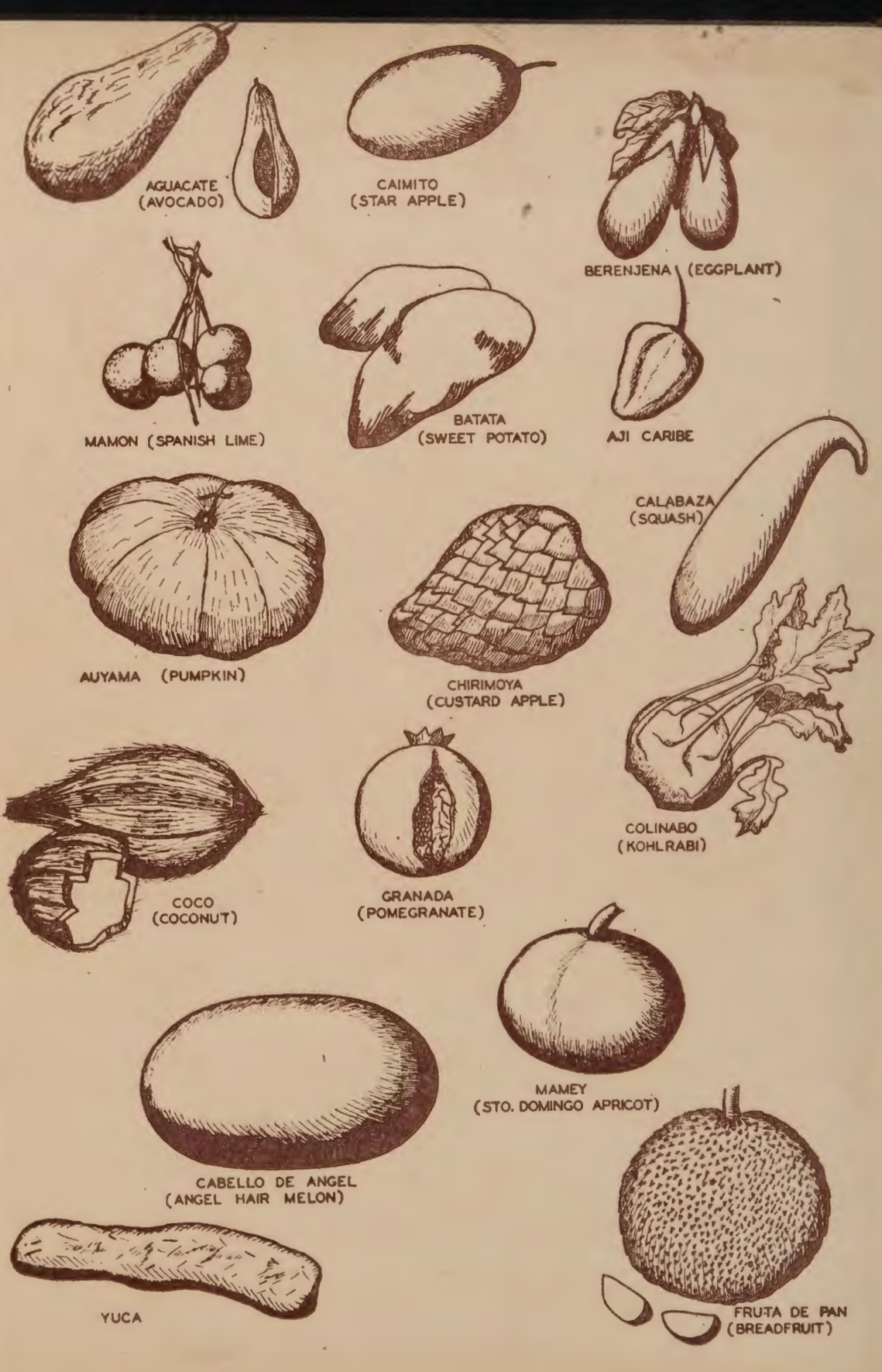
¡BUEN PROVECHO!

CARACAS COOKERY

BRITISH
WAR CHARITIES


MEREI (CASHEW)
NISPERO (SAPODILLA)
JOBO (YELLOW MOMBIN)
GUAYABA (GUAVA)
ÑAME (YAM)
ANON (SWEETSOP)
AJI DULCE (PIMENTON)
CHAYOTE (TAYOTE)
AJOPORRO (LEEK)
MEMBRILLO (QUINCE)
PARCHA (SWEET GRANADILLA)
GUANABANA (SOURSOP)
SALSIFI (OYSTER PLANT)
LECHOZA PAPAYA
MANGO (MANGO)
OCUMO
APIO
MAPUEY


AGUACATE (AVOCADO)
CAIMITO (STAR APPLE)
BERENJENA (EGGPLANT)
MAMON (SPANISH LIME)
BATATA (SWEET POTATO)
AJI CARIBE
CALABAZA (SQUASH)
AUYAMA (PUMPKIN)
CHIRIMOYA (CUSTARD APPLE)
COLINABO (KOHLRABI)
COCO (COCONUT)
GRANADA (POMEGRANATE)
MAMEY (STO. DOMINGO APRICOT)
CABELLO DE ANGEL (ANGEL HAIR MELON)
YUCA
FRUTA DE PAN (BREADFRUIT)

¡BUEN PROVECHO!

CARACAS COOKERY

To Milly
with love
Mary B. Wheeler

1944

PUBLISHED BY
BRITISH WAR CHARITIES

PRINTED BY TIPOGRAFIA VARGAS — EDITORIAL ELITE
CARACAS, VENEZUELA, 1943

FIRST EDITION — one thousand copies

Proceeds of sale to go two-thirds to British War Charities, one-third to Asociación norteamericana de Venezuela.

Address: British War Charities, c/o Consulado Británico, Caracas, Venezuela.

Price: Bs. 9 (approx. $2.75 or 13/6). Postage extra.

ACKNOWLEDGMENTS

To each of the many people who have assisted in the publication of this book the editors wish to convey their thanks, for without this assistance a difficult task might well have proven impossible.

For suggesting that a cookbook be compiled — Isabel Park.

For the idea of the end-papers — Ruth Bruns.

For the drawing of the end-papers — Sr. C. Coll Reyna.

For the drawing of the "hallacas" — Mr. A. de Coup-Crank.

For assembling the advertising — Vida Thornton, Barbara de Z. Maxwell, Margaret Huckin and Edith Hulsmeier; for assembling extra advertising and preparing advertisements for publication — Barbara de Z. Maxwell.

For recipes — those whose names appear in the text.
Some recipes are recommendations only. — the editors thank the originators whoever they may be; others have been so altered through practical application that they may be considered original; still others are "specialties" or old family recipes which, until now, have not been generally available.

For testing — Berta Caldwell, Margaret Chambers, Winifred M. Conway, Olive Cosh, Ruth Davenport, Catherine Davis, Conchita Demello, Sybil Fulcher, Anne L'Estrange, Elma Lundgren, Mary Z. O'Connor, Beatriz Ordóñez, Nena Pérez Canto (also translating), Eleanor Prince, Mercedes E. de Rodríguez, Pauline V. Swanson and Mary A. Vogt.

For typewriting — Nena Pérez Canto, Phyllis Evison, Elma Lundgren and Phyllis M. Rainbow.

For checking translations into Spanish — Rosario D. de Salvador, who has read all the contents of the book, and Mr. A. de Coup-Crank.

For checking facts concerning Venezuelan foodstuffs and their uses — Sofía B. Beun, Berta Caldwell, Edelmira M. de Ybarra, Mercedes E. de Rodríguez, Beatriz S. de Vaamonde Santana and Luis Deternoz of the "Estrella de España".

For checking English recipes — Dorathé de Coup-Crank.

For proof-reading — Edith Díaz and Mr. A. de Coup-Crank.

For information and suggestions and for lending Sr. Badillo to help in compiling the Fruit and Vegetable List — Dr. Henri Pittier, Servicio Botánico del Ministerio de Agricultura y Cría, Caracas; for suggestions in connection with this list — Sr. Leopoldo Baptista, Caracas and Mr. Wilson Popenoe, Escuela Agrícola Panamericana, Tegucigalpa, Honduras.

For compiling the fish list — Sr. Walter Dupuy, Director, Museo de Ciencias Naturales, Caracas.

For suggestions concerning fish — Mr. William H. Phelps, Jr. and Sr. Alberto Fernández Yépes.

For information on food disinfection — Dr. E. P. de Bellard, Caracas and the School of Tropical Medicine of the University of Puerto Rico, San Juan, P. R.

For materially reducing the cost of publication — our advertisers.

For technical advice on printing — Miss Ione Kidder, Biblioteca Nacional, Caracas, and Sr. Terrero Atienza, Honorary Librarian of the Instituto Cultural Venezolano-Británico, Caracas.

And last, but far from least, the editors acknowledge sincere thanks to our printer, Don Juan de Guruceaga and his staff, particularly Sres. Rafael Méndez and Lino Villalobos, without whose interest and cooperation this book could not have been printed so quickly or so well.

PREFACE

¡BUEN PROVECHO! is not "just another cookbook".

It is a valuable handbook of housekeeping in Caracas and other Spanish-speaking communities.

You will find in this book a wealth of carefully checked information on the buying, preparing and cooking of tropical foodstuffs· tables for converting grams and ounces to standard cup and spoon measurements; Fahrenheit-Centigrade tables of oven temperatures; and an unusually detailed index. You will have at hand more than 200 recipes, many of which are locally famous, and all of which have been thoroughly tested. Although the majority have been chosen for their suitability to everyday use, there are many for special occasions.

The book has been published to raise funds for war charities. It is printed in two languages to make it equally useful in Spanish- or English-speaking households and to give these households something else in common—recipes from both, to be enjoyed by both.

We can think of no better way to introduce
to you this book about food than to
wish you "good appetite" in
the Venezuelan manner —

¡BUEN PROVECHO!

COMPILATION

DOROTHY B. CREASE

ELSIE K. HERRERA

CATHERINE S. DE COUP-CRANK

DOROTHY A. KAMEN-KAYE

MARY B. WHEELER

TRANSLATION INTO SPANISH

CATHERINE S. DE COUP-CRANK

EDITORS

DOROTHY A. KAMEN-KAYE

CATHERINE S. DE COUP-CRANK

PAN

PAN AMERICANO

2 tazas leche caliente
1½ cucharadita sal
2 cucharadas azúcar
6 tazas de harina
2 cucharadas mantequilla o manteca
1 tableta levadura "Fleischman" desleída en ¼ taza de agua tibia

La sal, el azúcar y la mantequilla se agregan a la leche, y una vez tibia, se le añade la levadura. A este líquido se echan 3 tazas de la harina y se bate muy bien. Entonces se echa, poco a poco, el resto de la harina, reservando suficiente de ésta para empolvar la tabla donde se trabajará la masa. La masa se traslada a la tabla y una vez bien amasada con las manos, se pone en una olla engrasada, se tapa bien, se coloca en un sitio donde la temperatura cambia poco y no haya corrientes de aire, y se deja crecer hasta llegar al doble de su tamaño. Otra vez se traslada la masa a la tabla enharinada, se golpea para sacar el aire, y se forma en dos panes, los cuales se ponen en dos moldes engrasados. (No es preciso tocar mucho la masa durante esta operación, ya que el primer amasijo esté bien hecho). Se tapan los panes y se dejan crecer hasta llegar al doble de su tamaño. Se hornean a 425° F. (218° C.) durante diez minutos. Luego se baja la temperatura a 325° F. (163° C.) Se necesita desde 35 minutos hasta una hora para hornear los panes.

La corteza del pan resulta más tierna si se adobasen los panes antes de hornearlos con un poquito de leche o con mantequilla derretida. Si se desea se puede sustituir una taza de agua caliente por una de las tazas de leche.

Jean Dunkle.

PANECILLOS (MASA REFRIGERADA)

1 tableta levadura "Fleischman" ó 2 si hay apuro
½ taza agua tibia
1 taza leche, calentada y entibiada
½ taza azúcar
1 cucharadita sal
4 cucharadas Crisco
2 huevos, bien batidos
5 ó 6 tazas harina cernida

Ablándese el Crisco y añádanse el azúcar y la sal poco a poco, batiéndose bien. Agréguense los huevos, la leche y la levadura previamente desleída en el agua. Incorpórese la harina poco a poco. Trabájese con las manos solamente lo suficiente para mezclar bien la masa. Póngase en un tazón, tápese bien y colóquese en un sitio cálido. Déjese crecer hasta llegar al doble de su tamaño. Golpéese ligeramente para sacar el aire y póngase en la refrigeradora. Sáquese la masa de la refrigeradora 3 horas antes de necesitar los panecillos.

BREADS

BREAD

2 cups milk, scalded
1½ teaspoons salt
2 tablespoons sugar
6 cups flour
1 yeast cake dissolved in ¼ cup lukewarm water
2 tablespoons shortening (butter is best)

Add salt, sugar and shortening to scalded milk, and when lukewarm add yeast cake. Add three cups of the flour, beating well. Continue to beat until all the flour has been absorbed, then add the other three cups slowly, reserving enough to flour the board. Put the dough on a floured board and knead thoroughly. Put back in a buttered bowl or kettle which has a tight cover. Set aside in a place where the temperature is even and there are no draughts, and allow to rise until double in bulk. Remove from bowl onto floured board, punch down and shape into two loaves. At this time it should not require more handling than to get out air bubbles and shape into loaves - as all the kneading should have been done in the first operation. Put the loaves into bread pans and cover until the mass has doubled its bulk. Bake in an oven of 425° F. for ten minutes, then lower heat to about 325° F. The entire baking will take 45 minutes to one hour.

To make a more tender crust, spread milk on the tops of loaves after placing them in the pans, or brush the tops with a pastry brush dipped in melted butter. Also one cup of hot water may be substituted for one cup of the scalded milk, results being the same in either case.

Jean Dunkle.

ICE BOX ROLLS

1 cake yeast (2 if in a hurry)
½ cup lukewarm water
1 cup milk, scalded and cooled
½ cup sugar
1 teaspoon salt
4 tablespoons Crisco
2 eggs, well beaten
5 to 6 cups sifted flour

Cream Crisco, sugar and salt and add eggs, milk and yeast which has been dissolved in water. Beat flour into this gradually. Knead just enough to mix well. Place in bowl, cover tightly and set to rise in a warm place until double in bulk. Punch down and place in refrigerator. When removed for making into rolls, the dough will require about 3 hours to rise.

Variedades: Panecillos de trébol: Fórmense 3 peloticas de masa del tamaño de un dedal. Colóquense éstas muy juntas dentro de un molde de molletes y déjense crecer hasta llegar al doble de su tamaño. Cuézanse en un horno a 425° F. (218° C.)

Panecillos "Parker House": Extiéndase la masa en una tabla hasta que tenga un espesor de ½ pulgada (1¼ cm.) y córtese en redondeles. Dóblese cada redondel en dos, dejando que la parte superior se extienda un poco sobre la inferior. Déjese crecer hasta llegar al doble de su tamaño y cuézase en un horno de 425° F. (218° C.)

Panecillos con canela: Hágase una pasta en proporciones de 1 cucharada de mantequilla, 4 cucharadas de azúcar y 2 cucharaditas de canela en polvo. Extiéndase la masa hasta que tenga un espesor de ⅛ pulgada (3 m. m.) y en forma larga y angosta. Adóbese con la pasta, empólvese con pasas y enróllese, empezando por una de las orillas largas, para que resulte un rollo largo y delgado. Córtese en rebanadas de 1 pulgada (2½ cm.) y colóquese en un molde para crecer. Cuando llega al doble de su tamaño, cuézase en un horno caliente de 425° F. (218° C.)

Mary B. Wheeler.

PAN CON AJOS

1 taza mantequilla — **1 pan francés**
1 diente de ajo, picado fino y machacado

Se suaviza la mantequilla y se le añade el ajo. Se mezcla bien. El pan se pica en trozos dejando la corteza de abajo sin cortar para que el pan permanezca entero. Luego se untan los trozos con la mezcla de mantequilla con ajos y se coloca en un horno bien caliente. Cuando el pan esté todo caliente se sirve. Este plato se combina muy bien con una ensalada cruda.

Jean Dunkle.

PANECILLOS FILADELFIA CON CANELA

1 taza leche
½ taza agua
2 tabletas levadura "Fleischman"
1 cucharadita sal
5 tazas harina (aprox.)
½ taza mantequilla
½ taza azúcar
2 huevos

Relleno

2 cucharadas mantequilla
½ taza azúcar
1 taza pasas Corintos
1 taza pasas
4 cucharaditas canela en polvo

Ablándese la levadura en un poquito de agua fría y añádase a la leche y el agua previamente calentados juntos. Agréguense 4 tazas de harina y la sal, y amásese bien con las manos. Tápese y déjese crecer hasta llegar al doble de su tamaño. Trabájese la masa añadiéndole la mantequilla, el azúcar, los huevos y harina en cantidad suficiente (aprox. 1 taza) para poderla manipular. Trasládese a una tabla enharinada y extiéndase hasta que tenga un espesor de menos de ½ pulgada (1¼ cm.), teniendo cuidado que las orillas queden rectas. Espárzanse los ingredientes del relleno encima de la masa. Con ambas manos enharinadas, enróllese la masa sin estorbar las frutas. Usese una espátula para desprender las orillas y apriétese bien el rollo. Con un cuchillo bien afilado, córtese la masa enrollada en rebanadas de 1 pulgada (2½ cm.). Colóquense en moldes, tápense y pónganse en un sitio cálido. Déjense crecer hasta llegar al doble de su tamaño y hornéense a 350° F. (176° C.) durante 20 minutos, aproximadamente. Déjense enfriar antes de sacarse de los moldes.

Anna Gibson.

Variations. Clover Leaf Rolls: Make three balls of dough the size of a thimble. Place these, pressed closely together, in muffin tins. Let rise until double in bulk and bake in a 425° F. oven.

Parker House Rolls: Roll dough to ½ in., thick, and cut in circles. Double over, having top extend a bit over bottom. Let rise until double in bulk and bake in a 425° F. oven.

Cinnamon Rolls: Roll dough very thin, about ⅛ in., long and narrow. Spread with a paste of 1 tablespoon butter, 4 tablespoons sugar, 2 teaspoons cinnamon, sprinkle with raisins or currants and roll, beginning with one long side so that a long, thin roll results. Cut in 1-inch slices and set in pan to rise until double in bulk. Bake in a 425° F. oven.

Mary B. Wheeler.

