se ponen en un sartencito y se entran al horno templado removiendo de vez en cuando para que se tuesten por igual; cuando están lijeramente tostadas se retiran.

Se pone al fuego el azúcar con 1 tacita de agua; cuando está en punto de caramelo es decir de un color rubio, se echan las avellanas picadas removiendo con cuchara de madera para que se bañen bien, se echa en seguida en el reverso de una fuente untada con manteca, se polvorea azúcar abrillantada y se siembran pistachos que se habrán picado y tostado como las avellanas; cuando se enfría un poco se corta en cuadraditos.

Uvas confitadas

Uvas	1 ramito
Azúcar	2 tazas

Se divide el racimo en racimitos de 3 o 4 uvas, se lavan y se ponen a secar en un sitio ventilado durante 4 horas.

Se hace una almíbar al punto de bolita, se retira del fuego, se deja unos minutos y se entran en esta almíbar los racimitos tomando uno en cada mano y tratando de que se bañen bien, despues se cuelgan en un alambre grueso, haciendo como una soga; hasta que se enfrien.

Yemas tucumanas

Yemas de huevo	18
Azúcar	5 tazas
Nueces peladas	2 tazas
Dátiles, ciruelas secas	

Con 3 tazas de azúcar se hace una almíbar en punto alto, se deja enfriar, se mezcla con las yemas que se habrán batido durante 15 minutos y se pone a fuego lento mezclando sin cesar con cuchara de madera hasta que se forme una pasta con la que se puede formar una bolita y se retira del fuego.

De las nueces se separan las mitades enteras y las otras se echan en agua hirviendo quitándoles despues el pellejo y moliéndolas hasta convertirlas en una pasta.

Despues de haber retirado la pasta de huevo del fuego, se mezcla con la nuez molida y se principian a formar las yemas levantando la masa con una cuchara de postre y con una cucharita de café se trabaja hasta darle una forma redonda; se hacen otras poniendo al medio un poco de pasta y a los lados 2 mitades de nueces; otras se hacen sacando la semilla y el pellejo a los dátiles y rellenándolos con la pasta de huevo tratando de que se vea una lista de la pasta y dándoles una buena forma y por último se hacen otras quitando las semillas a las aceitunas y rellenándolas con la pasta de huevo.

Despues se hace una almíbar con el resto del azúcar; cuando está en punto alto se retira del fuego, se principia a batir y una vez que la almibar principia a ponerse blanca se van bañando las yemas sumergiéndolas adentro y sacando una por una con un tenedor, se ponen en fuentes de loza y despues se levantan con la hoja de un cuchillo quitándoles el azucarado que tengan de mas.

No se debe bañar las yemas hasta que el almíbar principie a ponerse blanca, si le faltara un poco de punto se volverá al fuego por unos minutos y si por el contrario se azucarase, se añadirán 2 cucharadas de agua, se hará dar un hervor y se volverá a batir.

Despues que las yemas están confitadas y secas se envuelven en papelitos de seda a los que se habrá cortado los extremos y rizado.

CAPITULO 7°

BEBIDAS Y HELADOS

Y díjome: — Licor tan exelente
Parece dulce nectar y ambrosía.

LOPE DE VEGA

Agua albuminosa

Claras de hnevo	4
Agua filtrada y hervida	2 litros
Azúcar pulverizada	4 cucharadas
Unas gotas de agua de azahar o coñac	

Se baten las claras a nieve y se agrega poco a poco el agua, se cuela, se agrega el azúcar y se perfuma con unas gotas de agua de azahar o coñac, sirviéndose por copas.

Para los niños se hace desleir en el agua destinada a esta preparación, 8 o 10 gramos de goma arábiga.

(Esta bebida es excelente para ciertas afecciones intestinales).

Café

El café para que salga bueno tiene que ser bien tostado y esto solo se consigue haciéndolo en la casa.

El café de una sola clase tampoco resulta, hay que mezclar de dos o tres clases, porque unos dan mas color y otro mas sabor.

Una mezcla sencilla y económica es la de caracolillos y brisilero, otras mas costosas son la de moka, caracolillo y lavado, o de caracolillo. brasilero, y yungas, el café de moka y el de yungas pueden tomarse solos

Para tostar hay que hacerlo por separado con cada clase de café, porque unos se tuestan mas rápido que otros.

La operación de tostar es sencilla pero hay que hecerla con prolijidad. Primero se pone la tostadera, que debe ser de fierro, al fuego, cuando está caliente se echa el café hasta llenar las 2 terceras partes de la tostadera, y se empieza a dar vuelta la manija suavemente sin apurarse, cuando se observa que sale mucho humo se retira del fuego y se sigue revolviendo hasta que el humo disminuye, entonces se acerca al fuego nuevamente, hay que tener cuidado de sacar de cuando en cuando unos granitos para ver el estado de cocción, primero revientan los granos y se les hacen grietas blancas, cuando esas grietas se ponen obscuras del mismo color que el resto del grano, entonces ya está, en ese momento se echan 3 cucharadas de azúcar molida, se revuelve al fuego hasta que el azúcar se derrite, esta operación hay que hacerla rápido, en seguida se saca, se vuelca sobre una fuente enlozada y se enfria un poco moviendo con una cuchara, cuando deja de salir humo se cubre con un papel grueso y encima un repasador, cuando está frio se muele. El café tostado con azúcar no puede guardarse sin moler, para conservarle el perfume, despues que se pone en el tarro, se cubre con un papel de astraza doblado en dos o tres pedazos. En lugar de azúcar puede emplearse manteca, le dá un sabor exquisito.