GARLIC BREAD

1 cup butter — **1 loaf French bread**
1 clove garlic, chopped fine and mashed

Cream the butter and add the garlic. Blend well. Cut the bread into slices, but do not cut slices through to bottom, thus allowing the loaf to remain whole. Carefully spread each slice with butter and garlic mixture and put in a hot oven until thoroughly heated. Serve piping hot. This is particularly good with a green salad.

Jean Dunkle.

PHILADELPHIA CINNAMON BUNS

1 cup milk
½ cup water
2 yeast cakes
1 teaspoon salt
5 cups flour (approx.)
½ cup butter
½ cup sugar
2 eggs

Filling

2 tablespoons butter
½ cup sugar
1 cup currants
1 cup raisins
4 teaspoons cinnamon

Soften yeast in a little cold water and add to milk and water which have been warmed together. Add 4 cups of flour and the salt, and knead thoroughly. Cover and let rise until double in bulk. Work into dough the butter, sugar and eggs, and enough additional flour (about 1 cup) so that it can be handled. Take out on a well-floured board and roll into a thin sheet, less than ½ inch thick, keeping edges straight. Spread ingredients for filling over the surface. Flour both hands and roll dough, being careful not to disturb fruit. Use spatula to loosen edges and roll tightly. Using a sharp knife, cut roll into 1-inch slices. Place in pans, cover and put in warm place. Let rise until double in bulk and bake in a 350°F. oven about 20 minutes. Let stand in pans until cool.

Anna Gibson.

ROSCONES (CON LEVADURA)

½ tableta levadura "Fleischman"
1 taza agua tibia
2 tazas harina cernida
1 cucharada Crisco
3 cucharadas azúcar
1 huevo, bien batido
¼ cucharadita sal
una migajita nuez moscada
1 cucharada mantequilla derretida

Mézclese la levadura, previamente desleída en el agua, con la harina y entonces añádanse los demás ingredientes. Déjese crecer la masa hasta llegar al doble de su tamaño. Añádase suficiente harina para hacer una pasta suave y déjese crecer hasta llegar al doble de su tamaño. Amásese bien con las manos y extiéndase bien la masa. Fórmese en redondeles o córtese con un cortapasta. Déjese crecer por tercera vez y fríase en manteca abundante. Empólvese con azúcar. Se obtienen 24 roscones.

Betty Felts.

ROSCONES (CON POLVO "ROYAL")

3 cucharadas mantequilla
2/3 taza azúcar
3 tazas harina
1 huevo, bien batido
¾ cucharadita sal
1 cucharadita nuez moscada
4 cucharaditas polvo "Royal"
2/3 taza leche

Ablándese la mantequilla; agréguese el azúcar poco a poco primera mezcla y la leche poco a poco; échese el resto de la harina. Extiéndase la masa en una tabla enharinada a un espesor de ⅜ a ½ pulgada (1 cm. a 1½ cm.). Córtese en redondeles con un cortador de roscones. Fríanse en abundante manteca a 365° F. (185° C.) hasta 375° F. (190° C.) hasta que se doren ligeramente, volteándolos una vez. Séquense los roscones sobre papel absorbente y empólvense con azúcar. Se obtienen 24 roscones.

Para los roscones de canela, agréguese 1 cucharada de canela en polvo para cada taza de azúcar y sacúdanse los roscones en esta mezcla hasta que estén completamente empolvados.

Si no dispone de un cortador de roscones, córtelos con una lata vacía perforándole un agujerito en la parte inferior; córtese el redondel del centro del roscón con un dedal.

Betty Hoberg.

PAN DE DATILES CON NUECES

¼ kilo dátiles
1 cucharadita bicarbonato
¾ taza agua hirviendo
½ cucharadita vainilla
1½ taza harina cernida
1 cucharadita polvo "Royal"
1 cucharada mantequilla
½ taza nueces picadas
½ taza azúcar
2 huevos, bien batidos
un pellizco de sal

Se pican los dátiles, se empolvan con el bicarbonato, se les echa el agua y se dejan enfriar. Una vez tibios se les echa la vainilla. En otro envase se suaviza la mantequilla, se le echa el azúcar poco a poco, y los huevos. La harina se cierne con el polvo "Royal" y esto se agrega alternativamente con los dátiles a la y el huevo, batiéndose bien. Ciérnanse juntos la harina, la nuez moscada, la sal y el polvo "Royal"; agréguese un poco de esto a la mezcla de mantequilla y azúcar. Por último se agregan las nueces y la sal. Se hornea en un molde alargado a 325° F. (163° C.) aproximadamente 40 minutos.

Elizabeth Sykes.

YEAST DOUGHNUTS

½ cake yeast
1 cup lukewarm water
2 cups sifted flour
1 tablespoon Crisco
3 tablespoons sugar
1 egg, well beaten
¼ teaspoon salt
dash of nutmeg
1 tablespoon melted butter

Mix water, in which yeast has been dissolved, with flour; then add the other ingredients. Let rise until double in bulk. Add sufficient flour to make a soft dough and put to rise again. When double in bulk, knead and roll out. Shape into rounds, or cut with a biscuit cutter and let rise a third time. Fry in deep fat and roll in powdered sugar. Makes 24.

Betty Felts.

BAKING POWDER DOUGHNUTS

3 tablespoons butter
2/3 cup sugar
1 egg, well beaten
3 cups flour
¾ teaspoon salt
4 teaspoons baking powder
1 teaspoon nutmeg
2/3 cup milk

Cream butter, sugar and egg. Sift flour, nutmeg, salt and baking powder. Add part of this to the first mixture. Add the milk slowly. then the remainder of the dry ingredients. Roll on a lightly floured surface ⅜ in. to ½ in. thick. Cut with floured doughnut cutter. Fry in deep fat 365° F. to 375° F. until brown, turning once. Drain on absorbent paper and roll in prowdered sugar. Makes 24 2½ in. doughnuts.

For cinnamon doughnuts add 1 tablespoon of cinnamon per cup of powdered sugar used and shake freshly fried doughnuts in this mixture in a paper bag until they are thoroughly coated.

If a doughnut cutter is not available, use an empty tin can in the bottom of which a tiny hole has been punched. A thimble is handy for cutting out the center of the doughnut.

Betty Hoberg.

DATE NUT BREAD

½ pound dates
1 teaspoon baking soda
¾ cup boiling water
½ teaspoon vanilla
1½ cups sifted flour
1 teaspoon baking powder
1 tablespoon butter
½ cup chopped walnuts
½ cup sugar
2 eggs (well beaten)
pinch of salt

Cut dates and sprinkle with soda, then pour boiling water over them and let stand until cool and add vanilla. Cream butter and sugar, add eggs, then mix in flour and baking powder alternately with date mixture. Add walnuts and salt. Bake in a 325° F. oven about 40 minutes.

Elizabeth Sykes.

PAN DE BOSTON

1 taza cereal "All-Bran" (afrecho)
½ taza azúcar
1 cucharada melaza
1 taza harina
¼ cucharadita sal
1 taza leche cortada
1 cucharadita bicarbonato
½ taza pasas

Unanse los primeros 3 ingredientes. Ciérnanse juntos la harina y la sal. Mézclese el bicarbonato con la leche y añádase esto alternativamente con la harina a la mezcla que contiene el afrecho. Incorpórense las pasas. Llénense dos latas aprox. 8 pulgadas de altura (20 cm.) por 4 pulgadas de diámetro (10 cm.), hasta 2/3 de su capacidad, tápense bien y cuézanse al vapor durante 3 horas. Se obtienen dos panes.

Maude Allen Bonazzi.

PAN DE CAMBUR CON NUECES

¼ taza manteca o mantequilla
½ taza azúcar
1 huevo, bien batido
1 taza afrecho
1½ taza harina
2 cucharaditas polvo "Royal"
2 cucharadas agua
½ cucharadita sal
½ cucharadita bicarbonato
½ taza nueces
1½ taza cambures machacados
1 cucharadita vainilla

Ablándese la manteca, añádase el azúcar poco a poco, batiéndose bien. Agréguense el huevo, el afrecho y el agua. Ciérnanse juntos la harina, el polvo "Royal", la sal y el bicarbonato y mézclese esto con las nueces. Incorpórense la harina y los cambures alternativamente a la primera mezcla. Añádase la vainilla. Viértase la masa en un molde alargado, bien engrasado. Déjese reposar durante media hora. Cuézase en un horno lento de 325° F. (163° C.) durante una hora. Déjese enfriar antes de cortar.

Vi Grindlay.

PAN DE MIEL CON ANIS

1 taza azúcar
¾ taza miel de abejas
2½ cucharaditas bicarbonato
2 cucharaditas canela en polvo
¼ cucharadita sal
3 cucharadas ron
1¼ taza agua hirviendo
4 tazas harina, medidas antes de cernir
2 cucharadas colmadas semillas de anís ó 2 cucharaditas extracto de anís de McCormick

Se unta copiosamente con mantequilla un molde alargado que pueda contener 6 tazas de líquido. Se forra el fondo con papel encerado, el cual se unta también. Se disuelven la miel, el azúcar y la sal en el agua. Se echan el ròn y las semillas. Se ciernen juntos la harina, la canela y el bicarbonato. Se añade a estos la mezcla líquida,—media taza a la vez para evitar que se empelote. Si hay algunas que otras pelotas, no importa. Se vierte en un molde y se coloca en un horno caliente de 450° F. a 475° F. (260° C. a 274° C.). Después de 10 minutos se reduce la temperatura hasta 350° F. (176° C.) y se hornea una hora, más o menos. Cuando ya está, queda firme al tocarse y se desprende del molde. Se saca del molde en seguida, se le quita el papel, se deja enfriar en una parrilla. Se envuelve en papel encerado y se guarda en una caja

BOSTON BROWN BREAD

1 cup All-Bran cereal
½ cup sugar
1 tablespoon molasses
1 cup flour
¼ teaspoon salt
1 cup sour milk
1 teaspoon soda
½ cup raisins

Make a mixture of the first three ingredients. Sift flour and salt together. Mix soda with the milk and add this alternately with the flour to the bran mixture. Stir in the raisins. Fill well buttered tins (approx. 8 inches high by 4 inches in diameter) 2/3 full, cover tightly and steam 3 hours. Makes 2 loaves.

Maude Allen Bonazzi.

BANANA BRAN NUT BREAD

½ cup sugar
¼ cup shortening
1 egg, well beaten
1 cup bran
1½ cups flour
2 teaspoons baking powder
2 tablespoons water
½ teaspoon salt
½ teaspoon soda
½ cup nuts
1½ cups mashed banana
1 teaspoon vanilla

Cream shortening and sugar. Add egg, bran and water. Sift flour with baking powder, salt and soda. Mix nuts with flour and add alternately with mashed bananas to the first mixture. Stir in vanilla. Pour into a greased loaf tin and let stand 30 minutes. Bake one hour in a 325° F. oven. Let cool before cutting.

Vi Grindlay.

HONEY - ANISE BREAD

4 cups flour, measured before sifting
2 heaping tablespoons aniseed or 2 teaspoons anise flavoring
1 cup sugar
¾ cup honey
2½ teaspoons soda
2 teaspoons cinnamon
¼ teaspoon salt
3 tablespoons rum
1¼ cups boiling water

First butter copiously a bread tin that holds at least 6 cups of liquid. Line the bottom with waxed paper and butter over it; this bread is prone to stick. Dissolve honey, sugar and salt in boiling water. Stir in the aniseed and rum. Sift flour, cinnamon and soda together. Add the liquid mixture to this about a half cup at a time, to prevent lumping. If there are few lumps, however, no harm is done. Pour into tin and place in hot oven (450° F. to 475° F.) After 10 minutes reduce heat to moderate (350° F.) and bake about an hour longer. When done it will be firm to the touch and will shrink from the sides of the pan. Remove at once and cool thoroughly on a rack. Then wrap in waxed paper and keep in a venti-

ventilada. Se puede guardar perfectamente bien durante una semana. Se sirve en rebanadas finísimas, esparcidas con mantequilla sin sal.

June Platt.

PAN DE NARANJA

3 tazas harina
3 cucharaditas polvo "Royal"
1 cucharadita sal
1 taza leche
1 huevo, bien batido
½ taza mermelada de naranja
1 cucharada cáscara rallada de naranja
¼ taza azúcar
½ taza nueces picadas

Ciérnanse juntos 3 veces la harina, el polvo "Royal" y la sal. Mézclense la mermelada, la cáscara y el azúcar y añádanse a la harina. Agréguense el huevo y la leche poco a poco. Por último échense las nueces previamente empolvadas con harina. Viértase esta masa en un molde alargado, bien engrasado. Déjese reposar por unos 10 minutos. Cuézase en un horno moderado a 350° F. (176° C.) durante 55 minutos.

Inez Davis.

PANECITOS DE POLVO "ROYAL"

2 tazas harina cernida
4 cucharaditas polvo "Royal"
½ cucharadita sal
¾ taza leche (más o menos)
4 cucharadas mantequilla, manteca o Crisco

Ciérnanse juntos la harina, el polvo "Royal", y la sal. Añádase la mantequilla e incorpórese con un tenedor, "cortando" de prisa y suavemente. Agréguese suficiente leche para hacer una masa blanda pero no pegajosa. Póngase en una tabla enharinada y extiéndase, dejando la masa de ½ pulgada (1¼ cm.) de espesor. Córtese con un cortapasta. Colóquese en un molde llano, engrasado. Cuézase en un horno muy caliente de 475° F. (274° C.) durante unos 12 a 15 minutos. Se obtienen 15 panecitos de a 2 pulgadas (5 cm.).

Variedades para el té: (1) Panecitos de queso, añádase ½ taza de queso rallado a los ingredientes secos. (2) Panecitos de naranja, añádanse 1 cucharada azúcar y cáscara rallada de una naranja a la mezcla. Extiéndase hasta que tenga ¼ pulgada (¾ cm.) de espesor, córtese en cuadrados de 2 pulgadas (5 cm.), rocíese con jugo de naranja y azúcar. (3) Panecitos de limón, córtese en redondeles, úntense éstos con mantequilla derretida; rocíense con una mezcla de ½ taza azúcar, 2 cucharaditas ralladura de limón y 2 cucharaditas jugo de limón; hágase en el centro una hendidura con el contrafilo de un cuchillo y dóblese una parte sobre otra, formando una solapa. (4) Panecitos de nuez, añádase ½ taza de nueces, o de pecanas picadas, a los ingredientes secos.

TORTILLITAS DE HARINA

2 cucharadas colmadas polvo "Royal"
1 cucharadita sal
4 cucharadas azúcar
2½ tazas leche
2 huevos
2 cucharadas mantequilla derretida
3 tazas de harina, medidas antes de cernir

Ciérnanse juntos los ingredientes secos. Bátanse los huevos, añádanse la leche y la mantequilla y agréguese esto a la primera mezcla. Bátase bien. Caliéntese un budare o una sartén hasta tal grado que, al echarle una gota de agua, ésta salte antes de evaporarse. Frótese el recipiente ligeramente con un pedazo de papel engrasado. Nunca se echa la grasa en el recipiente. Echense en

lated box. It keeps well about a week. To serve slice very, very thin and spread with sweet butter.

June Platt.

ORANGE BREAD

3 cups flour
3 teaspoons baking powder
1 teaspoon salt
1 cup milk
1 tablespoon grated orange rind
¼ cup sugar
½ cup broken walnut meats
1 egg, well beaten
½ cup orange marmalade

Sift flour, baking powder and salt together three times. Mix marmalade, orange rind and sugar and add to flour mixture. Stir in egg, then add milk gradually. Lastly flour the walnuts lightly and add them to mixture. Place in a well-buttered pan, let set 10 minutes, then bake in a moderate oven (350° F.) for 55 minutes.

Inez Davis.

BAKING POWDER BISCUITS

2 cups sifted flour
4 teaspoons baking powder
½ teaspoon salt
¾ cup milk (more or less)
4 tablespoons butter, lard or Crisco

Sift flour, baking powder and salt together. Add butter and cut in with a fork. Work quickly and lightly. Add milk to make a soft but not sticky dough. Place on a floured board, roll to half inch thickness. Cut with biscuit cutter. Place on greased baking sheet. Cook in a hot oven (475° F.) for 12 to 15 minutes. Yield, 15 2-inch biscuits.

Variations, suitable for teatime: (1) Cheese biscuits —add ½ cup grated cheese to dry ingredients. (2) Orange biscuits— add 1 tablespoon sugar, grated rind one orange, to mixture. Roll to ¼ inch thick, cut in 2 inch squares, brush with juice of one orange, sprinkle with sugar. (3) Lemon biscuits — roll to ¼ inch thick, spread buttered circles of dough with ½ cup sugar mixed with 2 teaspoons finely grated lemon rind and 2 teaspoons lemon juice. Fold over like pocketbook rolls. (4) Nut biscuits — add ½ cup chopped walnuts or pecans to dry ingredients.

FLUFFY GRIDDLE CAKES

1 teaspoon salt
4 tablespoons sugar
2½ cups milk
2 eggs
2 tablespoons melted butter
3 cups flour (measuured before sifting)
2 heaping tablespons baking powder

Sift dry ingredients together. Beat eggs, add milk and butter and add to dry ingredients. Beat hard. Heat griddle to the point where a drop of water will jump before evaporating. Wipe with

el recipiente 2 cucharadas de la masa para cada tortillita y dórese por ambos lados, dándole vuelta una sola vez. Sírvanse las tortillitas inmediatamente con mantequilla y melado (por ejemplo "Log Cabin"). Se obtienen 20 tortillitas.

Edrie González Rincones.

BARQUILLOS

2 tazas harina
1½ taza leche
½ cucharadita sal
3 cucharaditas polvo "Royal"
4 cucharadas mantequilla derretida
3 huevos

Ciérnanse juntos los ingredientes secos. Añádanse las yemas batidas, la leche y la mantequilla. Bátase bien. Incorpórense las claras batidas a punto de nieve. Pónganse 3 ó 4 cucharadas de la masa en una parrilla de horma de barquillos muy caliente hasta que se doren, (aprox. 3 minutos). Sírvanse calientes con mantequilla y miel o melado. Se obtienen 5 barquillos.

Para los barquillos de jamón agréguese ½ taza de jamón picado a la mezcla.
Los barquillos de chocolate son buenos como postre. Añádase a la mezcla 2 ó 4 cucharadas de chocolate rallado.

En vez de melado, se puede usar salsa de manzana mezclada con un poquito de canela en polvo.

Vi Grindlay.

MOLLETES SENCILLOS

2 tazas harina
3 cucharaditas polvo "Royal"
½ cucharadita sal
4 cucharadas azúcar
1 taza leche
4 cucharadas mantequilla derretida
1 huevo, bien batido

Hágase una combinación de los ingredientes secos y otra de los líquidos. Unanse las dos mezclas lo más rápido posible, meneando solamente lo suficiente para mojar la harina. Déjese caer la masa por cucharadas dentro de los moldes de molletes y hornéese durante 25 minutos a 400° F. (204° C.). Se obtienen 12 molletes.

Molletes hechos de **leche cortada** resultan más tiernos. Para éstos suprímase de la receta una cucharadita del polvo "Royal" y añádase ½ cucharadita de bicarbonato.

Para una **concha deliciosa** de molletes, mézclense ½ taza de azúcar, ½ cucharadita de jengibre en polvo y 2 cucharadas de mantequilla derretida, y adóbense los molletes con esta mezcla antes de hornearlos.

Para **molletes de salsa de manzana y tocineta**, póngase en el molde una cucharada de masa, tápese esto con una cucharada de salsa de manzana y póngase encima otra cucharada de masa. Por último, échese encima tocineta cruda, previamente picada muy fina.

Vi Grindlay.

greasy paper. Pour in 2 tablespoons of batter for each cake and bake to a golden brown, turning once. Serve with butter and syrup. Makes 20 griddle cakes.

Edrie González Rincones.

WAFFLES

2 cups flour
1½ cups milk
½ teaspoon salt
3 teaspoons baking powder
4 tablespoons melted butter
3 eggs, beaten separately

Sift dry ingredients into a mixing bowl. Add yolks, milk and butter. Fold in egg whites. Bake on a hot waffle iron about 3 minutes. If only part of this batter is used, the remainder may be left in the refrigerator. Makes 5 waffles.

For ham waffles add ½ cup minced ham to recipe.

Chocolate waffles are good for dessert. Add one or two squares of melted chocolate to recipe.

For a change from syrup, try apple sauce flavored with cinnamon.

Vi Grindlay.

PLAIN MUFFINS

2 cups flour
3 teaspoons baking powder
½ teaspoon salt
4 tablespoons melted butter
1 egg, well beaten
1 cup milk
4 tablespoons sugar

Combine dry ingredients. Combine liquid ingredients and add to dry mixture as quickly as possible, mixing only enough to dampen flour. Drop by spoonfuls into buttered muffin pans and bake 25 minutes in 400° F. oven. Makes 12 muffins.

Muffins made with **sour milk** have an extra tenderness. Reduce baking powder to 1 teaspoonful and add ½ teaspoonful of baking soda.

Muffin Crust: Mix ½ cup sugar, ½ teaspoon ginger, 2 tablespoons melted butter. Spread on top of muffin batter just before putting in oven. Crumbly and delicious.

Apple and Bacon Muffins: Place a spoonful of batter in muffin pan and cover with 1 tablespoon apple sauce. Cover with another spoonful of batter. Sprinkle top with finely chopped uncooked bacon.

Vi Grindlay.

MOLLETES INGLESES

1 taza leche
1 cucharadita sal
1 cucharada azúcar
2 tazas harina
1 tableta levadura "Fleischman"
¼ taza agua tibia
1 cucharada Crisco

Caliéntense juntos la leche, el azúcar, la sal y el Crisco. Mójese la levadura en el agua y añádasela a la primera mezcla cuando ésta esté tibia. Agréguese la harina. Bátase bien y déjese crecer durante 1½ hora. Añádase suficiente harina para hacer una buena mezcla. Golpéese la masa hasta que tenga un espesor de ½ pulgada (1¼ cm.) usando la cuarta parte de la masa a la vez. Córtese con un vaso pequeño. Colóquense los molletes en una tabla enharinada y déjense crecer durante 1 hora. Cuézanse en un budare o en una sartén muy ligeramente engrasada. Sírvanse inmediatamente con mantequilla.

Anna Gibson.

PAN DE FUNCHE

2 tazas funche
2 tazas leche fresca
4 cucharaditas polvo "Royal"
2 huevos, bien batidos
3 cucharadas mantequilla o Crisco, derretida
1 cucharadita azúcar
2 cucharaditas sal

Unanse los ingredientes secos. Combínense los huevos, la mantequilla y la leche, y agréguense a la primera mezcla. Bátase bien. Viértase la masa en un molde chato, bien engrasado y caliente, y hornéese durante 30 minutos a 425° F. (218° C.)

La grasa de tocineta, usada en vez de mantequilla o de Crisco, da al pan un sabor más determinado. En este caso, es preciso reducir la sal a 1¼ cucharadita.

Es posible usar un solo huevo en la receta pero el pan tendrá un tejido menos delicado.

Vertiéndose la masa en moldes de molletes se obtienen 12 molletes grandes.

"SOUFFLE" DE FUNCHE

1 taza funche
3 tazas leche caliente
1 cucharadita azúcar
2 cucharaditas sal
3 huevos
1 cucharadita mantequilla derretida

Escáldese el funche, añadiéndole la leche poco a poco para no formar grumos. Póngase al fuego durante 4 ó 5 minutos, meneando constantemente. Déjese enfriar la mezcla hasta estar tibia y añádanse la mantequilla, el azúcar, la sal y las yemas de huevo. Mézclese bien y agréguense las claras batidas a punto de nieve, con movimientos de abajo hacia arriba. Esto último se debe hacer rápidamente.

Viértase la masa en un molde refractario, previamente bien enmantequillado y calentado al horno. (Se calienta el molde para conseguir una buena corteza por la parte inferior). Hornéese a 350° F. (176° C.) durante 45 minutos. Sírvase inmediatamente en el mismo molde, con cuchara y con abundante mantequilla. 6 cubiertos.

Dorothy Kamen-Kaye.

ENGLISH MUFFINS

1 cup milk
1 teaspoon salt
1 tablespoon sugar
2 cups flour
1 cake yeast
¼ cup lukewarm water
1 tablespoon Crisco

Heat milk with sugar, salt and Crisco. Soak yeast in water and combine when milk is lukewarm. Beat in flour and let rise 1½ hours. Add enough flour to mix well. Pat to ½-inch thickness, using ¼ of the dough at a time. Cut out with a small glass. Leave on a floured board and let rise for 1 hour. Cook in a lightly greased frying pan or on a griddle and serve at once with butter.

Anna Gibson.

ALL-CORNMEAL CORNBREAD

2 cups cornmeal (funche)
2 cups milk
4 teaspoons baking powder
1 teaspoon sugar
2 teaspoons salt
2 eggs, well beaten
3 tablespoons butter or Crisco, melted

Mix dry ingredients. Mix eggs, butter and milk and add to dry mixture. Beat well. Pour into a very well greased and heated shallow pan and bake in a 425° F. oven for 30 minutes.

Bacon drippings can be used instead of butter or Crisco and give a more decided flavor. Reduce the salt to 1¼ teaspoonful. One egg only may be used, but bread will not be quite so delicate in texture. This recipe also makes 12 large, crusty muffins.

SOUFFLE SPOONBREAD

1 cup cornmeal (funche)
3 cups hot milk
1 teaspoon melted butter
1 teaspoon sugar
2 teaspoons salt
3 eggs, separated

Scald the cornmeal by adding the milk to it (little by little to prevent lumping). Place over heat for 4 or 5 minutes, stirring constantly. Cool to lukewarm; add butter, sugar salt and yolks of eggs. Mix thoroughly, then add the egg whites, beaten stiff. Fold them in well, but lightly and rapidly. Pour into a baking dish previously greased well with butter and heated in the oven. (This pre-heating gives a crisp crust underneath). Bake at 350° F. for 45 minutes. Serve at once in the same dish, by big spoonfuls, with plenty of butter. Serves 6.

Dorothy Kamen-Kaye

SOPAS

CALDO DE AGUACATE

1 taza caldo de gallina
1 taza agua
½ taza caldo de almejas
1 aguacate grande, hecho en puré

Caliéntense juntos los caldos y el agua. Añádase el aguacate, menéese hasta que esté bien mezclado todo, y sírvase. Se puede adornar el caldo con crema batida espolvoreado con pistachos picados. 6 cubiertos.

SOPA FAMILIAR DE PESCADO

3 litros agua
3 cabezas de pescado
6 cebollas con rabos
3 hojas de laurel
12 granos de pimienta
2 clavos de especie
3 tomates grandes
sal al gusto
orégano al gusto
perejil picado
2 cucharadas de vinagre
1 cebolla en rebanadas finas
2 zanahorias mondadas y cortadas en rebanadas
3 cucharadas de aceite de olivo

En una cazuela de barro muy limpia se pone el agua y las cabezas de pescado previamente lavadas, y se le agrega todo menos el aceite, el orégano, el perejil, el vinagre y la cebolla. Se deja cocer durante una hora. Se cuela y la carne de las cabezas se le agrega al jugo. Luego se le pone los demás ingredientes y se cuece 5 minutos más. 8 cubiertos.

Ana María Letcher.

SOPA DE PAPA LORENZO

6 a 8 tazas caldo de carne
½ taza aceite
1 diente ajo
3 cebollas grandes
un ramo perejil
6 u 8 ruedas pan francés
4 ó más huevos
una rama de hierbabuena

En una cazuela de tierra se calienta el aceite y en él se fríe el ajo, las cebollas picadas en ruedas, y el perejil. El pan se corta en ruedas de ¾ pulgada (2 cm.) de grueso cada una sin quitarles la corteza, y se echan a freir en el aceite. Así que hayan bebido el aceite, se quiebran 4 ó más huevos sobre el pan, sin romper el amarillo. Se baja del fuego y se va echando caldo muy caliente sobre todo esto para cocer los huevos. El pan y los huevos se van a flote. Se agrega caldo hasta el borde de la cazuela, luego una rama de hierbabuena. Se sirve en seguida, antes de que el amarillo de los huevos se ponga duro. Se puede servir también en cazuelas individuales.

Faltando cazuela de barro, se puede freír en una sartén, colocar todo en una sopera, echarle el caldo y servir allí mismo.

Berta Caldwell.

SOUPS

AVOCADO BOULLON

1 cup chicken broth
1 cup water
½ cup clam broth
1 large avocado, sieved

Heat chicken broth, water and clam broth together. Add avocado, stir until blended and serve. Suggested garnish: whipped cream sprinkled with chopped pistachio nuts. Serves 6.

INEXPENSIVE FISH SOUP

12 cups water
3 fish heads
2 carrots, scraped and sliced thin
6 onions with stems
3 bay leaves
12 peppercorns
2 cloves
3 large tomatoes
salt to taste
3 tablespoons olive oil
wild marjoram to taste
chopped parsley
2 tablespoons vinegar
1 onion, sliced thin

Wash the fish well and place in a clean earthenware pot, together with all but the last 5 ingredients. Cook for 1 hour and strain. Remove the meat from the fish heads and return to the soup. Add the remaining 5 ingredients, cook 5 minutes more. Serves 8.

Ana María Letcher.

"PAPA LORENZO'S" SOUP

6 or 8 cups beef stock
½ cup oil
1 clove garlic
3 large onions
a sprig of parsley
6 or 8 slices French bread
4 or more eggs
a sprig of mint

In an earthenware cooking dish, heat the oil and fry in it the garlic, parsley, and onions, sliced. Cut the bread in slices three quarters of an inch thick, without removing the crusts, and fry in the oil. When they have absorbed the oil, break 4 or more eggs on the bread, being careful not to break the yolks. Lower the fire and begin pouring very hot broth over all, to cook the eggs. The bread and the eggs will float. Add broth until the dish is filled; put in the mint. Serve at once before the eggs harden. This soup may also be served in individual earthen dishes.

Lacking an earthenware dish, the frying may be done in a frying pan, then everything placed in a soup tureen, the stock added and all served in the tureen.

Berta Caldwell.

CREMA DE ESPINACAS

6 tazas caldo
4 tazas leche
6 yemas
4 cucharadas harina
2 cucharadas mantequilla
2 paquetes espinacas

Se sancochan las espinacas en agua con sal, luego se muelen en la máquina o se cortan en pedacitos. Se baten las yemas, se les agrega la harina y la leche y se menea hasta que todo esté bien desleído. Todo esto se cuela y luego se le agrega el caldo y las espinacas. Se cocina a fuego lento, moviéndolo con cuchara de madera hasta que se espese como una crema. Se sazona con sal y pimienta y al bajarlo se le pone la mantequilla. 10 cubiertos.

Mercedes E. de Rodríguez.

CREMA DE PAPAS Y CEBOLLAS

1 litro leche
2 cucharadas harina
1 cucharadita sal
⅛ cucharadita pimienta
2 tazas papas, cocidas y pasadas por el despaturrador
1 taza cebollas, cocidas y picadas muy finas
½ taza salchichas "frankfurter" en rebanadas
2 cucharadas mantequilla

Escáldese la leche y agréguese poco a poco a las papas, batiendo bien con un batidor de huevos (mecánico). Derrítase la mantequilla y agréguesele la harina. Ya lisa esta mezcla, agréguesela a la de las papas. Añádanse la cebolla, la sal, la pimienta y las salchichas. Cuézase, meneando constantemente, hasta que la sopa se espese. Sírvase inmediatamente. 6 cubiertos.

Dorothy B. Crease.

CREMA DE REPOLLO

½ kilo repollo crudo
agua hirviendo
1 papa
1 cebolla rallada
1 litro leche
1½ cucharada mantequilla
queso parmesano rallado
sal y pimienta al gusto

Píquese el repollo bien fino y sancóchese en el agua con sal. Después de 15 minutos agréguese la papa pelada y cortada en rebanadas. Una vez tiernos déjense escurrir el repollo y la papa y machúquense ligeramente con un tenedor. Añádanse la cebolla, la leche, la mantequilla, la sal y la pimienta. Cuézase a fuego lento durante 10 minutos. Sírvase con queso rallado. 6 cubiertos.

CREMA DE AUYAMA

1 litro leche
½ kilo auyama
2 yemas, bien batidas
2 cucharadas mantequilla
3 cucharadas harina
una migajita nuez moscada
¾ cucharadita sal

Sancóchese la auyama y pásese por un tamiz. Agréguense la leche, la sal y la nuez moscada. Derrítase la mantequilla y añádase la harina. Agréguese esto a la sopa, y caliéntese todo muy bien. Viértase sobre las yemas y sírvase inmediatamente. 4 cubiertos.

Isabel.

CREAM OF SPINACH SOUP

6 cups beef stock
4 cups milk
6 egg yolks
4 tablespoons flour
2 bunches spinach
2 tablespoons butter

Boil the spinach in salted water until tender, then grind or chop. Beat egg yolks, add flour and milk and mix until well blended. Strain and add stock and spinach. Cook over a slow fire, stirring with a wooden spoon, until creamy. Season with salt and pepper, and add butter after removing from fire. Serves 10.

Mercedes E. de Rodríguez.

CREAM OF POTATO AND ONION SOUP

1 quart milk
2 tablespoons flour
2 tablespoons butter
1 teaspoon salt
⅛ teaspoon pepper
½ cup frankfurters, sliced
2 cups cooked, riced potatoes
1 cup onion, cooked and finely chopped

Scald milk and add gradually to potatoes, beating constantly with rotary beater. Melt butter, stir in flour. When smooth add to potato mixture. Add onion, salt, pepper and frankfurters and cook, stirring constantly, until the soup thickens. Serve at once. Serves 6.

Dorothy B. Crease.

CREAM OF CABBAGE SOUP

1 pound raw cabbage
boiling water
1 potato
1 onion, grated
1 quart milk
1½ tablespoons butter
grated Parmesan cheese
salt and pepper to taste

Shred cabbage fine and cook in boiling salted water. After 15 minutes add potato, peeled and sliced. When tender drain and mash slightly with a fork. Add onion, milk, butter and seasonings. Cook over low heat 10 minutes, stirring to prevent sticking. Garnish with cheese. Serves 6.

CREAM OF PUMPKIN SOUP

1 quart milk
1 pound pumpkin
2 egg yolks, well beaten
2 tablespoons butter
3 tablespoons flour
dash of nutmeg
¾ teaspoon salt

Boil pumpkin until tender and mash through a sieve. Add milk, salt and nutmeg. Melt butter and stir with flour. Add this to the soup and return to fire. When very hot, pour over egg yolks and serve at once. Serves 4.

Isabel.

POTAJE DE LEGUMBRES

2 papas
2 zanahorias
1 cebolla en rebanadas
1 taza tomates
1 cucharada mantequilla
1½ cucharada harina
1 taza leche
1 cucharadita sal

Córtense las papas y las zanahorias en trocitos. Cuézanse éstas durante 20 hasta 30 minutos en suficiente agua para cubrirlas. No se escurren. Añádanse los tomates. Fríase la cebolla en la mantequilla durante 5 minutos y agréguese esto a las legumbres. Caliéntese al punto de hervir. Agréguese la leche y espésese la sopa con la harina previamente mezclada con un poco de agua fría. Sazónese con sal. Más o menos 5 cubiertos.

Mary Z. O'Connor.

SOPA DE APIO

1½ litros de caldo bueno de gallina o de res, sin tomate
1 kilo apio
1 ramito de hierbabuena

Ráspese y córtese el apio en pedazos y hiérvase en el caldo. Ya blando, páselo por un tamiz y agréguelo de nuevo al caldo. Al calentarlo para servir, échese el ramito de hierbabuena, déjese hervir un minuto, sáquese la hierbabuena, y sírvase inmediatamente.

Esta sopa se hace también sin la hierbabuena. También se puede servir con cuadraditos de pan fritos, que se echan al momento de servir.

Edelmira M. de Ybarra.

SOPA DE AJOPORROS

4 tazas caldo bueno de carne
2 cucharadas llenas harina
2 ajoporros regulares
1½ cucharada mantequilla

Dórese la harina en ½ cucharada de la mantequilla. Agréguese el caldo poco a poco, meneando constantemente. Debe de quedarse lisa la mezcla. Añádanse los ajoporros picados en rueditas. (La parte verde no se usa). Sancóchese durante 10 minutos. Antes de servirse, agréguese la otra cucharada de mantequilla. Si se desea un sabor más delicado, sancóchense un poco y escúrranse los ajoporros de antemano. Para 4 personas.

Eduvigis.

SOPA DE PLATANO VERDE

2 plátanos verdes
4 tazas caldo
sal y pimienta al gusto
1 cucharada mantequilla

Se cocinan los plátanos en agua con sal. Cuando están blandos y todavía calientes, se hace con ellos un puré. Esto se une con el caldo, se pasa todo por un colador y se cocina unos momentos, moviéndolo constantemente. Se sazona con sal y pimienta y, antes de servirlo, se le pone la mantequilla. 4 cubiertos.

Mercedes E. de Rodríguez.