Cuando todos los cafés se han molido separadamente se mezclan para guardarse.

Los dias húmedos no sirven para tostar.

Modo de hacer café

En una cafetera de las comunes se pone café, la cantidad que se quiera, se aprensa ligeramente y se echa una o dos cucharadas de agua fria, cuando ha pasado el agua se derrama y se empieza a echar agua hirviendo en pequeñas cantidades y se deja pasar sin tocar la cafetera, para que no haya borra, no hay que echar mucha agua, porque no debe pasar mas que esencia, se da el nombre de esencia al café tan cargado que tiñe la cafetera. Mientras se hace el café se llenan las tazas con agua hirviendo, en el

momento de servir, se derrama el agua y en cada una se pone un poco de esencia y se llena con agua hirviendo, en esta forma es fácil dar en el gusto porque se pone mas o menos esencia según se lo desee mas o menos cargado.

Lo que queda de esencia se guarda en un frasco de cristal bien tapado, y sirve para hacer café o café con leche a la hora que se quiera, la esencia no se calienta al fuego nunca porque pierde sabor y perfume, basta mezclarla con agua o leche hirviendo, porque como solo se emplea en pequeñas cantidades, se calienta perfectamente.

Despues que se saca la esencia, se continúa echando agua caliente, y entonces sale un café claro pero siempre agradable y que puede tomarse inmediatamente.

Té

Para obtenerlo bueno hay que elejirlo de la mejor calidad, si es ordínario nunca se obtendrá una bebida agradable.

La proporción del té es de una cucharadita llena por persona, las teteras que se empleen pueden ser de metal o de barro cocido.

Se pone el té en la tetera, se vierte un poco de agua caliente se sacude un poco y se derrama, en seguida se echa agua caliente en proporción al té, se tapa la tetera y se cubre con una tetera de lana, que evite la evaporación y mantenga el calor, despues de unos minutos se sirve, si es puro se gradúa, añadiendo agua caliente para aclararlo.

Si es con leche, el té debe ser cargado de modo que el te y la leche se sirvan por partes iguales.

Por lo general para el té con leche a la inglesa, se emplea la leche cruda y fria, otros la emplean cocida y fria, es cuestión de gustos.

Tés medicinales

Se hacen de infinidad de yerbas y hojas de árboles siendo los más conocidos los de manzanilla, ruda, coca, cedrón, eucaliptus, naranjo, poleo, menta, arrayan, alpamato, yerba-buena, toronjil.

Tienen propiedades digestivas y son buenos despues de las comidas, los de coca, alpamato, poleo, manzanilla.

Calmantes cuando hay dolores de estómago o intestinales, los de ruda, menta, arrayan, poleo, etc.

El eucaliptus es muy recomendado para las personas palúdicas.

Estos tés se hacen todos del mismo modo, se ponen en una taza 2 o 3 hojas cortadas en pedacitos cuando son grandes, si son hojitas chicas se ponen 8 o 10, se lavan en agua fria, y despues se llenan con agua hirviendo, se tapa la taza 5 minutos, despues se cuela y se sirve.

Hay personas que les gustan estos tes con azúcar quemada, para esto se echa azúcar sobre las hojas, y encima una brasa pequeña, se revuelve para que el azúcar se tueste entonces se echa el agua hirviendo y se tapa

A los tés digestivos se les puede añadir una cucharadita de coñac o aguardiente de uva.

Chocolate

El chocolate se hace de diferentes modos, siendo los mas usuales, el chocolate a la española y el chocolate a la criolla.

Para hacer el primero hay que calcular las proporciones siguientes: 1 tableta de chocolate y una taza de leche por persona, para que se reduzca a las 2 terceras partes.

Se pone en una chocolatera la leche y el chocolate, se acerca al fuego y se está revolviendo continuamente con el molinillo o batidor, a medida que se va espesando se revuelve mas rapidamente hasta que se ponga grueso como una crema, si se quiere, una vez que el chocolate se ha disuelto, se le echa una cucharadita de chuño disuelto en leche tibia esta proporción de chuño es para 1 litro de leche, despues que se echa, el chuño se continúa batiendo hasta que se espese y se sirve.

El chocolate se sirve en tazas especiales que tienen la forma de las de café pero son mas grandes y se acompaña con tostadas de pan francés con manteca o con bizcochitos especiales.