SOPA DE QUIMBOMBO

2 tazas quimbombó
jugo de limón
4 tazas caldo
1 a 2 tazas leche caliente

Los quimbombós se raspan para quitarles la pelusa y se

VEGETABLE CHOWDER

2 potatoes
2 carrots
1 onion, sliced
1 cup tomatoes
1 tablespoon butter
1½ tablespoons flour
1 cup milk
1 teaspoon salt

Cut potatoes and carrots in small pieces. Add enough water to cover and cook 20 to 30 minutes. Do not drain. Add tomatoes. Fry onion in butter for 5 minutes and add this to the vegetables. Heat to boiling point. Add milk and thicken with flour which has been stirred to a paste with cold water. Season with salt. About 5 servings.

Mary Z. O'Connor.

"APIO" SOUP

1½ quarts chicken or beef broth, without tomatoes
2 pounds "apio"
1 sprig mint

Scrape and cut "apio" in pieces and boil in broth. When tender put through a sieve and return to the broth. Just before serving add the mint, boil for a moment or two, remove mint. Serve immediately. This soup is often made without adding mint. It may be served also with cubes of toasted bread added at the last moment.

Edelmira M. de Ybarra.

LEEK SOUP

4 cups strong beef stock
2 rounded tablespoons flour
2 medium sized leeks
1½ tablespoons butter

Brown the flour in ½ tablespoon of the butter. Add beef stock slowly, stirring constantly. It must be smooth. Add the leeks which have been cut in rounds crosswise. (Don't use the green part). Boil for ten minutes. Just before serving add the other tablespoon of butter. If a more delicate flavor is desired, parboil and drain the leeks before adding to the stock. Serves 4.

Eduvigis.

GREEN PLANTAIN SOUP

2 green plantains
4 cups stock
salt and pepper to taste
1 tablespoon butter

Cook the plantains in salted water. When tender and still hot, make into a purée. Add this to the beef stock, strain and cook a few minutes, stirring constantly. Season with salt and pepper and, just before serving, add the butter. Serves 4.

Mercedes E. de Rodríguez.

OKRA SOUP

2 cups okra
lime juice
4 cups stock
1 to 2 cups hot milk

Scrape the okras in order to remove the fuzz and cut in rounds,

parten en rebanadas, sin mojarlos. Se sofrien en aceite y se les pone un poco de jugo de limón para cortarles la baba. Luego se ponen a cocinar en el caldo y cuando se va a servir la sopa se le pone la leche caliente. 4 cubiertos.

SOPA DE CARAOTAS NEGRAS

(Véase p. 82)

SOPA DE CEBOLLAS

6 cebollas regulares
6 tazas caldo, o
6 pastillas "bouillon"
2 cucharadas mantequilla
½ cucharada sal
4 rebanadas pan viejo
6 cucharadas queso parmesano rallado

Móndense las cebollas y córtense en rebanadas muy finas. Fríanse en la mantequilla hasta que se ablanden y empiecen a dorarse, meneándose constantemente a fin de no quemarlas. Agréguese caldo suficiente para cubrir bien las cebollas, cuézanse a fuego lento durante 5 minutos. En una olla grande colóquese el caldo sobrante y agréguesele la mezcla de las cebollas y la sal (suprímase ésta si se han usado las pastillas), y cuézase todo a fuego lento durante otros 5 minutos. Agréguense 3 cucharadas del queso y menéese bien. Tuéstese el pan por ambos lados, habiéndole sacado las cortezas de antemano, y píquese cada rebanada en cuatro. Al servir, añádase el pan a la sopa y espárzase ésta con el resto del queso. 6 cubiertos.

Manuel Matienzo.

HERVIDO

Para el caldo
5 litros agua
1 cabeza de cebolla grande
1 cabeza de ajo pelada entera
5 zanahorias
2 nabos
1 tomate grande
½ ajoporro
1 gallina grande o 1 kilo de pecho o de lagarto

Verduras, peladas y enteras
1 kilo papas gruesas
1 kilo apios grandes y gruesos
½ repollo
1 kilo yuca
1 kilo ñame
½ kilo auyama
2 jojotos

Todos los ingredientes para el caldo se ponen en la olla y se dejan hervir hasta que esté blanda la carne. Luego se echan las verduras y se dejan hasta que estén blandas. Se sirve el caldo aparte, ya colado, y la carne o la gallina y las verduras en un platón. No se echa mapuey porque el mapuey bueno, que es el morado, obscurece el caldo. El mapuey se puede cocinar aparte en su concha en agua salada. Se pela y se sirve aparte.

Edelmira M. de Ybarra.

without washing. Fry in hot oil and add a little lime juice to cut the slime. Cook in stock, and, just before serving, add hot milk. Serves 4.

BLACK BEAN SOUP

(See p. 83)

ONION SOUP

6 onions, medium-sized
6 cups stock or
6 bouillon cubes
2 tablespoons butter
½ tablespoon salt
4 slices stale bread
6 tablespoons grated Parmesan cheese

Wipe, peel and slice the onions thin. Put them in a frying pan and cook in butter until soft and beginning to brown, stirring constantly to prevent burning. Add enough stock to cover onions well and allow to simmer for five minutes. Empty contents into a kettle containing remainder of stock, add salt (only if stock is used), and simmer for another five minutes. Add three tablespoons of cheese and stir well. Remove crusts from bread, toast on both sides and cut into quarters. When ready to serve, add toast to soup and sprinkle with remainder of cheese.

Manuel Matienzo.

VENEZUELAN VEGETABLE SOUP

For the soup:
1 large onion
5 quarts water
1 head of garlic, peeled
5 carrots
2 turnips
1 large tomato
½ leek
1 large fowl or 2 pounds soup meat

Vegetables, peeled whole:
2 pounds large potatoes
2 pounds large "apios"
½ cabbage
2 pounds "yuca"
2 pounds "ñame"
1 pound pumpkin
2 ears of young corn

Put all the ingredients for the soup into the pot and let cook until the meat is tender. Add the vegetables and cook until ready. Strain off the broth. Serve the meat and vegetables separately on a platter. "Mapuey" should not be cooked in the soup because the good mapuey, which is purple, darkens the broth. This may be cooked apart in its skin in salted water, then peeled and served separately.

Edelmira M. de Ybarra.

MONDONGO (1)

1 pata de ganado (corta de adelante)

½ kilo panza	**1 cebolla**
jugo de limón	**ajo y sal al gusto**
1 kilo apio	**½ repollo**
4 zanahorias	**1 kilo yuca**
½ kilo ñame	**½ kilo auyama**
1 kilo papas	**un poco de manteca**
1 cucharada vinagre	**3 tomates, grandes y rojos**
1 cucharada alcaparras	**1 cabeza de cebolla picada**
encurtidos picados al gusto	**ajo al gusto**

Primer día: Se lavan las carnes con el jugo de limón, raspando muy bien, especialmente la panza. Ya lavadas, se montan al fuego en media olla de agua hasta que se ablanden, poniéndoles en su cocimiento una cebolla y ajo y sal al gusto. Ya blandas las carnes, se apean y se dejan en parte fresca hasta el siguiente día. El caldo no se bota, pues en este mismo se hace el mondongo. Si parece poco lo que haya disminuido por el cocimiento se le agrega la cantidad de agua que se necesite.

Segundo día: La panza se corta en pedacitos regulares, a la pata se le quitan los huesos y se corta lo mismo. Se pone esto, ya cortado, dentro del caldo y se echan las verduras picadas, es decir el apio, las zanahorias, el ñame, las papas, el repollo, la yuca y la auyama. Se deja hervir todo y se prepara un aliño: se pone en una sartén un poco de manteca y en ésta se sofríen los tomates, la cebolla picada y ajo al gusto. Cuando esté sofrito, se pasa por un colador al caldo. Cuando el caldo quede espeso se le pone una cucharada grande de vinagre y una de alcaparras, y si se quiere, un poquito de encurtido al gusto. Esta sopa debe quedar en un espesor regular, nunca clara.

Edelmira M. de Ybarra.

MONDONGO (2)

3 patas de ternera o de res	**¼ kilo zanahorias**
½ kilo tomates	**1 pimentón**
¼ kilo cebollas	**2 cucharadas vinagre**
½ repollo	**1 cucharada sal**
¼ kilo vainitas	**1 cucharadita color criollo**
¼ kilo ñame	**1 cucharada perejil picado**
¼ kilo apio	**1 compuesto (sin hierbabuena)**
¼ kilo auyama	**pimienta al gusto**

Primer día: Se limpian bien las patas en agua con limón y se sancochan en agua pura hasta que estén blandas. Se guarda la carne y el caldo después de colar éste.

Segundo día: Se quitan los huesos, se pica bien la carne, se agrega al caldo y se calienta. Ya hirviendo, se agregan los tomates colados, las cebollas partidas en ruedas y sofritas en aceite con el color, y las legumbres crudas bien picadas. Se cocina todo junto a fuego algo lento y cuando está casi listo, se le echa vinagre, pimienta, sal, compuesto y perejil. Si se desea el caldo más pesado

"MONDONGO" (1)

1 pound tripe	**1 onion**
1 forefoot of beef	**garlic to taste**
lime juice	**salt to taste**
2 pounds "apio"	**½ cabbage**
4 carrots	**2 pounds "yuca"**
1 pound "ñame"	**1 pound pumpkin**
2 pounds potatoes	**a little lard**
1 tablespoon vinegar	**3 large red tomatoes**
1 tablespoon capers	**1 onion, chopped**
chopped pickles to taste	**garlic to taste**

First day: Wash the meat with lime juice, rubbing it well, especially the tripe. When washed, cook in a pot half-full of water, together with the onion, garlic and salt, until tender. Remove from fire and leave in a cool place until the following day. The liquid must not be thrown away. If there appears to be too little liquid, in which the vegetables are to be cooked, add the necessary amount of water.

Second day: Cut the tripe into fairly small pieces. Remove the bones from the forefoot and cut in the same way. Put this into the liquid, add the vegetables cut into pieces and leave to boil. Meanwhile prepare the following seasoning: fry the tomatoes, onion and garlic in the lard. When brown, strain into the soup. After the soup has thickened, add the vinegar and capers, and chopped pickle if desired. This soup should be quite thick, never thin.

Edelmira M. de Ybarra.

"MONDONGO" (2)

3 calves' feet or ox feet	**½ pound carrots**
1 pound tomatoes	**1 sweet pepper**
½ pound onions	**2 tablespoons vinegar**
½ cabbage	**1 tablespoon salt**
½ pound string beans	**1 teaspoon "color criollo"**
½ pound "ñame"	**1 teaspoon minced parsley**
½ pound "apio"	**1 "compuesto" (without mint)**
½ pound pumpkin	**pepper to taste**

First day: Clean the feet well with water and lime juice and boil in fresh water until tender. Remove meat. Strain stock, and put both aside.

Second day: Remove bones from meat, mince and return to broth and heat. When boiling add strained tomatoes, onions sliced and "color criollo" lightly fried in oil, and diced, raw vegetables. Cook slowly and when almost ready add vinegar, pepper, salt, "compuesto" and parsley. If desired, the soup may be thickened with a little flour stirred with lukewarm water. Vegetables may be

se le puede agregar un poco de harina desleída en agua tibia. Es posible preparar las legumbres el primer día y guardarlas en la refrigeradora. Esta receta sirve para 14 a 16 platos.

Emilia B. de Dalla Costa.

Variación de mondongo que se hace en Mérida. Se llama "**mute**". Una mano de res y un kilo compuesto de los siguientes desperdicios de res: corazón, riñón, bofe, pajarilla, hígado, panza. 2 paticas de cerdo. Se lava todo muy bien con agua y limón. Después de bien lavado se monta al fuego con 2 litros de agua fría, de un día para otro para que quede bien blando. Al día siguiente, antes de montarla de nuevo al fuego, se pica la carne en pedacitos y se cuela el caldo para evitar que lleve huesos. Hecho esto, se monta nuevamente al fuego y se aliña con sal y (todos pelados) una papa grande, un ocumo mediano, un ñame mediano y un pedazo de auyama más o menos de 12 cm. cuadrados. Si no se quiere poner sino un apio mediano, 2 papas grandes y la auyama, es lo mismo. Los demás aliños se agregan al gusto o sea 2 ó 3 dientes de ajo, unos ramitos de perejil, 1 ají, 1 pimentón, una cebolla grande, pimienta y un polvito de comino si le gusta. Se le pone igualmente 1 taza maíz pilado o 1 taza garbanzos, según se quiera. El maíz hay que ponerlo el día anterior a cocer en agua afuego lento hasta que se ablande. Los garbanzos es suficiente ponerlos en la noche anterior en agua y por la mañana temprano frotarlos bien con agua para que boten la concha y luego se le ponen al hervido junto con los demás ingredientes. Esto se ablanda de acuerdo con el fuego que se le dé. (Una hora y media, más o menos).

María Luisa B. de Febres Cordero.

SOPA ESPAÑOLA

1½ taza tomates de pote
¾ taza maíz de pote
¼ kilo vainitas crudas
1 hoja laurel
1 cucharada azúcar
1¾ cucharadita sal
2 tazas caldo bueno de ternera
2 tazas agua caliente
½ cucharadita cebolla rallada
1 cucharada perejil picado
⅛ cucharadita pimienta

Agréguense al agua los tomates, el maíz, las vainitas y los condimentos, y cuézase ½ hora o hasta que las vainitas estén blandas. Cuélese por un tamiz, añádanse al puré el caldo, la cebolla y el perejil. Recaliéntese la sopa y sírvase. 6 cubiertos.

Josephine Muir.

CHUPE PERUANO

1 gallina
sal al gusto
1 ajoporro
1 cebolla
2 zanahorias
1 hoja laurel
1 kilo papas, en cubos
6 jojotos tiernos o
1 pote pequeño maíz
1 kilo queso Maracay, en cubos
2½ a 3 litros de agua
1 litro leche caliente

Se ponen al fuego en el agua los primeros 6 ingredientes y se dejan cocinar hasta que la gallina esté blanda. Se saca la gallina, se cuela el caldo y en el mismo caldo se cocinan las papas, hasta que estén blandas, pero sin que se desbaraten. Se le agrega a esto la gallina picada, sin huesos ni pellejos, los jojotos que se cortan de la mazorca y se sancochan aparte, y el queso. Se deja hervir un poquito para que el queso se ablande, se le agrega la leche y se sazona con sal y pimienta. Si se desea la sopa más espesa, añádale 3 cucharadas de harina disueltas en un poquito de agua, antes de agregar la leche. 12 cubiertos.

Mercedes E. de Rodríguez.

prepared the first day and kept in the refrigerator. Serves from 14 to 16.

Emilia B. de Dalla Costa.

Variation of mondongo made in Mérida. It is called "**mute**". A forefoot of beef and a kilo (2.2 pounds) composed of the following organs of beef: heart, kidney, lung, spleen, liver, tripe. Two pigs' feet. Wash all well with water and lemon. After being washed, all is put to cook in 2 litres (about 2 quarts) of cold water, until the meat is tender, on one day for the following day. The next day, before putting on the fire again, cut the meat into small pieces and strain the stock, so that it will not contain any bits of bone. This done, put all on the fire with a seasoning of salt and (all peeled) a large potato, a medium-sized "ocumo" and "ñame" and a piece of pumpkin about 12 cm. (4¾ inches) square. If only a medium "apio", 2 large potatoes and the pumpkin are used, it is the same. The other seasonings are added to taste, for example 2 or 3 cloves of garlic, a few sprigs of parsley, 1 hot pepper, 1 sweet pepper, a large onion, pepper and a dash of "comino" (cumin seed) if it is liked. Also as liked, either a cup of pounded corn or of chick peas is added. The corn must be cooked on a low fire until soft the day before adding. It is sufficient for the chick peas to be soaked in water over night and early in the morning rubbed in water to remove the skins. Either is then added to the soup together with the other ingredients. All will take time to cook tender depending on the fire used. (An hour and a half, more or less).

María Luisa B. de Febres Cordero.

SPANISH SOUP

1½ cups canned tomatoes
¾ cup canned corn
½ pound raw string beans
1 bayleaf
1 tablespoon sugar
1¾ teaspoon salt
2 cups hot water
2 cups rich veal stock
½ teaspoon grated onion
1 tablespoon chopped parsley
⅛ teaspoon pepper

Add tomatoes, corn, beans and seasonings to water and cook ½ hour or until beans are soft. Force mixture through a sieve. Add stock, onion and parsley to purée and reheat. Serves 6.

Josephine Muir.

PERUVIAN "CHUPE"

1 fowl
salt to taste
1 leek
1 onion
2 carrots
1 bayleaf
2 pounds potatoes, cubed
6 tender ears of corn, or
1 small can sweet corn
2 pounds Maracay cheese, cubed
water enough to make 2 quarts of broth
1 quart hot milk

Place first 6 ingredients in the water. Parboil until fowl is tender. Remove fowl, strain the broth and boil the potatoes in it until they are soft but do not disintegrate. Add fowl, boned, skinned and cut in pieces, the corn which has been removed from the cob and cooked separately, and the cheese. Cook until cheese is soft, add milk. Season. For a thicker soup, stir 3 tablespoons of flour with a little water and add it to the mixture just before putting in the milk. 12 servings.

Mercedes E. de Rodríguez.

PESCADO

CARITE EN ESCABECHE

12 ruedas carite
jugo de limón
2 litros (o más) vinagre suave
1 cucharada azúcar
sal y pimienta al gusto
harina para envolver el pescado
1 litro (más o menos) aceite
alcaparras al gusto
encurtidos en mostaza, picados, al gusto
2 cucharadas bizcocho de manteca, rallado
1 kilo cebollas grandes, en ruedas gruesas
10 ó 12 pimentones rojos, pelados y picados en tiritas

Untese el pescado con sal, pimienta y jugo de limón y envuélvase con harina. Fríase en bastante aceite hasta que esté cocido y dorado. Apártese en un frasco de boca ancha, limpio y seco.

Sancóchense las cebollas en 1 litro del vinagre y los pimentones en ótro. Júntense y hiérvanse con ½ litro de aceite. Échese el encurtido, el azúcar y las alcaparras, y agréguense más aceite y más vinagre hasta dar líquido suficiente para cubrir completamente el pescado. Añádase el bizcocho rallado para dar espesor a la salsa. Viértase esto encima del pescado. Bañado así, el pescado dura hasta un mes. Sírvase frío con ensalada de papas, zanahorias y vainitas en tiritas largas.

Isabel A. de Manrique.

PREPARACION DE UNA LANGOSTA

Colóquese la langosta viva en agua hirviendo con sal. Cuézase durante 20 minutos contando desde que el agua hierva por segunda vez.

Trasládese la langosta a un azafate grande. Quítense las patas y resérvense para adorno. Sepárense las pinzas del torso, ábranse con un martillo y sáquese la carne en pedazos los más grandes posibles.

Colóquese la langosta boca arriba, enderécese la cola, córtese la concha frágil de ésta con tijeras, y con un tenedor metido dentro de la concha del torso, sepárese la carne de la cola en un solo pedazo. Abrase esta carne por la parte inferior con la punta del cuchillo y quítese la tripa venenosa.

Quítense los pedazos de la concha del torso de donde se sacaron las patas. Lo que se queda pegado a la parte superior de esta concha no se come. Quiébrese la concha inferior en mitades a lo largo y sáquense todos los pedacitos de carne blanca que sea posible.

FISH

PICKLED KINGFISH

12 slices kingfish
lemon juice
2 quarts (or more) mild vinegar
1 tablespoon sugar
salt and pepper to taste
flour for dusting fish
1 quart (more or less) oil
capers to taste
chopped mustard pickles, to taste
2 tablespoons grated "bisoocho de manteca"
2 pounds large onions, not too thinly sliced
10 or 12 sweet red peppers, skinned and cut in strips

Rub the fish with salt, pepper and lemon juice and roll lightly in flour. Fry in plenty of oil until cooked through and browned. Place the fish in a clean, dry wide-mouthed jar.

In one quart of the vinegar boil the onions and in the other quart boil the peppers. Combine the two mixtures and boil with ½ quart of oil. Put in pickles, sugar and capers. If necessary add more oil and vinegar. There must be liquid sufficient to more than cover the fish. Lastly, thicken this sauce with the grated "bizcocho de manteca". Pour the sauce over the fish. If well covered, it will last a month. Serve cold with a salad of potatoes, carrots and string beans, cut in shoestrings.

Isabel A. de Manrique.

HOW TO PREPARE A LOBSTER

Put the live lobster in boiling salted water. Let cook for 20 minutes after the water starts to boil again.

Remove lobster to a large tray. Break off small claws and save for garnishing. Remove large claws close to the body, disjoint them, crack and remove meat in as large pieces as possible.

Place the lobster on its back, pull the tail straight out from the body, slit the thin undershell of the tail with scissors, insert a fork and pull out the tail meat in one piece. Slit the tail meat on under side with pointed knife and remove intestinal canal.

Detach under part of shell where legs were. The parts which remain attached to the top shell are not edible. Break the under shell in halves lengthwise and extract as many of the small pieces of white meat as possible.

LANGOSTA FRIA

Sírvase langosta fría en rebanadas con mayonesa y lechuga, como *ensalada* o *primer plato*. Sírvase como *coctel*, picada fina y con salsa de chile y una rebanada de limón.

LANGOSTA INFERNAL

1 langosta fresca (o una de lata) cortada en rebanadas

Caliéntese la langosta y colóquese en un platón. Viértase encima la siguiente salsa, prendase con fósforo y llévese a la mesa ardiendo:

½ taza mantequilla
½ taza harina
2 tazas caldo
1 taza sidra
perejil picado
sal y pimienta al gusto
jugo de ½ limón
2 copitas ron
4 yemas

Deslíase la mantequilla en una sartén, agréguese la harina y mézclese bien. Añádase el caldo y la sidra. Cuando esto esté hirviendo, apártase del fuego y agréguense todos los demás ingredientes menos el ron, el cual se vierte encima al momento de servir. Si se desea, adórnese el platón con camarones o con langostinos.

Ana María Letcher.

LANGOSTA A LA NEWBURG

1 kilo langosta
¼ taza mantequilla
½ cucharadita sal
una migajita ají en polvo
un pellizco nuez moscada
1 cucharada jerez
1 cucharada coñac
1/3 taza crema de leche
2 yemas de huevo, ligeramente batidas

Sepárese la carne de la langosta de la concha. (Véase p...) Córtese en rebanadas y cuézase en la mantequilla durante 3 minutos. Agréguense los aliños y el vino y cuézase 1 minuto más. Añádase la crema previamente mezclado con las yemas. Síguese cociendo, meneándose constantemente, hasta que la mezcla tenga un espesor grueso. Sírvase con triángulos de pan tostado. 4 cubiertos.

CROQUETAS DE PESCADO

jugo de limón
sal y pimienta
1½ taza pedacitos de pescado sancochado
1 taza salsa para croquetas

Salsa para croquetas

4 cucharadas mantequilla
1/3 taza harina
⅛ cucharadita pimienta
1 taza leche o crema de leche
¼ cucharadita sal
1 huevo

Derrítase la mantequilla y añádase la harina previamente mezclada con los aliños. Agréguese la leche poco a poco, meneando constantemente. Déjese hervir durante 2 minutos. Añádase el pescado a la salsa y sazónese.

COLD LOBSTER

Cold lobster cut in slices may be served as a *salad* or *entrée* with mayonnaise, on crisp lettuce. Or it may be shredded and served as a *cocktail* with chili sauce and a slice of lime.

LOBSTER A L'INFERNAL

1 fresh lobster (or 1 can lobster) cut in rounds
Heat lobster, place on dish, add the following sauce, light and carry to the table flaming:

½ cup butter
½ cup flour
2 cups stock
1 cup cider
chopped parsley
salt and pepper to taste
juice of ½ lemon
2 wineglasses rum
4 egg yolks

Melt butter, add flour and mix well; add stock and cider. When this starts to boil, remove from fire, add egg yolks and all other ingredients except rum which is poured over just before serving. If desired, garnish dish with shrimps or cravfish.

Ana María Letcher.

LOBSTER A LA NEWBURG

2 pounds lobster
¼ cup butter
½ teaspoon salt
few grains cayenne
few gratings of nutmeg
1 tablespoon sherry
1 tablespoon brandy
1/3 cup cream
2 egg yolks, lightly beaten

Remove lobster meat from shell and cut in slices. (See p. 31). Cook meat in butter 3 minutes. Then add seasoning and wine and cook 1 minute more. Add cream mixed with lightly beaten yolks. Continue cooking, stirring constantly until thick. Serve with points of toast. Serves 4.

FISH CROQUETTES

1½ cups cooked flaked fish
1 cup croquette sauce
salt and pepper
lemon juice

Croquette Sauce

4 tablespoons butter
1/3 cup flour
⅛ teaspoon pepper
1 cup milk or cream
¼ teaspoon salt
1 egg

Melt butter, add flour mixed with seasonings. Stir well until blended. Pour on milk gradually while stirring constantly. Bring to boiling point. Boil 2 minutes. Add fish and seasonings to sauce.

Para formar las croquetas téngase la mezcla lo más suave posible para que las croquetas queden blandas adentro. Se forman con más facilidad si la mezcla está helada. Hágase una pelota de la masa, rodando en las manos una cucharada de ésta. Luego ruédese en una tabla para extender la croqueta en forma cilíndrica. Si se desea se hacen conos, chuletas u otras formas. Rállese el pan y pásese por un colador. Bátase el huevo un poco y añádanse dos cucharadas de agua. Adóbese la croqueta con el pan rallado y entonces con el huevo, teniendo cuidado que no quede nada de la superficie sin adobar, para cerrar bien la croqueta. Luego enróllese en pan por segunda vez. Fríase en manteca caliente a 390° F. (199° C.) Si no se dispone de un termómetro, úsese la prueba de pan. (Un cubito de pan de 1 pulgada (2½ cm.) debe dorarse en 40 segundos). Las croquetas se doran en un minuto, más o menos. Escúrranse en papel absorbente. Se sirven calientes. 5 cubiertos.

Margaret Chambers.

"SOUFFLE" DE SALMON

2 tazas salmón

½ taza tapioca
⅛ cucharadita pimienta
1 taza leche
2 cucharaditas perejil picado
2 cucharaditas jugo de limón
4 huevos

Echense la tapioca, la pimienta y la leche en un baño María y manténganse a punto de hervir durante 5 minutos, meneando a menudo. Añádase el salmón, apartando algunos pedazos grandes para la superficie. Agréguense el perejil y el jugo de limón. Bájese del fuego y añádanse las yemas de los huevos, bien batidas. Una vez tibia la mezcla, incorpórense las claras batidas a punto de nieve con movimientos de abajo hacia arriba. Viértase la mezcla en una fuente refractaria engrasada. Cuézase en un horno lento de 325° F. (163° C.) durante 1 hora.

El pargo y el mero también se usan para esta receta. En tal caso ablándese el pescado, hirviéndolo un rato con perejil, hoja de laurel y cebolla.

Salsa: ½ taza queso con pimentón desleído en 1 taza de salsa blanca de un espesor regular.

Vi Grindlay.

SALMON DELMONICO

4 cucharadas mantequilla
4 cucharadas harina
2 tazas leche caliente
¼ cucharadita sal
⅛ cucharadita pimienta
1 yema, poco batida
1 cucharada jugo de limón
2 tazas salmón
1 lata (4 oz.) hongos en rebanadas

Derrítase la mantequilla en una olla al fuego, añádase la harina, y cuando hierve la mezcla, agréguese la leche poco a poco. Sazónese con sal y pimienta. Añádase la yema y el jugo de limón. Pártase el salmón en pedazos grandes y agrégueselo a la salsa junto con los hongos. Manténgase esta mezcla caliente. Prepárese un "anillo de arroz" así: mézclense 4 tazas arroz sancochado y caliente, 1/3 taza pimentón verde picado fino, 1/3 taza perejil picado, 1/4

To shape croquettes prepare croquette mixture, adding sauce a little at a time. Have mixture as soft as can be conveniently handled so that croquette will be soft and creamy inside. Chill to make easier to handle. Make smooth ball by rolling one rounded tablespoon of mixture between hands. Then roll on board until of desired length and flatten ends or shape like a cone or like a cutlet. Other shapes may be used. Roll or grind dried bread crumbs, sift through purée sieve. Beat egg to blend yolk and white and add 2 tablespoons water. Coat croquettes with crumbs, dip in egg mixture, being careful to cover entire surface so that they will not break open. Roll in crumbs once more. Then heat fat to 390° F. If frying thermometer is not used, drop in an inch cube of soft bread. If it is golden brown in 40 sec. fat is at right temperature. Fry until delicately brown, about 1 minute. Drain on soft, crumpled paper. Serves 5.

Margaret Chambers.

SALMON SOUFFLE

½ cup tapioca
⅛ teaspoon pepper
1 cup milk
2 teaspoons minced parsley
2 teaspoons lemon juice
4 eggs
2 cups salmon

Put tapioca, pepper and milk in a double boiler and hold at scalding point for 5 minutes, stirring often. Add salmon, reserving some large pieces for the top. Add parsley and lemon juice. Remove from fire and add well beaten yolks. Cool. Fold in stiffly beaten whites and turn into a buttered baking dish. Bake in a slow oven, 325° F. for 1 hour.

Red-snapper or grouper may be substituted for salmon. Parboil in water seasoned with parsley, onion and bayleaf.

Sauce: ½ cup pimento cheese dissolved in 1 cup of medium white sauce.

Vi Grindlay.

SALMON DELMONICO

4 tablespoons butter
4 tablespoons flour
2 cups hot milk
¼ teaspoon salt
1 egg yolk, lightly beaten
1 tablespoon lemon juice
2 cups salmon
1 4-oz. can sliced mushrooms
⅛ teaspoon pepper

Melt butter in a saucepan, stir in flour and when this boils, add milk slowly. Season with salt and pepper, then add egg yolk and lemon juice. Break the salmon into large pieces and add it with the mushrooms to the sauce. Keep hot. Make a rice ring by mixing 4 cups hot boiled rice, 1/3 cup minced parsley, 1/3 cup minced green pepper, ¼ cup melted butter.

taza mantequilla derretida. Colóquese la mezcla en un molde engrasado en forma de anillo o marco y caliéntese en un horno de 400° F. (204° C.) durante 10 minutos. Sáquese del molde y llénese el centro con el salmón caliente.

El pargo y el mero también se usan para esta receta. En tal caso ablándese el pescado hirviéndolo un rato con perejil, hoja de laurel y cebolla.

FILETE DE LENGUADO CON ALMENDRAS

3 filetes de lenguado
½ cucharadita sal
⅛ cucharadita pimienta
harina para empolvar los filetes
4 cucharadas mantequilla
½ taza almendras en tiritas

Pártanse los filetes por la mitad. Espolvoréense con sal y pimienta y empólvense ligeramente con harina. Fríanse en la mantequilla, volteándolos una sola vez. Para esta operación se necesita 3 ó 4 minutos. Pélense las almendras. En otra sartén dórense con un poco de mantequilla, agitándolas constantemente. Sírvanse los filetes en un platón cubiertos de almendras y mantequilla, y adornados con limón y pepinos en rebanadas. Se pueden usar filetes de pargo en vez de los de lenguado. 6 cubiertos.

PARGO FRITO

6 filetes pescado
2 cucharadas harina
2 huevos
sal y pimienta al gusto

Séquense los filetes con una servilleta y empólvense ligeramente con la harina. Bátanse las yemas y las claras por separado y únanse éstas. Echense sal y pimienta al pescado, adóbense los filetes con el huevo batido y fríanse inmediatamente en aceite abundante y bien caliente. Sírvanse con limón en rebanadas y lechuga fresca.

Catherine S. de Coup-Crank.

BACALAO A LA VIZCAINA

1 kilo bacalao (de la parte más delgada)
10 pimientos secos (ñoras) o
1 pote pimientos morrones
1/3 taza aceite
¼ kilo tomates
1 barrita pan Viena (corteza)
¼ kilo cebollas
2 dientes ajo
10 almendras tostadas
10 avellanas tostadas
sal al gusto

Se ponen en remojo durante 24 horas el bacalao y los pimientos. Se sacan y se cortan en trozos regulares, se ponen en una cacerola, cubiertos con agua fría y se arrima al fuego la cacerola, dejándola que rompa a hervir, se retira y se deja enfriar un poco para poder manipularla con más soltura. Se saca el bacalao del caldo y se le quitan las espinas, colocando los trozos limpios en una cazuela de barro con el pellejo hacia abajo.

En una cacerola se pone aceite, un diente de ajo machacado, se arrima al fuego hasta dorar el ajo, se le añade la cebolla picada fina y la corteza del pan en trozos, se tapa y se estofa lentamente. Ya cocida la cebolla sin que tome color, se le añaden los tomates asados de antemano y los pimientos, quitándoles la piel y las pepas. Se deja estofar y se le agrega ¼ litro de caldo del agua del bacalao.

Press into a greased ring mold. Heat in a hot oven (400° F.) about 10 minutes. Unmold, fill with hot salmon.

Red-snapper or grouper may be substituted for salmon. Parboil in water seasoned with parsley, bayleaf and onion.

FILLET OF FLOUNDER AMANDINE

3 fillets of flounder
½ teaspoon salt
⅛ teaspoon pepper
flour, enough to dust fillets
4 tablespoons butter
½ cup almonds, in slivers

Cut the fillets in half. Sprinkle with salt and pepper. Dust lightly with flour. Melt the butter and fry the fish in it, turning once. It takes three or four minutes. Blanch almonds and brown in another pan, tossing them many times. Serve the fillets on a platter and cover with almonds and butter. Garnish with lemon and sliced cucumbers. Red-snapper may be filleted and used instead of flounder. Serves 6.

FRIED "PARGO"

6 fillets of fish
2 tablespoons flour
2 eggs
salt and pepper to taste

Dry the fillets with a cloth and roll very lightly in the flour. Beat the yolks and whites separately and then together. Salt and pepper the fish, dip into the egg and fry immediately in plenty of hot oil. Serve at once with slices of lemon and fresh crisp lettuce.

Catherine S. de Coup-Crank.

BISCAYAN CODFISH

2 pounds dried codfish (from thinnest part)
10 dried peppers ("ñoras") or
1 can sweet red peppers
1/3 cup oil
½ pound tomatoes
1 small loaf Vienna bread (crust)
½ pound onions
2 cloves garlic
10 toasted almonds
10 toasted hazelnuts
salt to taste

Soak the fish and peppers for 24 hours. Remove fish and cut into small pieces. Place in a saucepan, cover with cold water and boil quickly. Cool, remove bones from fish and set aside the stock. Place the fish in an earthenware vessel with the skin downwards.

Brown one clove of garlic in the oil, add onion and bread crust broken into small pieces, cover and cook slowly until onion is tender. Add tomatoes which have been scalded, and peppers, removing skin and seeds from both. Cook slowly, adding 1 cup of fish stock.

En un mortero se pone el otro diente de ajo, se le pone sal y se mezcla bien. Se le añaden las almendras y las avellanas. Se machaca todo bien, disuelto con 2 cucharadas de agua fría. Se añade a la salsa preparada y se deja cocinar unos 10 minutos. Después se cuela para que quede como un puré. Si le hace falta se le agrega un poco de agua del hervido del bacalao. Se cubre esto con la salsa y se pone al horno durante 30 minutos. Debe de servirse en la misma cazuela donde se cocina. 6 cubiertos.

Mercedes de Rivera.

BUDIN DE PESCADO

1 kilo pescado fresco, sancochado, deshuesado y picado en trozos
3 cebollas grandes, picadas menudas y fritas
4 cucharadas salsa de tomate fresca

5 bollos de pan, mojados en leche
5 huevos, bien batidos
⅛ kilo queso parmesano, rallado
1 cucharada mantequilla
4 cucharadas perejil, picado
sal al gusto
un pellizco nuez moscada
pimienta al gusto

Unanse todos los ingredientes y viértase la mezcla en un molde engrasado. Cuézase en baño María o en un horno moderado hasta que el budín se desprende del molde (aprox. 1 hora). Sírvase caliente con salsa blanca o salsa de tomate fresca. Sírvase frío con mayonesa.

Isabel A. de Manrique.

Mash the other clove of garlic in a mortar together with nuts and salt. Blend well, adding 2 tablespoons of cold water. Add this to the sauce and cook 10 minutes more. Strain. The sauce should be quite thick, but, if necessary, a little more fish stock may be added. Pour sauce over fish and heat in the oven for 30 minutes. Serve in the same dish. Serves 6.

Mercedes de Rivera.

FISH PUDDING

2 pounds boiled, boned fish, in pieces
3 large onions, chopped and fried

5 rolls bread, soaked in milk
5 eggs, well beaten
¼ pound grated Parmesan cheese
1 tablespoon butter
4 tablespoons minced parsley
salt and pepper to taste
a pinch of nutmeg
4 tablespoons fresh tomato sauce

Combine all ingredients and turn into a buttered baking dish. Steam or bake in a moderate oven until the pudding shrinks from the sides of the dish (approx. 1 hour). Serve hot with white sauce or fresh tomato sauce. Serve cold with mayonnaise.

Isabel A. de Manrique.