Este chocolate se hace con agua en lugar de leche para las personas de estómago delicado.

El chocolate a la criolla se hace en las siguientes proporciones: 1/4 de tableta por cada taza de leche, y se añade azúcar hasta endulzar lo suficiente, se acerca al fuego y una vez que el chocolate se ha disuelto se empieza a batir hasta formar una espuma espesa, entonces se sirve. Tambien se hace con huevo, para un litro de leche se echan 2 yemas batidas mezcladas con leche tibia y se bate sin parar.

Candeal

Se pone 1 litro de leche a hervir con un pedacito de canela y azúcar al gusto, aparte se baten 3 yemas, luego se retira la leche del fuego, se saca un poco de leche para mezclar con los huevos y luego se mezcla todo junto batiendo fuerte y sin cesar hasta que se convierta todo en espuma. Un momento antes de servir se echa una copita de coñac o aguardiente de uva.

Candeal de café

Como esto se hace para los enfermos, por lo general no se hace mas que una taza

Se prepara el café un poco cargado y se lo pone a calentar en baño maria. Aparte se pone una yema con bastante azúcar en una taza y se bate con una cucharita hasta que esponje hasta llenar casi la taza, entonces se empieza a echar el café caliente revolviendo constantemente en seguida se sirve.

Candeal de café con leche

Se hace como el anterior con la diferencia de que en lugar de café solo; se prepara una taza de café con leche. Las proporciones siempre son de yema y una taza de café o café con leche por pernosa.

Cafe con leche

Para que el café con leche resulte bueno hay que poner a hervir la leche mezclandola de rato en rato con un cucharón y servirlo en el momento que ha hervido la leche, con toda la espumita que se levanta; primero se pone el café y azúcar en la taza y despues se vierte la leche; cuando no es posible servirlo de leche recien hervida, se hará dar un hervor de nuevo y se sirve colándolo. Lo mismo se observará para servir el te con leche.

Coktail

En una cotelera se ponen 2 o 3 yemas segun sean las personas que han de tomar, vermouth, en proporción de un vasito por persona, y unas gotas de *bitter Angostura* y se empieza a batir hasta que se hace pura espuma, entonces se sirve en vasitos largos. Si se quiere se añade un poco de agua.

Coktail de oporto

Se hace como el anterior solo que en lugar de vermout y bitter se echa oporto.

Coktail de leche

Se hace como el anterior, sustituyendo la leche por el oporto, si se quiere se añade unas gotas de coñac. La leche debe ser hervida y fria.

Ponche de Ron

Se pone en cada vaso grande una copita de ron, una rebanada de limón, llenándolo de agua caliente, se tapa y se deja unos minutos, sirviéndose en seguida.

Te de la vida

En Alemania se usa desde tiempo de los godos una infusión de cáscara de manzana que ellos denominaban *te de la vida* por estar probado que su empleo, por ciertos acidos que contiene, resulta un tónico admirable para todas las personas pero especialmente para los ancianos y débiles.

Las manzanas preferidas son las de cultivo, de piel encarnada, se pelan ni muy finas ni gruesas, se hace secar la cáscara y se hace con ellas un te que se bebe por la noche.

La cantidad que se emplea es poca, la suficiente para que la infusión tome un color amarillento.

Te de los godos

Los antiguos acostumbraban al iniciar la primavera, beber en ayunas durante 1 mes, una infusión hecha de cardo santo o *cardo benedictus* y centaura menor, en proporción de una parte de cardo y tres de centaura, sin azúcar pues ésta le quita alguna de sus propiedades.

Este te es depurativo de la sangre y no es preciso estar enfermo para tomarlo, es de resultados excelentes y se ha atribuido la longevidad de los antiguos al uso frecuente de estos remedios sencillos y eficaces.

Estos productos se venden en todas las farmacias.

Chartreusse

Azúcar refinada	1	Kilo
Alcohol	1	litro
Azafran de Castilla	2	hebras
Agua hervida	1	litro
Alcohol de Melisa	1	botellita

En el agua hervida se deshace el azúcar, agregando alcohol, azafrán, y alcohol de Melisa, se deja en reposo una hora y se filtra.

Curazao

Naranjas	12	
Aguardiente de uva	3	litros
Madera de Pernambuco (palo del Brasil)	50	gramos
Almibar en punto alto	1	lttro

Se pelan finamente las naranjas poniendo las cortezas en alcohol a macerar durante 10 dias.

En un vaso de agua se hierve el palo del Brasil hasta que el agua se reduce a la mitad.

Despues de 10 dias de maceración se añade 1 litro de almíbar y el agua de palo del Brasil, se deja unos minutos y se filtra.

Licor de arrayan

Frutas de arrayan	1 Kilo
Alcohol	2 litros
Azúcar, vainilla	

Se pone en maceración en el alcohol, las frutas de arrayan y se dejan durante 1 mes, despues de este tiempo se prepara el licor en la cantidad que se quiera guardándose el resto de infusión.