ENTREMES Y PRIMER PLATO

"SOUFFLE" DE TOMATES

1 kilo tomates
6 huevos
3 cucharadas mantequilla
sal y pimienta al gusto
1 cucharada harina
1 hoja laurel
1 cebolla
1 clavo de especie

Se cocinan los tomates con el laurel, la cebolla, y el clavo, hasta que se obtenga una salsa espesita ya colada. Luego se ponen 2 cucharadas de mantequilla a dorar. A esto se le agrega 1 cucharada de harina y la salsa, se une todo muy bien para que quede como un puré. Cuando está tibio se le agregan las yemas y 1 cucharada más de mantequilla. Por último se le ponen las claras bien batidas y se mezcla todo muy bien. Se sazona con sal y pimienta y se hornea en una fuente engrasada con mantequilla durante una hora a 315° F. (157° C.) Se sirve inmediatamente con arroz blanco. 6 cubiertos.

Mercedes E. de Rodríguez.

ÑOQUIS

½ kilo papas
2¼ tazas harina
½ taza mantequilla
⅛ kilo jamón crudo, molido
sal y pimienta al gusto
1 huevo
1 cucharada cebolla rallada
2 cebollas molidas
1 kilo solomo
¼ kilo tomates
⅛ kilo queso parmesano rallado

Se preparan las papas como para puré y se les agregan la mantequilla, el huevo y la harina, poco a poco, hasta que se obtenga una pasta suave. Se pone la masa en una tabla enharinada y se hace un macarrón largo que se corta en pedacitos de ½ pulgada (1¼ cm.), los cuales se van sancochando en agua con sal. Estos, cuando están, se van a flote. Se sacan con una espumadera.

Salsa: Se despelleja muy bien el solomo y se le quita toda la grasa, se le unta cebolla rallada, sal y pimienta y se puya muy bien con un tenedor. Se dora en el caldero con aceite, se le agrega una taza de agua, se tapa y se cuece a fuego lento a fin de que suelte la salsa. Cuando ha hervido durante una hora, se cuela y se le añade la salsa de tomate hecha del modo siguiente: se sofríen el jamón y las cebollas en mantequilla, se les agregan los tomates previamente cortados, colados y endulzados con un pellizco de azúcar, y se deja hervir todo junto unos momentos. Esta salsa es la que se le añade a la de la carne, y si ésta se ha mermado mucho se le pone una taza de caldo, teniendo cuidado de pasarla por el colador.

Se colocan una camada de ñoquis en un recipiente hondo, se le pone punticos de mantequilla, un poco de salsa y queso rallado, y así sucesivamente hasta lo último. Se coloca en el horno para calentarlo muy bien y se sirve en el mismo recipiente.

María Hinde.

ENTREES AND LUNCHEON DISHES

TOMATO SOUFFLE

2 pounds tomatoes
6 eggs, separated
3 tablespoons butter
salt and pepper
1 tablespoon flour
1 bayleaf
1 onion
1 clove

Cook the tomatoes until tender with onion, bayleaf and clove. Strain. The sauce should be rather thick. Brown 2 tablespoons of butter, add to this the flour and the tomato sauce and stir well until creamy. Cool to lukewarm and add the egg yolks and 1 tablespoon of butter. Fold in stiffly beaten egg whites and season with salt and pepper. Turn into a buttered dish and bake at 315° F. for 1 hour. Serve at once with boiled rice. Serves 6.

Mercedes E. de Rodríguez.

"ÑOQUIS"

1 pound potatoes
2¼ cups flour
½ cup butter
¼ pound raw ham, ground
salt and pepper
1 egg
1 tablespoon grated onion
2 onions, ground
2 pounds lean beef
½ pound tomatoes
¼ pound Parmesan cheese, grated

Boil and mash potatoes and add butter and egg. Work in flour little by little until the mixture forms a soft dough. Place on a floured board and shape into a long cylinder. Cut into ½-inch pieces and drop into boiling salted water. When done they will float. Lift out with a skimmer and set aside.

Sauce: clean the meat and remove all grease. Rub with salt and grated onion and prick well with a fork. Brown in an iron pot with oil, add one cup of water, cover and cook slowly in order to release all juices from the meat. When this has cooked for one hour, strain and add the following tomato sauce: Grind the ham and onions and fry lightly in butter. Add tomatoes which have been cut into pieces, put through a sieve and sweetened with a pinch of sugar. Cook a few minutes more. Add to the meat gravy. If the latter has lessened greatly in quantity, a cup of strained stock may be added.

Place in a deep baking dish a layer of "ñoquis" dotted with butter, add a little of the sauce and sprinkle with cheese. Repeat layers until dish is full. Heat thoroughly in the oven and serve in the same dish.

María Hinde.

POLENTA

6 pelotas de masa (aprox. 3 tazas)

3 cucharadas Crisco	**1 cucharadita polvo "Roya."**
3 cucharadas mantequilla	**6 cucharadas azúcar**
6 huevos	**sal al gusto**

un guisado de pollo o de cochino (véase abajo)

Se bate la masa con la grasa y se añaden los huevos, batiendo todo muy bien hasta que la masa quede bien fina. Se agregan el azúcar y la sal. En una fuente de hornear se coloca la mitad de la masa preparada, encima se pone el guisado, después la otra mitad de la masa, y se hornea a 350° F. (176° C.) durante 45 minutos. 6 cubiertos.

Guisado de cochino para polenta: Córtese ¼ kilo de cochino en trozos pequeñitos y póngase a cocer con ½ taza de agua. Por otra parte dórense 1 cebolla y 2 dientes de ajo (ambos picados) en ½ cucharada de aceite. Agréguense ¼ kilo de tomates cortados en pedazos, tápese y cuézase la mezcla hasta que los tomates estén blandos. Añádase ½ taza de agua, cuézase la mezcla un poco más, cuélese y agréguese al cochino. Déjese hervir todo junto hasta que el cochino se ablande y agréguense 1 cucharada de pasas, 1 cucharada de alcaparras y 1 cucharada de vino blanco. Sazónese al gusto con sal y pimienta. Por último añádase 1 cucharada de harina para cuajar la mezcla y 1 cucharadita de azúcar, si se desea.

Mercedes E. de Rodríguez.

RELLENO DE PAN CON CARNE Y LEGUMBRES

carne y legumbres sobrantes

relleno de pan para llenar un molde en forma de anillo (véase p. 108)

Hornéese el relleno en un molde en forma de anillo muy bien engrasado. Viértase esto en un platón y llénese el centro con carne y legumbres picados y previamente calentados en una salsa blanca o en una salsa de carne.

TOMATES RELLENOS (PIMENTONES)

arroz sancochado	**tomates (o pimentones)**
sal	**mantequilla**
pasta de anchoas	**queso rallado**

Sazónese el arroz con sal y con pasta de anchoas. Con esto rellénense los tomates (o los pimentones). Echese encima un poquito de mantequilla y empólvese con queso rallado. Hornéese y sírvase caliente.

PASTEL GALES DE PAPAS

1½ kilo de papas	**1 rebanada de tocineta o**
½ kilo ajoporros	**1 cucharada de manteca**
⅜ kilo queso rallado	**sal y pimienta al gusto**

Lávense muy bien las papas, córtense en dos pedazos a lo largo, y cuézanse. Sancóchense los ajoporros encima de las papas durante 10 minutos. Quítense los ajoporros, escúrranse, píquense en trocitos y fríanse hasta que estén tiernos con la tocineta o con la manteca. En un molde de pastel póngase la mitad de las papas. Extiéndase encima de ellas la mezcla de ajoporros y tocineta, póngase una capa de queso, tápese con el resto de las papas y termine con otra capa de queso. Dórese bajo la parrilla del horno, o al lado del hogar. 4 cubiertos.

Receta londinense de guerra.

"POLENTA"

3 tablespoons Crisco	**1 teaspoon baking powder**
3 tablespoons butter	**6 tablespoons sugar**
6 eggs	**salt to taste**

chicken or pork stew (see below)

6 balls "masa" (approx. 3 cups)

Beat the "masa" with butter and Crisco, add eggs and blend well until the "masa" is very smooth. Add sugar and salt. Place half of the prepared "masa" in a baking dish, cover with the stew and top with rest of the "masa". Bake at 350° F. for 45 minutes. Serves 6.

Pork stew for "Polenta": dice ½ pound pork and put to cook in ½ cup water. In another pan brown 1 minced onion and 2 cloves garlic, minced, in ½ tablespoon oil. Add ½ pound diced tomatoes, cover and cook until tomatoes are tender. Add ½ cup water and cook a few moments longer, then strain. Add this to pork and cook until pork is tender. Put in 1 tablespoon each of raisins, capers and white wine. Season with salt and pepper and thicken with 1 tablespoon flour. If a sweet stew is desired, add 1 teaspoon sugar.

Mercedes E. de Rodríguez.

BREAD STUFFING RING

leftover meat and vegetables

bread stuffing to fill ring mold (see p. 109)

Pack the bread stuffing into a very well greased ring mold and bake. Turn out and fill with diced meat and vegetables in white sauce or gravy.

STUFFED TOMATOES (PEPPERS)

boiled rice	**tomatoes (or peppers)**
salt	**butter**
anchovy paste	**grated cheese**

Season rice with salt and anchovy paste. Fill small tomatoes or peppers. Dot with butter, sprinkle with cheese and bake. Serve hot.

WELSH POTATO PIE

3 pounds potatoes	**1 rasher bacon or**
1 pound leeks	**1 tablespoon fat**
¾ pound grated cheese	**salt and pepper to taste**

Scrub potatoes, slice in two lengthwise and cook. Parboil leeks on top of potatoes for 10 minutes. Remove leeks, drain, cut into small pieces and fry until tender with the chopped bacon. Cover the bottom of a large pie dish with half of the potatoes. Spread leeks and bacon over, add a layer of cheese and cover with the rest of the potatoes. Finish with a layer of cheese. Brown under the grill or in front of a hot fire. Serves 4.

A War-time Recipe from London.

CHAYOTES MARIA LUISA

4 chayotes sancochados hasta que se ablanden (véase p. 86)
½ taza queso rallado (parmesano, blanco o Kraft)
2 cucharadas harina o ½ taza bizcocho rallado
2 cucharadas vino dulce español

2 huevos
2 cucharadas mantequilla
½ cucharadita ralladura limón
¼ cucharadita nuez moscada
1 cucharadita azúcar
sal al gusto

Los chayotes deben de estar partidos por la mitad. Se les saca la pulpa y se machaca con un tenedor. Se le agrega los otros ingredientes y se mezcla bien. Se pone la mezcla en una gratinera, se cubre con más bizcocho rallado y punticos de mantequilla y se hornea hasta que se dore por arriba y esté bien caliente por dentro.

También se pueden rellenar las conchas de los chayotes con la mezcla, cubrirlas con bizcocho rallado y hornearlas.

Berta Caldwell.

PAELLA (1)

½ kilo arroz
1 pollo
¼ kilo costillitas de cochino
1 pote camarones
1 pote pequeño petits pois
1 pote grande moules o
1 pote mejillones
1 pote pimientos morrones
1 kilo tomates
½ cabeza ajos
1 pimentón
2 cebollas
1 taza aceite olivo
1 litro agua
4½ cucharadas sal
un poquito azafrán, si se desea

En el aceite se sofríen el pollo en pedazos, las costillitas y el azafrán. Se les agregan los aliños, es decir, los tomates, los ajos, el pimentón y las cebollas, ya cocidas y coladas. Se deja cocinar hasta que las carnes estén ablandándose, y entonces se le agrega el arroz, el agua, y la sal. Cuando el arroz esté medio cocido, se le ponen los pimientos morrones cortados en tiritas, los petits pois, los camarones y los moules, dejando todo a fuego lento hasta que el arroz esté seco, separado y blando. Si la mezcla se merma mucho se le puede esparcir encima ¾ taza de agua.

Este plato queda mejor hecho en cazuela de barro. Se le puede añadir pescado fresco o langosta al gusto. 6 cubiertos.

Mercedes E. de Rodríguez.

PAELLA (2)

1 cebolla grande, picada menuda
1 diente ajo, picado
perejil picado
4 a 6 cucharadas aceite
¼ cucharadita clavos
sal y pimienta al gusto
jamón en taquitos
1 pollo
2 a 3 pimentones verdes, dulces, asados y cortados en taquitos
½ taza arroz canilla para cada convidado
pescado en taquitos, si se desea

No se debe lavar el arroz; por eso debe escogerse limpia y canilla. Hágase dorar el arroz, con la cebolla, el perejil y el ajo,

"CHAYOTES" MARIA LUISA

4 "chayotes" boiled" boiled until very soft (see p. 87)
½ cup grated cheese (Parmesan, white or Kraft)
2 tablespoons flour or ½ cup "bizcocho", grated (see p. 206)
2 tablespoons sweet Spanish wine

2 eggs
2 tablespoons butter
½ teaspoon grated lemon rind
¼ teaspoon nutmeg
1 teaspoon sugar
salt to taste

This rather sweet dish is best served alone as an éntree. The "chayotes" should be cut in half lengthwise. Scoop out the pulp and mash with a fork. Add the other ingredients and mix well. Put in a Pyrex dish, cover with more grated "bizcocho", dot with butter. Bake in the oven till browned on top and well heated inside.

Another way to serve: refill the shells of the "chayotes" with the prepared mixture, top with crumbs and butter and brown as above.

Berta Caldwell.

"PAELLA" (1)

1 pound rice
½ pound spareribs of pork
1 chicken, cut in pieces
1 can shrimps
1 small can peas
1 large can mussels or
1 can "mejillones" (mussels)
1 can sweet red peppers
2 pounds tomatoes
½ head garlic
1 pepper
2 onions
1 cup olive oil
1 quart water
4½ tablespoons salt
dash of saffron, if desired

Fry chicken, spareribs and saffron lightly in oil. Add seasonings (tomatoes, garlic, pepper and onions) which have been boiled and passed through a sieve. Let cook until meat is getting tender, then add rice, water and salt. When rice is half-cooked, add sweet red peppers cut into strips, peas, shrimps and mussels, and let cook very slowly until rice is done. It should be dry and the grains should separate easily. If the mixture dries out before rice is cooked, sprinkle ¾ cup of water over it. Do not stir.

This dish is best if cooked in an earthenware vessel. Fresh fish or lobster may be added if desired. 6 servings.

Mercedes E. de Rodríguez.

"PAELLA" (2)

1 large onion, minced
1 clove garlic, minced
salt and pepper to taste
ham, cut in pieces
chopped parsley
4 to 6 tablespoons oil
2 to 3 powdered cloves
1 chicken
for each guest ½ cup "canilla" rice
2 to 3 sweet green peppers, scalded and cut in pieces
fish cut in pieces, if desired

Select clean, "canilla" rice; *do not wash it.* Brown it in a deep earthenware dish, in the oil, together with onion, parsley and gar-

en el aceite, colocando todo en una olla de tierra, que debe ser honda. Agréguense los pimentones. Cuézase un poco la mezcla moviéndola con cuchara de palo. Sazónese con sal, pimienta y clavos.

Cocínese aparte, en consomé suave, el jamón, el pollo, que se deshuesa y se pica en taquitos, y el pescado. No se asuste de la vecindad del jamón y del pescado, pues esta mezcla es la que da sabor al plato. Echese todo esto encima del arroz, poco a poco, y pare de vez en cuando para que el arroz quede durito. No se mueve más el arroz cuando se empiece a mojar, pero se mueve la paila de tiempo en tiempo. Cuézase a fuego lento hasta que el arroz esté listo. Sírvase la paella en la misma olla. El fuego debe ser de carbón.

Matilde Alcock.

PAELLA ESPAÑOLA

2 tazas arroz bomba, limpia y sin lavar
4 tazas agua hirviendo
½ kilo carne de cerdo, en trocitos
¼ kilo jamón, en trocitos
3 cebollas medianas, picadas
3 tomates, pulpa y jugo
2 dientes de ajo, machacados
2 pimentones rojos, en tiritas
½ cucharadita color o "paprika"
1 pote pequeño petits pois
¾ taza aceite (1 taza si se suprime el cerdo)

La paella a la española admite cuantos aditamentos se quieran poner; cabe aumentar o poner en ella cuanto guste o convenga. Lo importante no es lo que contiene, sino el buen punto del arroz. El tiempo requerido para su confección es de 1 hora (aprox.)

Síganse las instrucciones para "Arroz de Pescado" (véase abajo), con las excepciones siguientes: (1) Pónganse las carnes en vez de los pescados. (Si se usa pollo, es preciso cocinarlo de antemano). (2) Fríase la pulpa de los tomates, después de poner las carnes en un ladito de la tartera y únese ésta con la mezcla. (3) Echense el jugo de tomate y el color juntos con el agua hirviendo. 8 cubiertos.

Rosario D. de Salvador.

ARROZ DE PESCADOS

2 tazas arroz bomba, limpio y sin lavar
½ kilo chipi chipi
4 tazas agua hirviendo
½ kilo mero, en trocitos
1 taza aceite de olivo
2 cebollas grandes, picadas
2 dientes ajos, machacados
1 ramita perejil, machacado
1 pimentón verde, picado
1 pote petits pois
restos de langosta, si se desea

Pónganse los chipi chipi en agua con sal durante una hora, para que suelten la arena que suelen tener. Pónganse, cubiertos con otra agua, al fuego, y cuando rompe a hervir el agua, los chipi chipi estarán abiertos y entonces se sacan de sus conchas y se reservan, así como el agua donde han hervido.

Escójase una olla baja de barro, metal o hierro, y ya en ella póngase a calentar el aceite. Cuando esté, pónganse las cebollas y el pimentón y déjense freír hasta que la cebolla empiece a tomar color. Póngase entonces el mero y cuando se ha frito, échense los chipi chipi, los restos de langosta, si se tiene, y el arroz.

lic. Add peppers, cook slightly, stirring with a wooden spoon. Season with salt, pepper and cloves.

Cook separately in a light broth, the ham, the chicken (which must be boned and cut in pieces), and the fish. Do not be alarmed at the proximity of ham and fish for it is this combination that gives its special flavor to this "paella". Add the foregoing ingredients to the rice a little at a time and stop the cooking every so often to avoid getting the rice too soft. Do not stir once the rice has been moistened, but shake the utensil itself once in a while. Cook very slowly until the rice is done. Serve in the same dish. This "paella" should be prepared over a charcoal fire.

Matilde Alcock.