Para 2 tazas de infusión se hace una almíbar en punto regular con 4 tazas de azúcar y 1/2 varita de vainilla, se deja enfriar, se mezcla con el alcohol despues de haberle sacado la fruta, se agrega 2 cucharaditas de caramelo y se filtra por papel. Para facilitar la filtración se pone entre el embudo y la botella, 2 palitos para que entrando aire pase el licor mas pronto.

De la misma manera se hace el licor de alpamato, pudiéndose sustituir en los dos, la fruta por la hoja.

Licor de cacao

Alcohol 75.o	1 litro
Cacao en polvo	70 gramos
Cochinilla en polvo	0.50 centigramos
Vainilla	1 varita
Coñac	1 vasito
Azúcar	1.100 gramos
Agua	0.900

Se pone en maceración en 1 litro de alcohol, cacao, cochinilla, vainilla y coñac, durante 12 días, teniendo cuidado de removerlo diariamente, despues de este tiempo se filtra por algodón en rama.

Aparte se hace un jarabe con azúcar y agua, teniendo cuidado de clarificar con una clara de huevo, tan pronto se quita la espuma, se retira del fuego, se mezcla con la infusión preparada, se hierve durante 2 minutos, una vez frio se filtra y embotella.

Licor de cacao

Alcohol	1 litro (4 tazas)
Cocoa en polvo	1 taza
Te en hojas	2 cucharadas
Vainilla	1 varita
Azúcar	8 tazas

Se pone en el alcohol la cocoa, el te y la vainilla, se mezcla con espátula de madera y se deja en maceración durante 8 días teniendo cuidado de mezclarlo cada 2 días.

Se hace una almíbar a punto regular con las 8 tazas de azúcar, se deja enfriar, se mezcla con la preparación anterior, se pasa por una servilleta y se pone a filtrar por papel de filtrar.

Licor de chocolate

Chocolate	2 panes
Azúcar	1 kilo
Alcohol	1 litro
Vainilla	1/2 varita

Se ralla el chocolate y se disuelve en agua fria. Aparte se hace almíbar a punto alto, se añade el chocolate y se hace hervir, se saca, una vez fria se mezcla con el alcohol, se deja en reposo 24 horas se cuela y se filtra.

Licor de guindas

Guindas	1 kilo
Alcohol	2 litros
Azúcar	

Se saca el carozo a las guindas con una horquilla y se ponen a macerar en el alcohol durante 15 días, despues se hace el licor como el de arrayan conservándose las guindas en un poco de alcohol para poner en las copitas cuando se lo sirve, 2 o 3 guindas.

Licor indio

Alcohol o aguardiente de uva	2 litros
Leche	1 1/2 taza
Azúcar cristalizada	3/4 kilo
Limones agrios	2
Almendras amargas	50
Clavos de olor	15
Macis	5 gramos
Azafran de castilla	2 hebras
Vainilla	1 varita

Se deshace el azúcar en la leche hervida, se añade alcohol, almendras amargas machacadas, limones cortados en rodajas, clavos, macis, azafrán y vainilla, se deja macerar durante 20 dias en un frasco de cristal tapado, de vez en cuando se remueve con cuchara de palo, despues de este tiempo se filtra y embotella.

Licor de leche

Leche cruda	2 litro
Alcohol	1 litro
Azúcar refinada	1 kilo
Limón agrio	2
Vainilla	2 varitas

Se pone a macerar durante 8 dias la leche, alcohol, azúcar, vainilla y limones cortados en rodajas, se remueve todos los dias con cuchara de madera despues de este tiempo se filtra y embotella.

Licor de naranjas

Naranjas grandes	8
Agua	1 litro
Alcohol	1 litro
Azúcar refinada en terrón	1 kilo

En un frasco de cristal de boca grande se pone agua, azúcar en terrón, alcohol y la corteza de 8 naranjas peladas muy finito, se tapa herméticamente y durante 8 dias se pone el frasco al sol, hasta que el azúcar se disuelve; entonces se filtra en algodón y se embotella.

Licor de naranjas mandarinas

Naranjas	8
Alcohol	1 litro
Agua	1 litro

Se pelan finamente las naranjas y se ponen en alcohol durante 8 dias, despues de este tiempo se hace un jarabe con agua y azúcar, tan pronto se quita la espuma se retira del fuego echando inmediatamente la infusión; hay que tener cuidado porque rebalsa, en seguida se filtra.

Exactamente igual se hace el licor de limas de ombligo.

Licor de membrillo

Membrillos grandes	6
Alcohol	2 litros
Azúcar	

Se rallan los membrillos con cáscara se ponen a macerar en el alcohol durante 15 dias y se termina como el licor de arrayan.

Granizada de jugo de frutas

En vasos largos se pone hielo rallado, y una pajita y se vierte encima jugo de frutas endulzado al gusto, hasta llenar el vaso, se sirve inmediatamente. Hay que tomar con la pajita.