SPANISH "PAELLA"

2 cups "bomba" rice, picked over, not washed
4 cups boiling water
1 pound pork, diced
½ pound ham, diced
3 medium onions, minced
3 tomatoes, pulp and juice
2 cloves garlic, mashed
2 red peppers, in strips
½ teaspoon paprika
1 can green peas
¾ cup oil (1 cup if pork is not used)

Spanish "paella" admits of almost any kind of addition to the recipe; whatever is at hand or whatever suits the individual taste may be included. The contents of the "paella" are of no special significance. The important thing is the cooking of the rice. Cooking time is about 1 hour.

Follow instructions for "Rice with Seafood" (see below), with the following exceptions: (1) Use meats in place of fish (if chicken is used, it must be cooked ahead of time). (2) After adding the meats, fry the tomato pulp in one side of the pan, and combine with the mixture. (3) Add the tomato juice and the paprika along with the boiling water. Serves 8.

Rosario D. de Salvador.

RICE WITH SEAFOOD

2 cups "bomba" rice, picked over, not washed
1 pound "chipi chipi" (mussels)
4 cups boiling water
1 pound fish diced
1 cup olive oil
2 large onions, minced
2 cloves garlic, chopped
1 sprig parsley, chopped
1 green pepper, minced
1 can green peas
leftover lobster, if desired

Soak "chipi chipi" in salted water for an hour to get rid of the sand which they always contain. Drain, cover with fresh water and bring to the boil. The shells will open and the "chipi chipi" can then be removed. Reserve both mussel and liquid.

Heat oil in a shallow vessel. (Earthenware is best, but iron or aluminum will serve). Add onions and pepper and fry until onions are lightly browned. Put in the fish and, when this is cooked,

Dórese el arroz hasta que al moverlo con la cuchara suene como si fuesen piedrecitas. Ya en este punto póngase el agua, (aprovéchese el caldo de hervir los chipi chipi), añádanse los ajos y el perejil y por último los petits pois. Sazónese en punto fuerte de sal.

Cuando rompe a hervir, introdúzcase en el horno hasta que se seque y déjese reposar fuera del fuego 10 minutos antes de ir a la mesa.

Puede hacerse igualmente sobre fuego de carbón, tapando la olla con una tapa sobre la cual se pondrán unas brasas. El tiempo empleado para este arroz es de una hora desde que se pone la tartera al fuego, e incluyendo los 10 minutos de reposo que conviene darle antes de mandarlo a la mesa. 8 cubiertos.

Rosario D. de Salvador.

"SOUFFLE" DE QUESO

2 cucharadas mantequilla
¾ tazas leche caliente
una migajita de ají en polvo
4 huevos, yemas y claras
2 cucharadas harina
½ cucharadita sal
¼ kilo de queso "Old English", en rebanadas

Derrítase la mantequilla, añádanse la harina, la leche y los aliños, y cuézase la mezcla hasta que esté lisa y espesa. Agréguese el queso y menéese hasta que esto esté desleído. Añádanse las yemas batidas y déjese enfriar. Incorpórense las claras batidas a punto de nieve y viértase la mezcla en una cacerola de 8 pulgadas (20 cm.) y cuézase en un horno muy moderado de 315° F. (157° C.) durante una hora y 10 minutos. Sírvase inmediatamente.

Margaret Chambers.

ARROZ CON "CURRY" SUAVE

2 tazas arroz sancochado
2 cucharaditas polvo "curry"
2 cucharadas mantequilla
1 taza caldo
1 cucharadita sal
1 cebolla picada fina

Hágase una pasta con el polvo y la mitad de la mantequilla. Añádase la cebolla previamente sofrita en el resto de la mantequilla. Viértase sobre esto el caldo y mézclese todo muy bien. Bájese del fuego e incorpórese con el arroz que debe estar caliente. Para servir, colóquese el arroz en un platón y póngase encima o pescado sancochado o un guiso de gallina o de ternera. También se puede arreglar el arroz en forma de anillo y llenar el centro con cualquier guisado apropiado.

Catherine S. de Coup-Crank.

MACARRONES CON QUESO

¼ kilo macarrones
3 cucharadas mantequilla
6 cucharadas harina
½ cucharadita mostaza en polvo
1 cucharadita sal
1 cucharadita salsa inglesa
1 litro leche
½ cebolla (pequeña) rallada
1 taza queso parmesano rallado
¼ cucharadita pimienta
migas de pan enmantequilladas

Sancóchense los macarrones durante 20 minutos en agua abundante con sal. Déjense escurrir y colóquense en una cacerola en-

the "chipi chipi" and the lobster, if used. Also add the rice. Continue frying until the rice, when stirred, rattles against the spoon like tiny pebbles. Then add boiling water (use liquid from "chipi chipi"), garlic, parsley and peas. Season with plenty of salt.

When the mixture boils, remove from fire and place in the oven until dry. Take out of oven and let stand 10 minutes before serving.

This dish may be cooked on a charcoal fire by covering the vessel and placing a few coals on the cover. The cooking time is one hour, counting from the time the vessel is first placed on the fire and including the 10 minutes it must be allowed to stand before serving. Serves 8.

Rosario D. de Salvador.

CHEESE SOUFFLE

dash of cayenne pepper
2 tablespoons butter
¾ cup hot milk
4 eggs, beaten separately
2 tablespoons flour
½ teaspoon salt
½ pound "Old English" cheese, sliced

Melt the butter, add the flour, milk and seasonings and cook until thick and smooth. Add the cheese and stir until it is melted. Add the beaten yolks of eggs and cool. Fold in the stiffly beaten whites and pour into an 8-inch casserole. Bake in a very moderate oven (315° F.) for an hour and ten minutes. Serve at once.

Margaret Chambers.

A MILD CURRIED RICE

2 cups cooked rice
2 teaspoons curry powder
2 tablespoons butter
1 cup broth or stock
1 teaspoon salt
1 onion, chopped fine

Make a paste of the curry powder and half of the butter. Add to the onion which has been fried in the rest of the butter. Pour over this the stock and mix thoroughly. Remove from fire and mix sauce with hot rice. To serve, pile rice on a platter and place steamed fish, braised chicken or veal stew on top, or mold rice into a ring and fill center with any suitable dish.

Catherine S. de Coup-Crank.

BAKED MACARONI AND CHEESE

½ pound macaroni
3 tablespoons butter
6 tablespoons flour
½ teaspoon dry mustard
1 teaspoon salt
1 teaspoon Worcestershire sauce
1 quart milk
½ small onion, grated
1 cup Parmesan cheese, grated
¼ teaspoon pepper
buttered crumbs

Cook macaroni in a large quantity of boiling salted water about 20 minutes. Drain and put into a greased casserole. Melt butter,

grasada. Derrítase la mantequilla, agréguense la harina y los aliños y añádase la leche poco a poco. Cuézase la mezcla, meneándola constantemente, hasta que se espese. Por último agréguense la cebolla y el queso y mézclese bien. Viértase encima de los macarrones. Espárzase con las migas y cuézase en el horno durante 20 ó 30 minutos a 375° F. (190° C.) Sírvase inmediatamente. 6 cubiertos.

Anne White.

"SPAGHETTI" CON SALSA DE CARNE

4 tazas "spaghetti" crudo
¼ taza aceite de olivo
¼ taza cebolla picada
½ taza pasta de tomate
½ kilo carne de res molida
2 dientes de ajo, en tiritas
¼ kilo cochino fresco sin grasa
sal y pimienta al gusto
1 taza pulpa de tomate, sin concha y sin semilla
ají en polvo y chile en polvo, si se desea
queso parmesano rallado

Sancóchese el "spaghetti" en agua salada abundante durante 20 hasta 30 minutos. Escúrrase y arréglese alrededor de un platón caliente, y póngase la siguiente salsa en el centro.

Salsa: Dórese el ajo en el aceite. Quítese el ajo. Añádase la cebolla y las carnes. Una vez doradas, agréguense la pasta y la pulpa de tomate. Sazónese con sal y pimienta y con el ají y el chile en polvo si se desea. Cuézase esta mezcla a fuego lento durante dos horas, más o menos, añadiéndole más pulpa de tomate (o agua) si se espesa demasiado. Sírvase el queso aparte.

Anne White.

MACARRONES AL HORNO

3 huevos, batidos hasta que estén livianos
1½ taza macarrones o "spaghetti" en pedacitos
1 taza queso rallado
1 taza migas de pan
1 taza leche
1 cebolla rallada
1 pimentón verde, picadito
sal al gusto

Sancóchense los macarrones en abundante agua salada hasta que estén blandos. Escúrranse. Mézclense con estos los demás ingredientes añadiéndoles los huevos por último. Cuézase la mezcla en una fuente engrasada en un horno moderado durante 40 minutos. Sáquese del molde y sírvase con salsa de tomate. 8 cubiertos.

Mary B. Wheeler.

blend in flour and seasonings, add milk gradually and cook until thickened, stirring constantly. Add onion and cheese and stir. Pour over macaroni. Sprinkle with the buttered crumbs. Bake in a 375° F. oven 20 to 30 minutes. Serve at once. Serves 6.

Anne White.

SPAGHETTI WITH MEAT SAUCE

4 cups raw spaghetti
¼ cup olive oil
¼ cup chopped onion
½ cup tomato paste
cayenne and chilli if desired
1 pound ground beef
2 cloves garlic, sliced
½ pound fresh lean pork
salt and pepper to taste
grated Parmesan cheese
1 cup tomato pulp, without seeds or skins

Boil spaghetti in a large quantity of salted water for 20 to 30 minutes. Drain and arrange around a large hot platter, with the following sauce in the middle:

Sauce: Heat olive oil and brown garlic in it. Remove garlic. Add onion, beef and pork. When browned, add tomato paste and pulp. Season with salt and pepper and with chilli and cayenne if desired. Let this mixture simmer about 2 hours, adding more tomato pulp (or water) if it gets too thick. Pass cheese with this dish.

Anne White.

MACARONI LOAF

1 cup coarsely grated cheese
1 cup soft bread crumbs
1 cup milk
1 onion, grated
1 green pepper, minced
salt to taste
3 eggs, beaten until very light
1½ cups macaroni or spaghetti broken in small pieces

Cook macaroni until soft in plenty of boiling salted water. Drain. Blend all ingredients with macaroni, adding eggs last. Bake in a greased baking dish in a moderate oven for about 40 minutes. Turn out and serve with tomato sauce. Serves 8.

Mary B. Wheeler.

HALLACAS

120 hojas de cambur (80 cuadradas y 40 largas)
cabuya delgada y fuerte

Para la masa

2 kilos maíz pilado o
40 pelotas de masa del mercado
6 litros de agua
sal
½ litro caldo
¾ kilo manteca
1 cucharada pimentón en polvo
3 cucharadas papelón rallado o azúcar

Adornos

8 huevos duros, en ruedas
40 aceitunas (más al gusto)
80 pasas (más al gusto)
80 almendras (más al gusto)

Para el guiso

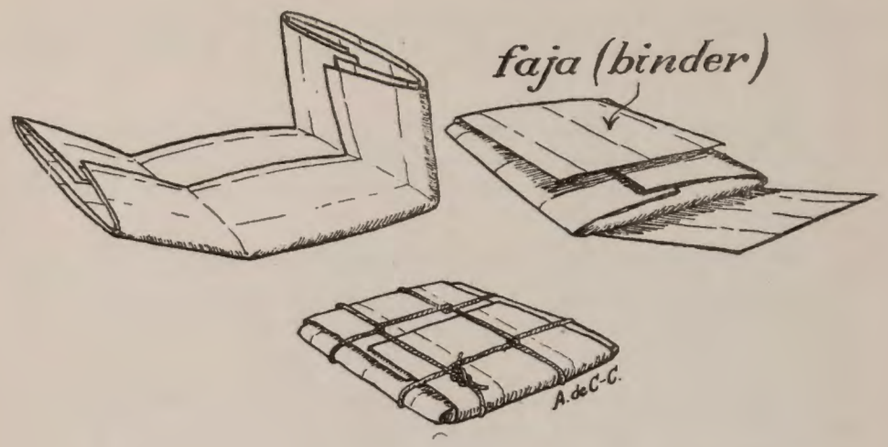
¾ kilo carne sin hueso o
¾ kilo cochino
2 kilos cebollas, en ruedas
1 gallina grande
sal y pimienta al gusto
2 cabezas ajos, grandes, molidas
2 kilos tomates, pelados, picados y sin semillas
4 pimentones grandes, picados
¼ kilo manteca
2 ajoporros, picaditos
⅛ a ¼ kilo papelón, al gusto
2 tazas (aprox.) vinagre fuerte
encurtidos picados en mostaza, al gusto
½ kilo tocino, en trocitos
15 (aprox.) ajíes molidos
⅛ kilo alcaparras
perejil picado
un poquito de masa o de pan rallado
¼ litro vino dulce

Primer día; preparación de la masa y de las hojas: Hiérvase el maíz con el agua y, al reventar bien el hervor, bájese del fuego, tápese y déjese hasta el día siguiente. Córtense las hojas, pásense por una hoguera, a fin de que se asen, sáquenseles la vena y pártanse en pedazos, unos cuadrados de 30 cm. (aprox.) y otros largos de 20 cm. por 40 cm. (aprox.) Lávense y séquense con una servilleta.

Las hojas se pueden comprar ya arregladas en el mercado. En tal caso no hay sino que partirlas y lavarlas. Estas hojas dan un sabor muy característico a las hallacas.

Segundo día; preparación de la masa: Muélase el maíz, ya colado, una o dos veces en la máquina para que quede fina y amáselo y suavícelo bien con agua y sal.

Pónganse en el caldo, la manteca, la sal, el pimentón en polvo y el papelón. Añádase esto a la masa y amásela y suavícela bien



"HALLACAS"

120 banana leaves (80 square and 30 oblong)
thin, strong twine

For the dough

4 pounds hulled corn or
40 balls "masa" from the market
6 quarts water
salt
1 pint stock
1½ pounds lard
1 tablespoon paprika
3 tablespoons grated "papelón" or sugar

Garnishes

8 hard-boiled eggs, sliced
40 olives (more to taste)
80 raisins (more to taste)
80 almonds (more to taste)

For the filling

1½ pounds lean beef or
1½ pounds pork
4 pounds onions, sliced
1 large hen
salt and pepper to taste
2 large heads garlic, minced
4 pounds tomatoes, peeled, seeded and cut in pieces
4 large peppers, chopped
½ pound lard
2 leeks, minced
¼ to ½ pound "papelón", to taste
2 cups (approx.) strong vinegar
chopped mustard pickles, to taste
1 pound salt pork, diced
15 (approx.) hot peppers, minced
¼ pound capers
minced parsley
a little "masa" or bread crumbs
1 cup sweet wine

First day: preparation of the dough and of the leaves. Boil the corn in the water. When bubbling briskly, remove from the fire, cover and set aside until the next day. Break the leaves apart, soften them by holding over the fire and take out the veins. Cut some into squares of about 14 inches and some into oblongs about 8 by 15 inches. Wash and dry with a towel.

Leaves may be bought in the market already prepared. If this is done, they need only be cut and cleaned. The banana leaves give a very characteristic flavor to the "hallacas".

para poderla extender con un cuchillo sobre las hojas. Divídase la masa en peloticas, cada una de las cuales representa la cantidad de masa necesaria para una hallaca.

La masa se puede comprar en el mercado ya preparada en pelotas que tienen más o menos el tamaño de una pelota de tennis. En tal caso no es preciso molerla, sino suavizarla según el párrafo anterior.

Preparación del guiso: Sancóchense la gallina y la carne con sal, cebollas y ajo, y déjese reducir el caldo. Píquese la carne en trocitos. Pártase la gallina deshuesada en trozos más grandes. Resérvese el caldo.

Caliéntese bien la manteca y agréguense los tomates. Déjese freír el todo por unos momentos. Agréguense las carnes, dos o tres tazas del caldo y los demás ingredientes del guiso menos los dos últimos. Una vez bien mezclado, cuájese el guiso con la masa o el pan rallado y añádase el vino.

Envoltura y cocimiento: Colóquese una hoja cuadrada en una tabla y extiéndase sobre ésta la mitad de una pelotica de masa, en forma redonda y con un espesor delgado. Pónganse encima 2 cucharadas del guiso, y agréguense los adornos que previamente se han puesto a la mano, cada uno en su envase particular. Extiéndase la otra mitad de la pelotica de masa sobre otra hoja cuadrada y tápese la primera hoja con ésta. Dóblense bien las dos hojas en forma cuadrada o alargada y envuélvase el todo en una de las hojas largas, la cual se llama la faja. Amárrese bien, según el dibujo.

Sancóchense las hallacas durante una hora o más en agua con sal. Echense las hallacas al agua cuando esté hirviendo fuertemente. Sáquense y déjense escurrir un poco, y luego colóquense en algo plano e inclinado para que se enfrien, pierdan el agua que les quede, y no pierden su forma.

La hallaca tiene mejor gusto el día después de hecha. Para comerlas, caliéntense en agua hirviendo.

Estas hallacas, hechas así, duran 15 días en perfecto estado guardándolas en refrigeradora. Duran aún más tiempo si se suprimen los huevos duros. Es bueno guardarlas tapadas de hojas. Se obtienen 40 hallacas.

Isabel A. de Manrique y C. S. de C.-C.

Second day: preparation of the dough. Drain the corn and put it through the grinder once or twice so that it will be very fine. Knead it with water and salt until it becomes soft.

Combine stock, lard, salt, paprika and "papelón". Add to the corn and knead until the dough is soft enough to spread readily with a knife. Divide it into small balls, each of which represents the quantity of dough needed for one "hallaca".

"Masa" may be bought in the market already prepared. It comes in balls about the size of tennis balls. If this is done, omit the grinding and knead dough according to the above directions.

Preparation of filling: Boil the hen and the meat with salt, onions and garlic, and let the stock boil down. Cut meat into small pieces; bone the hen and cut into pieces a little larger. Save stock.

Heat lard, add tomatoes and let simmer for a few minutes. Add hen and meat, 2 or 3 cups of stock and all other ingredients except the last two. Blend well. Thicken with "masa" or bread crumbs and add the wine.

Wrapping and Cooking: Place on a board one of the square leaves and spread it thinly with a circle of dough, using half of one of the small balls described above. Cover with 2 tablespoons of filling, add garnishes which have been placed at hand, each in a separate bowl, and top with another square leaf spread with the remaining half of dough-ball. Fold together both leaves, either into a square or into an oblong, wrap with one of the oblong leaves, which is called the binder, and tie tightly. (See drawing).

Put the "hallacas" into boiling salted water and let cook for at least an hour. Remove from water and drain. Place on a tilted board to cool, so that any additional water may drain off without the "hallacas" getting out of shape.

"Hallacas" taste better the day after they are made. When ready to serve, heat in boiling water.