Granizado de naranja

Se hace una almíbar con 4 tazas de azúcar y 3 de agua dejándola hervir durante 10 minutos.

Se parten 4 naranjas y con una cucharita de café se extraen las tajadas sin el pellejo quitando además las semillas, se vierte la almibar caliente sobre la naranja y despues de 2 horas se cuela por un cedazo. Se trabaja este jugo con la máquina de helados; cuando está ya congelado se añade la naranja, se vuelve a tapar la máquina, se da unas vueltas y despues de 10 minutos se sirve en copas.

Ponche a la romana

Azúcar	2 1/2 tazas
Vino blanco	1 vaso
Ron	1/2 vaso
Limones	3
Claras de huevo	3

Se pone en una cacerola el azúcar con 2 tazas de agua, se hace hervir durante 2 minutos, se deja enfriar, se agrega el vino, el jugo de los limones, el ron y se trabaja en la máquina de helados; cuando está casi duro se agregan las claras batidas con 1/2 taza de azúcar y se continúa trabajando hasta darle la consistencia que se quiera.

Vino de quina

Vino Málaga	1	litro
Corteza de quina	35	gramos

Se mezcla la corteza muy bien, se echa en el vino dentro de un bote de vidrio; se tapa y se deja macerar durante 10 dias, despues se filtra.

Vino de coca

Vino blanco	1	litro
Hojas de coca	240	gramos
Alcohol	65	»
Azúcar	65	»

Se hace una infusión de las hojas de coca echándoles mas o menos 1 taza de agua hirviendo, se tapa y cuando está fria se añade el alcohol y azúcar, se cuela, se agrega al vino y se filtra.

Helados a la vainilla

Se hacen hervir 4 tazas de leche con 1 taza de azúcar y 1/2 varita de vainilla durante 10 minutos.

Aparte se baten 4 o 6 yemas durante 2 minutos, se vierte poco a poco la leche caliente mezclando rápidamente y se vuelve a fuego lento mezclando durante 5 minutos, despues se cuela, se enfria y se trabaja en la máquina.

Estos helados se pueden servir con dulce de duraznos colocando en cada platito 1 durazno con almíbar y alrededor el helado resultando muy agradable la combinación de la crema con el ácido del dulce, tambien con arrope de tuna o bien con una crema de chocolate preparada de la manera siguiente: se deshacen en el fuego 4 tabletas de chocolate con 1 tacita de agua, se agrega 1 taza de leche, se cuela, se agrega 1/2 taza de almíbar y se vuelve al fuego mezclando durante un rato hasta que se espese; despues se hace enfriar en la heladera y se pone en cada platito, encima de la crema, 1 cucharada del chocolate.

Helados de crema caramelada

Se pone al fuego, en una cacerolita, 1 tacita de azúcar con 1 cucharada de agua; cuando se quema hasta tomar un color caoba, se vierte 1 taza de leche fria y se tiene al fuego hasta que se disuelve el caramelo.

Aparte se hace una crema como se explica para la crema a la vainilla con 3 tazas de leche, 2 tacitas de azúcar, vainilla y 4 yemas, se vierte la preparación anterior y se trabaja en la máquina cuando está fria.

Helados de crema de almendra

Se mide 1 taza de almendras peladas, se les quita el pellejo y se muelen en un mortero, se agrega 1 tacita de agua fria y se muele apretando fuertemente para extraer bien la leche de la almendra, se vuelve a moler el mosto y se cuela de nuevo; despues se hace hervir este líquido durante 5 minutos y se vierte en 4 tazas de leche hirviendo a la que se habrá agregado 1 taza de azúcar, se hace hervir de nuevo y se agrega 4 o 6 yemas de huevo como se explica para los helados a la vainilla.

Helados de crema rusa

Se pone al fuego 1/2 taza de azúcar con 1 cucharada de agua; cuando toma color rubio se agrega 1/2 taza de nueces quebradas, se mezcla y se vacia en un mármol untado con aceite y limpiado despues con un papel húmedo, una vez que ésta preparación está tibia se enrolla, se deja enfriar y se muele en el mortero.

Se hacen hervir 4 tazas de leche con 1 taza de azúcar y 1/2 varita de vainilla, se procede como para la crema a la vainilla, y cuando se vuelve al fuego se agrega la preparación anterior mezclando durante unos minutos hasta que se disuelve el caramelo, entonces se cuela y cuando está frio se trabaja en la máquina.

Esta crema tambien puede hacerse con avellanas en lugar de nueces.

Helados de crema portuguesa

Se hace una crema con 4 tazas de leche 1 de azúcar y 5 yemas; cuando se retira del fuego se agrega 1 clara batida a nieve, se deja enfriar y se añade 1 copita de oporto, 1/2 de marrasquino y 1/2 taza de guindas cortadas en pedacitos, se mezcla bien y en seguida se trabaja en la máquina.

Helados de chocolate

Se hace hervir 4 tazas de leche con 2 tabletas de chocolate y 1 taza de azúcar desarmando bien el chocolate con una cuchara, despues se cuela por una servilleta, se vierte un poco de esta leche caliente sobre 4 yemas lijeramente batidas, se une con el resto y se vuelve al fuego mezclando durante unos minutos para que se cueza el huevo, se pasa por un colador y cuando está frio se trabaja en la máquina.

Este helado se puede servir de la manera siguiente: se hace un bizcochuelo en un molde redondo, se le saca despues de cocido un círculo del centro y se pone en una fuente sobre una servilleta llenando el hueco con el helado.

Helados de dulce de leche

Se hacen hervir 6 tazas de leche con 1 1/2 taza de azúcar y vainilla o canela durante 1 hora, se retira, se deja enfriar y se trabaja en la máquina.

Helados de frutilla

Jugo de frutilla	1 taza
Azúcar	4 tazas

Se hace una almíbar en punto regular, se retira del fuego y se agrega el jugo de frutilla y la misma fruta exprimida, se pasa por un colador y cuando está frio se trabaja en la máquina.

Helados de banana

Se mezcla en 4 tazas de agua, 1 taza de azúcar el jugo de 1 naranja, el jugo de un limón y 12 bananas que se habrán picado menuditas despues de peladas (esto se hace rápidamente para evitar que las bananas se pongan negras). Se trabaja en la máquina de helados y se sirve en copas de champagne.

Helados de naranja

Se mezclan 2 tazas de jugo de naranja con 2 tazas de agua, 1 de azúcar, se cuela y se pone en la máquina.

Helados de durazno

Se pica muy fino, hasta deshacerlos, los duraznos de 1 lata de los conservados al natural, se mezcla con el mismo jugo añadiendo el agua necesaria y un poco de azúcar. Se trabaja en la máquina y se sirve en copas.

Helados de pelones

Se pone a remojar 1/2 kilo de pelones durante la noche, en la mañana se hacen hervir hasta que queden muy blandos, se sacan y se deshacen pasándolos despues por un tamíz de alambre, se mezcla este puré con el jugo colado en que hirvieron los pelones, se agrega azúcar y se trabaja en la máquina.

Néctar

Leche	8 tazas
Azúcar	3 tazas
Almendras peladas	1 taza
Yemas de huevo	6
Coñac	2 vasitos

Se muelen las almendras, (despues de haberles quitado el pellejo), hasta convertirlas en una pasta, se agrega 1 taza de agua fria y se cuela en una servilleta apretando con una cuchara para extraer toda la leche de la almendra, se vuelve a machacar el mosto agregando otro poco de agua y colando; se hace hervir esta leche de almendra durante 5 minutos.

Se pone al fuego la leche con el azúcar; cuando hierve se agrega la leche de almendra mezclando con cuchara de madera durante un rato, despues se vierte poco a poco esta preparación sobre las yemas batidas durante 10 minutos y sin dejar de mezclar. se vuelve al fuego durante unos minutos, despues se agrega el coñac, se bate con un molinillo hasta levantar mucha espuma y se sirve en tazas de te.

Esta es una bebida muy agradable para servir muy caliente en las frias noches de invierno.

APÉNDICE

INDICACIONES SOBRE LOS MENUS

MENUS DE ALMUERZO

Los menús de almuerzo se componen de platos que se sirven en el orden siguiente: *Fiambres—Sopas—Pescados—Aves—Un plato de carne de vaca, cordero o cerdo,* etc. Un plato de huevos o de verduras.

Algunas muestras de menús de almuerzo

Terrina de perdices en gelatina
Sopa crema de arroz
Pejerrey al gratin
Empanaditas de pollo
Bife Chateaubriand—Guarnición de verduras
Espuma de chocolate con vainillas
Café

Ensalada de arenques
Sopa de tomate
Sesos a la marinera
Pollo a la Villeroy
Lomo con nueces
Peras al chocolate
Café

Huevos rellenos, salsa picante
Sopa de zapallo
Croquetas de pescado
Pichones al tomate
Pastel en fuente
Budín del cielo
Café

En una comída se sirven los platos en el orden siguiente: *Sopas—Canapés—Pescado—Aves— Verduras—Plato de carne—Postres—Café.*

Algunas muestras de menús de comida

Sopa crema de espárragos
Canapés de anchoas
Coquillas de pescado
Pavo relleno
Budín de alcachofas
Pierna de cordero a la cocotte
Ambrosía
Café

Sopa crema florentina
Costradas a la mayonesa
Pescado revelación
Panqueques de pollo
Lechón asado—ensalada rusa
Souflée de arroz
Helados de crema con frutas en almíbar
Café

Sopa a la americana
Canapés Margarita
Albóndigas de pescado
Pastel de pollo
Costillas a la Villeroy
Alcachofas rellenas
Dulce de lima
Café

INDICE

CAPITULO 5.o

PESCADOS

CAPITULO 6.o

SALSAS

CAPITULO 7.o

AVES

CAPITULO 8.°

VACA Y TERNERA

CAPITULO 9.°

CERDO

CAPITULO 10.°

CORDERO

CAPITULO 11°

LIEBRE Y CONEJO

CAPITULO 12º

ALBÓNDIGAS Y CROQUETAS

CAPITULO 13º

BUDINES

CAPITULO 14º

LEGUMBRES Y HORTALIZAS

CAPITULO 15°

HUEVOS

CAPITULO 16°

PAPAS

CAPITULO 17°

GRANOS Y PASTAS

CAPITULO 18°

PASTELERIÁ

SEGUNDA PARTE

Indicaciones Generales

CAPITULO 1º

REPOSTERIA

CAPITULO 2º

POSTRES

CAPITULO 3.o

BUDINES

CAPITULO 4.o

DULCES

CAPITULO 5.o

TORTAS

BAÑO PARA TORTAS

CAPITULO 6.º

PASTAS Y FRUTAS SECAS

Caramelos

CAPITULO 7.o

BEBIDAS Y HELADOS

APÉNDICE

FIN

PAGES

371
371
372
372
372
373
373
373
373
373
374
374
374
374

OS

377
377
377
378
378
378
379
379
379
379
379
379
380
380
380
380
380
380
381
381
381
382
382
382
382
382
383
383
383
383
383
384
384
384
384
384
385
385
385
385
385
385
386
386
386
386

388

ESTE LIBRO SE ACABÓ DE IMPRIMIR
EN LA IMPRENTA **La Comercial**
DE ANIBAL L. MEDINA
EN TUCUMÁM A 25 DE
OCTUBRE DE
1920
Y ES DE
PROPIEDAD DE LA
CONGREGACIÒN HIJAS DE
MARÍA Y DE SANTA FILOMENA,
QUEDANDO HECHO EL DEPÒSITO
QUE MARCA LA LEY CORRESPONDIENTE.

Ingenio San José

Elaboración de Azúcares

— y —

Alcoholes

Escritorio: 25 de Mayo N.o 26

TELÉFONO 475

TUCUMAN

Opiniones sobre e KALISAY

Doctor Calandrelli Rivadavia 1168

Estómago e intestinos, Dispepsia Colitis, etc. - Buenos Aires, Septiembre 15 de 1915.

Certifico que en mi opinión, fundada en consideraciones científicas y en mi experiencia personal, el producto llamado KALISAY es una excelente preparación tónica muy recomendada para dispépticos, inapetentes y débiles en general.

Doctor Alejandro S Ferrer Córdoba, Agosto 10 de 1915

Aconsejo el usò del vino quinado KALISAY como tónico y aperitivo, por considerarlo una de las mejores preparaciones de su género.

Doctor A. Nores Córdoba, Septiembre 14 de 1915

Considero al vino KALISAY de gran aplicación en las enfermedades generales, graves o cuando es menester estimular los organismos debilitados.

Doctor E. M. Gandolfo

Enfermedades internas, nerviosas y mentales Bs. As. Diciembre 2 de 1915.

Certifico que el vino quinado KALISAY, por sus cualidades tónicas y digestivas por su sabor suave y agradable, por la bondad de sus componentes químicos, es un exceente coadyuvante del tratamiento mêdico en las personas débiles y enfermos convalecientes.

Doctor Fortunato Mariño Calle 25 de Mayo 259

Médico Tucumán Agosto, 5 de 1916.

Certifico que en mi opinión, el vino quinado KALISAY es un excelente tónico reconstituyente y de especial aplicación a los enfermos debilitados, numerosos en nuestro clima palúdico.

Doctor Juan B. Cuffia, Médico Rosario, Mitre 1246—31/9/915

Considero el KALISAY como una de las mejores preparaciones como aperitivo tónico reconstituyente, el cual receto a mis enfermos con óptimos resultados.

Doctor Julio Gonzalez Lelong Corrientes 461

De los Hospitales Santillán y Padilla Tucumán, Agosto 1 de 1916

El vino quinado KALISAY lo considero un excelente tónico digestivo y como tal lo receto a mis enfermos con óptimos resultados.

El KALISAY no es una vulgar bebida alcohólica, es una especialidad que no debe faltar en ningún hogar.

Se eucuentra en venta en todos los buenos almacenes, confiterías y almacenes por mayor

Lagorio, Esparrach y Cía.

24 Noviembre 480--Buenos Aires

LA MODELO

— DE —

FANJUL & CARRIZO

FÁBRICA DE SODA

Bebida sin Alcohol "DEFENSA"

Refrescos y Depósito de Licores

MARCO PAZ 943

Teléfono N.o 523--**TUCUMAN**

Una Buena Cocina Hace Mucha Economía

Durante estos últimos años se ha demostrado que la cocina más conveniente para las necesidades de una familia es la insuperable

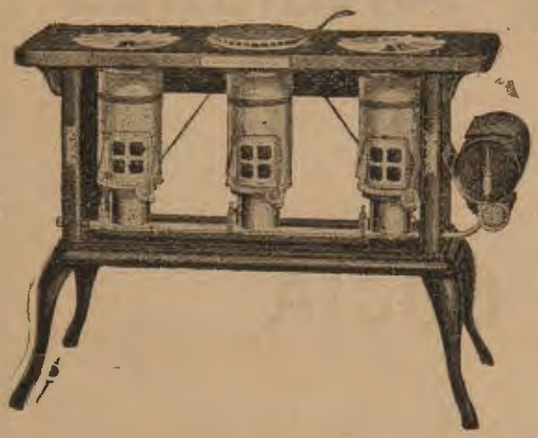
NEW PERFECTION

(COCINA A KEROSENE)

Cómoda, limpia, sencilla y económica. No despide humo ni olor. Cuece pronto y bien sin caldear la atmósfera. No produce ceniza. Es tan cómoda en invierno como en verano. No ensucia ni se inflama nunca.

COCINAS NEW PERFECTION A KEROSENE

SOLICITEN CATÁLOGO ILUSTADO A LA
WEST INDIA OIL COMPANY
AVENIDA DE MAYO, 1134-BUENOS AIRES
Y EN TUCUMAN:
Calle Jujuy 45



Ingenio "Santa Rosa"

DE

Rougés & Rougés

Azúcares y Alcoholes

Santa Rosa (F. C. N. O. A.)

Establecimiento Ganadero

"El Chilcal"

Venta de Hacienda

Escritorio: 9 DE JULIO 110 -- Tucuman

LA FORTUNA

Cigarrería, Agencia de Lotería y Cambio de Moneda

de ADRIAN ALVAREZ

LAS HERAS 681 - 686

TUCUMAN

Jornet Hermanos

Alcoholes

BUENOS AIRES
ASCUÉNAGA 880
U. T. 2833, Juncal
C. T. 705, Central

TUCUMAN
751 - Córdoba

A las familias

Recomendamos:

Aceite Bau Excelente condimento para preparar exquisitas Mayonesas, ricos manjares y agradables ensaladas

---

Vinos Tintos y Blancos nacional Calvet: De insuperable paladar; no deben faltar en ninguna mesa de buen gusto.

Oportos Compañía Inglesa Nº. 5 y 6 De reconocida calidad.

Anís de los 8 Hermanos: Super licor. No repite por más que se repita.

Champagne Pommery: Su nombre solamente, indica su reconocido crédito y valor.

Chocolate Royal Primera: De puro Cacao y Azúcar Extra Refinado.

Nota: Soliciten estas marcas, en todos los buenos almacenes.

Banco de la Nación Argentina

Tasa de intereses

EL BANCO COBRA AL AÑO

Por descuentos de pagarés de comercio y letras de pago íntegro hasta 180 días . . .	Convencional
Por descuentos de letras de amortización 20 % trimestral	7 % anual
Por descuentos de letras de amortización 20% trimestral.	8 % anual
Por Adelantos en Cuenta Corriente.	8 % anual

Abona

Por depósitos en Cuenta Corriente	Sin interés
Por depósitos en Caja de Ahorros, después de 60 días hasta $ 20.000 . . . . , ...	4% anual
Por depósitos a Plazo Fijo	Convencional

Descuenta Warrant y otros valores y vende giros sobre las principales ciudades y pueblos de Europa y América. Recibe en depósito alhajos, títulos, etc. cobrando comisión ínfima.

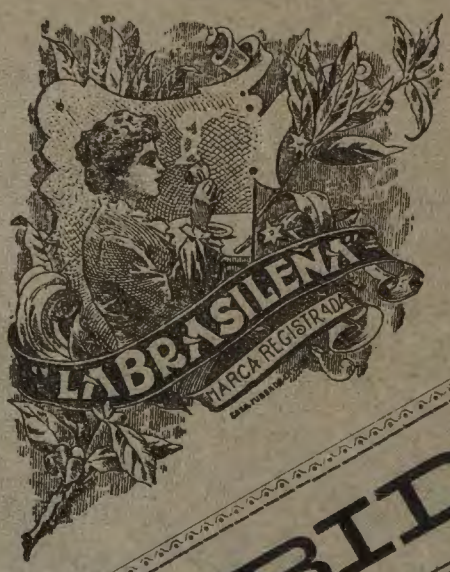
Ismael del Sel.

Gerente

Tucumán, Julio de 1918.


INDUSTRIA AZUCARERA ARGENTINA
TODOS SUS PRODUCTOS
CÉSAR B. TAGLIORETTI
TUCUMAN B.AIRES CÓRDOBA ROSARIO

La Brasileña



232 MAIPÚ
236

P. BIDONDO

CAFES, TES
Y
CHOCOLATES

Se atienden pedidos para cualquier punto de la República

Unicos concesionarios para Tucumán.

ALEJANDRO SELLA Y H^NO

C. ALVAREZ 551 Teléfono Nº 591

MEMENTO

Editado por la Congregación Hijas de María y de Santa Filomena.