Prepared this way, "hallacas" will keep perfectly in the refrigerator for two weeks. They will keep even longer if the hard-boiled egg is left out. They should be coverd with banana leaves when put away. Makes 40 "hallacas".

Isabel A. de Manrique and C. S. de C-C.

HALLACAS MERIDEÑAS

225 hojas de cambur (150 cuadradas y 75 largas)
onoto (para dar color a la manteca)
cabuya, delgada y fuerte — **2 kilos manteca de cochino**

Para la masa

4 kilos maíz pilado o
75 pelotas de masa
agua
sal

Adornos

½ kilo tocino en trocitos
½ kilo tocineta picada
150 pasas
75 ciruelas pasas
75 aceitunas (más al gusto)

Para el guiso

1 repollo blanco, pequeño, picado en tiritas
¼ kilo garbanzos, cocidos y pelados

2 kilos pulpa negra
½ kilo cebollas
2 ó 3 cabezas ajos
3 ó 4 ajíes dulces
orégano al gusto
2 ó 3 frascos pequeños de alcaparras
2 kilos cochino
½ kilo tomates
6 pimentones
5 ramitas perejil
vinagre y aceite al gusto
un poquito de masa, desleído en agua

Sígase la receta anterior hasta llegar a la "preparación del guiso", con la excepción siguiente: suavícese la masa únicamente con sal y agua.

Preparación del guiso: Despelléjese la carne y adóbese con sal, vinagre, ajos y orégano. Píquese en trocitos y póngase en una olla junto con los garbanzos, el repollo y un poco de agua. Muélanse las cebollas, los pimentones, los tomates y los ajíes, y sofríanse en un poco de manteca. Añádase esta mezcla a la primera preparación, junto con un poco de aceite y onoto para darle color. Cuézase durante 15 minutos. Agréguese también suficiente masa para cuajar el guiso, que debe quedar un poco seco para evitar que se apiche. Bájese del fuego y añádanse las alcaparras. No se debe tapar caliente.

Envoltura y cocimiento: Sígase la receta anterior con las excepciones siguientes: (1) antes de extender la masa sobre las hojas, úntense éstas con una cucharada de manteca con onoto. (2) téngase cuidado, al poner el guiso, que cada hallaca lleve por lo menos un pedacito de cada una de las carnes. (3) sancóchense las hallacas en agua hirviendo por espacio de 2 horas consecutivas. Se obtienen 75 hallacas.

María Luisa B. de Febres Cordero.

La hallaca es un pastel cubierto con una tela de masa de maíz, envuelto en hojas de plátano y cocido en agua. (Díaz). Las hallacas en Venezuela son de **obligado servicio** durante la Pascua de Navidad. Las llamadas angostureñas pueden conservarse sin alteración más de tres semanas, y sólo se diferencian en la conposición del guisado. Lo escriben con "h" porque en ocasiones dicen "jayaca". (Lisandro Alvarado, **Glosarios del Bajo Español en Venezuela**).

"HALLACAS" MERIDA STYLE

225 banana leaves (150 square, 75 oblong)
thin, strong twine — **4 pounds pork lard**
"onoto" (to color the lard)

For the dough

8 pounds hulled corn or
75 balls "masa" from the market
water
salt

Garnishes

1 pound salt fat pork, diced
1 pound bacon, chopped
150 raisins
75 prunes
75 olives (more to taste)

For the filling

1 small white cabbage, shredded
½ pound chickpeas, boiled and husked

4 pounds lean beef
1 pound onions
2 or 3 heads garlic
3 or 4 sweet chilli peppers
wild marjoram to taste
2 or 3 small bottles capers
4 pounds pork
1 pound tomatoes
6 peppers
5 sprigs parsley
vinegar and oil to taste
a little "masa", softened in water

Follow first recipe as far as "preparation of filling", with this exception: soften the dough only with salt and water.

Preparation of filling: Remove skin from meat and rub with salt, vinegar, garlic and wild marjoram. Cut into cubes and place in a pot with chickpeas, cabbage and a little water. Grind tomatoes, onions, peppers, chilli peppers, fry them lightly in a little lard and add them to the first mixture. Also add a little oil and "onoto" to color. Cook 15 minutes. Add enough "masa", softened in water, to thicken the filling. The mixture should be quite thick so as to avoid fermentation. Remove from fire and add capers. Do not cover while hot.

Wrapping and Cooking: Follow instructions in first recipe with the following exceptions: (1) before spreading the dough on the leaves grease both the bottom and the top leaf with a tablespoon of lard colored with "onoto". (2) be sure, when adding filling, that each "hallaca" contains at least one piece each of beef and pork. (3) place the "hallacas" in boiling salted water and cook for 2 consecutive hours. Makes 75 "hallacas".

María Luisa B. de Febres Cordero.

The "hallaca" is a meat pie with a corn-meal crust, wrapped in banana leaves and boiled in water. (Díaz) By Venezuelan custom "hallacas" are always served at Christmas. The so-called "Angostura" type may be kept for more than 3 weeks and differ from other "hallacas" only in the nature of the filling. The name "hallaca" is spelled with an "h" because sometimes the initial letter is aspirated. (Lisandro Alvarado, **Glosarios del Bajo Español en Venezuela**).

CARNES Y AVES

LOMITO "STROGANOFF"

1 kilo lomito, picado en tiras de 8 cm.
2½ cucharadas mantequilla
1 cebolla, bien picada
1 cucharadita mostaza preparada
2 cucharaditas crema de leche cortada
1 taza caldo, caliente
1 cucharada colmada harina

Espolvoréese la carne con la sal y la pimienta. Derrítase 1½ cucharada de la mantequilla en una sartén. Agréguese la cebolla. Añádase la carne y fríase bien. Agréguese esto a la salsa y cuézase a fuego lento durante 15 minutos.

Salsa: Derrítase una cucharada de la mantequilla. Agréguese la harina. Menéese bien, a fuego lento, hasta que se dore. Añádase el caldo. Cuézase hasta que reviente el hervor, meneándose constantemente. Incorpórense bien la mostaza y la crema.

Tanya Hecker.

"DANISH STEAK"

sal, pimienta
harina
hoja de laurel
manteca
carne blanda, en rebanadas delgadas

Golpéese bien la carne. Añádanse la sal y la pimienta. Enharínese la carne y fríase en un poco de manteca caliente, hasta que se dore. Agréguese la hoja de laurel y un poco de agua. Tápese y cuézase, a fuego lento, durante una hora (aprox.).

Dorothy B. Crease.

"DAUBE GLACE"

2 paticas de ternera
2 kilos pulpa negra y hueso
2 cebollas
2 zanahorias raspadas
1 tallo apio España
sal al gusto
ají en polvo al gusto
¼ taza vinagre estragón
¼ cucharadita polvo de tomillo
1 hoja laurel
2 clavos de especie
1 diente ajo (según el gusto)
2 ramitas perejil
1 taza vino tinto (clarete)

Este plato es una "galantina" propia para un "buffet". De un día para otro adóbese la carne en el vino, el vinagre y las especias. Pónganse todos los ingredientes en una olla grande. Cúbranse con agua fría. Hiérvase todo a fuego lento durante 3 ó 4 horas hasta que la carne se caiga de los huesos. Cuélese. Sáquese la carne y las paticas. Enfríese y quítese la grasa del caldo. Cúbrase el fondo de un molde con las zanahorias en rebanadas. Cór-

MEATS AND FOWL

BEEF STROGANOFF

2 pounds tender beef cut into small oblong pieces
2½ tablespoons butter
1 onion, finely chopped
1 heaping tablespoon flour
1 teaspoon prepared mustard
2 teaspoons sour cream
1 cup hot stock

Salt and pepper the beef. Melt 1½ tablespoons of the butter in a frying pan, add onion. Add meat and fry well. Add it to the sauce and simmer 15 minutes.

Sauce: Melt 1 tablespoon butter, add flour and stir over a slow flame until the color darkens. Add stock, let boil up, stirring constantly. Add mustard and sour cream, blend well.

Tanya Hecker.

DANISH STEAK

tender steak, cut thin
salt, pepper
flour
bay leaf
fat

Pound meat well, add salt and pepper. Dip meat in flour and fry until brown in a small amount of hot fat. Add bay leaf and a little water. Cover, cook slowly for about an hour.

Dorothy B. Crease.

DAUBE GLACE

2 calves' feet
4 pounds round of beef and a bone
2 onions
2 carrots, scraped
1 stalk of celery
salt
cayenne
¼ cup Tarragon vinegar
1 sprig thyme (or ¼ teaspoon)
1 bay leaf
2 whole cloves
1 clove garlic (optional)
2 sprigs parsley
1 cup claret

This dish is a molded beef a la mode—attractive for a buffet supper meat dish.

Marinate beef overnight in wine, vinegar, and spices. Put with other ingredients into a large pot and cover with cold water. Bring to a boil and simmer 3 or 4 hours till the meat drops from the bones. Strain, remove pieces of meat and calves' feet, cool, and remove the grease from the top of the broth.

Slice the carrot and arrange around the bottom of a mold. Mix the meat and bits from calves' feet, cut in small pieces, and

tense la carne y las paticas en pedacitos. Mézclense y colóquense en el molde. Llénese el molde poco a poco con el caldo y colóquese en la refrigeradora hasta que se cuaje. Si se desea más gelatina para adorno, enfríese más caldo y córtese en pedacitos. Para servir, sáquese del molde, adórnese con la gelatina adicional y espolvoréese con perejil picado.

Si no se consiguen las paticas de ternera se puede usar ¼ kilo de ternera. Luego mídase el líquido y añádase 1 cucharada de gelatina (sin sabor) para cada 2 tazas del líquido, (o para una gelatina muy firme úsese 1¼ cucharada de gelatina). Remójese la gelatina en un poco de agua fría, y, 5 minutos después, añádase al caldo caliente.

GUISADO HOLANDES

1 kilo pecho de res
1½ kilo papas
3 cebollas medianas
9 zanahorias grandes, picadas
4 cucharadas mantequilla o manteca
1 litro agua salada, hirviendo

Colóquese la carne en el agua. Tápese y cuézase durante dos horas. Añádanse las zanahorias encima de la carne y cuézase todo, durante 20 minutos más, tapado. Agréguense las papas y las cebollas y cuézase todo tapado, durante 1 hora más. Sáquese la carne.

Macháquense, con un tenedor, las verduras con el caldo, que no debe ser mucho. Las verduras deben tener la consistencia de un puré espeso. Sírvanse las verduras en una bandeja, con la carne en rebanadas, por encima. Si se desea, se agrega un poco de mantequilla a las verduras.

Catalina María van Egmond.

CARNE CONDIMENTADA

2 kilos carne magra
1 taza agua
1 taza vinagre
½ cucharadita pimienta guayabita
1 hoja laurel
½ cucharadita tomillo
2 cucharadas azúcar blanca o morena
1 cebolla grande en rebanadas
½ cucharada sal

Esta es una buena manera de preparar carne dura.

Lávese la carne. Hiérvanse juntos, durante 5 minutos, los demás ingredientes. Una vez tibia, échese encima de la carne, previamente colocada en un tazón. El líquido debe cubrir la carne. Póngase encima un peso. Colóquese en el fondo de la refrigeradora durante 3 ó 4 días, dándole vuelta cada día. *Cocimiento:* dórese la carne en un caldero, en un poco de manteca. Añádase el líquido. Tápese y cuézase hasta que esté blanda (aprox. 3 horas). Si se merma mucho el líquido, agréguense agua y vinagre en cantidades iguales. Hágase una salsa del líquido que sobra añadiéndole más vinagre, si se desea una salsa bien agria.

Generalmente se sirven con esta carne frituras de papas crudas (véase p. 96) y ensalada de repollo morado.

Dorothy Kamen-Kaye.

arrange in the mold. Pour very slowly over all enough of the broth to fill the mold and put into the refrigerator to set. If more jelly is desired for garnishing, put some broth aside and when ready to use, chop into bits. To serve, unmold the daube, surround with the chopped jelly, sprinkle with finely chopped parsley.

If calves' feet are not to be had, use ½ pound veal in the broth. Measure the liquid and add gelatin as follows: to each 2 cups of liquid, 1 tablespoon of gelatin. This will give a firm mold. For a very firm mold, use 1¼ tablespoons gelatin to 2 cups of liquid. The gelatin should be mixed first with a little cold water, let stand 5 minutes, then added to the hot broth.

HUTSPOT (DUTCH STEW)

2 pounds brisket of beef
3 pounds potatoes
1 quart boiling salted water
9 big carrots, chopped
4 tablespoons butter or lard
3 medium onions

Cook meat in water, covered, two hours. Then put carrots on top of meat and cook 20 minutes more, covered. Add potatoes and onions and cook, covered, 1 hour more. Remove meat, mash vegetables in remaining liquid. There should not be much, as the resulting mixture should have the consistency of mashed potatoes. Serve the mashed vegetables spread on a platter with the sliced meat on top. Butter may be added to the vegetables if wished.

Catalina María van Egmond.

SPICED BEEF

4 pounds lean beef
1 cup water
1 cup vinegar
½ teaspoon allspice
a good sized onion, sliced
1 bayleaf
½ teaspoon thyme
2 tablespoons sugar (brown or white)
½ tablespoon salt

A very good way to prepare a tough piece of beef

Wash the meat. Boil the other ingredients together five minutes. Cool to tepid and pour over the meat, which has been put into a bowl. The liquid should cover the meat; weigh it down with a plate. Stand in the bottom part of the refrigerator 3 or 4 days, turning every day. To cook: sear in Dutch oven in a little fat, add the liquid and cook tightly covered till tender (about 3 hours). Add equal quantities of water and vinegar if necessary. Make gravy from the liquid remaining, adding more vinegar if a decided sour flavor is desired.

The usual dishes accompanying this meat are raw potato pancakes (see p. 97) and red cabbage slaw.

Dorothy Kamen-Kaye.

"SWISS STEAK"

½ kilo pulpa negra
2 cebollas, picadas
1 pimentón verde, picado
harina
2 tazas pulpa de tomates
sal al gusto

Córtese la carne como para servirla. Cúbrase bien con harina y golpéese con la orilla de un plato, a fin de que la carne absorba la harina. Fríase hasta que quede bien dorada por ambos lados y sáquese de la manteca. Fríanse la cebolla y el pimentón hasta que se ablanden. Agréguense la pulpa, la carne, la sal y agua suficiente para cubrir la mezcla. Tápese bien y cuézase a fuego lento hasta que la carne esté blanda.

Mary B. Wheeler.

PARA SERVIR CARNE DE RES SALADA (*)

Caliente — con salsa de rábano picante o de mostaza.

Fría — prensada, se puede cortar muy bien en rebanadas finas. Enfríese la carne en el caldo en el cual se cocinó. Sáquese y póngase en un recipiente que le quede ajustado. Tápese y colóquese un peso por encima. Déjese reposar durante 12 horas.

"Corned Beef Hash" — mézclense juntos ½ taza carne de res salada, cocida y picada, 3 tazas papas, cocidas y picadas, ¼ taza cebolla, picada, ⅛ taza caldo, crema de leche o leche cremosa y 2 cucharadas mantequilla o Crisco.

Sazónese al gusto con sal y pimienta. Agréguese a la mantequilla en una sartén, extendiendo la mezcla por todos lados. Cuézase lentamente hasta que se dore por debajo. (Si una concha no se forma con facilidad, añádase a la mezcla un huevo ligeramente batido). Dóblese en forma de tortilla y sírvase adornada con perejil.

(*) *Preparación de carne salada, p. 224.*

PAN DE TERNERA, FRIA

½ kilo ternera
pimienta
sal
2 huevos, batidos
⅛ kilo jamón crudo
1 cebolla
1 ajoporro
unas tiritas tocineta cruda
1 bollo de pan remojado en leche

Muélanse juntos la ternera, el jamón y el pan. Mézclese todo con los huevos. Sazónese con sal y pimienta. Fórmese la carne en un bollo, cúbrase con la tocineta y envuélvase en un paño húmedo. Amárrese bien y cuézase durante 3½ horas (aprox.) en agua salada que ya contiene la cebolla y el ajoporro. Sáquese del agua y colóquese un peso encima. Se le quita el paño al día siguiente. Sírvase frío.

Mercedes E. de Rodríguez.

TERNERA CON REPOLLO (FAARIKAAL)

1 kilo ternera
¼ taza mantequilla
1½ cucharadita sal
½ cucharadita pimienta en grano
2 tazas agua
1 repollo mediano
1 taza crema de leche cortada (véase p. 235)

Píquese la carne en trozos de 2 pulgadas (5 cm.) Dórese en la mantequilla. Agréguense la pimienta, la sal y el agua. Tápese

SWISS STEAK

1 pound round steak
2 onions, chopped
1 green pepper, chopped
flour
2 cups tomato pulp
salt to taste

Cut the meat into pieces for serving. Pound as much flour as possible into it with the edge of a plate. Fry until nicely brown on both sides; remove from fat. Fry onion and pepper until soft; add tomato pulp, meat, salt and water to cover. Cover closely and cook slowly until meat is tender.

Mary B. Wheeler.

WAYS TO SERVE CORNED BEEF (*)

Hot — with horseradish or mustard sauce.

Cold — pressed; it then slices beautifully. Cool a little in the liquid in which it was cooked, then remove to a dish into which it will fit very tightly. Cover and place a weight on cover. Let stand at least 12 hours.

Corned Beef Hash — 1½ cups chopped cooked corned beef, 3 cups chopped cooked potatoes, ¼ cup chopped onion, ⅛ cup stock, cream or rich milk, 2 tablespoons butter or Crisco. Mix all together, season to taste with salt and pepper, add to butter or Crisco in hot frying pan, spreading evenly. Cook slowly until browned on bottom. (If it will not form a crust add a slightly beaten egg to the mixture). Fold so as to have crust on top as well as on the bottom; serve garnished with parsley.

(* *To corn beef, see page 225).*

COLD VEAL LOAF

1 pound veal
pepper
salt
2 eggs, beaten
¼ pound raw ham
1 onion
1 leek
strips of raw bacon
1 roll, soaked in milk

Grind the veal, ham and bread, add the eggs, and season with salt and pepper. Form into a loaf and cover the loaf with strips of bacon. Roll in a damp cloth and tie tightly. Cook in salted water with leek and onion for 3½ to 4 hours. Remove from water and place a weight on it. Do not remove the cloth until the next day. Serve cold.

Mercedes E. de Rodríguez.

VEAL AND CABBAGE (FAARIKAAL)

2 pounds lean veal
¼ cup butter
1½ teaspoons salt
½ teaspoon peppercorns
2 cups water
1 medium cabbage
1 cup sour cream (see p. 251)

Cut veal in 2-inch cubes, brown in butter, add seasonings and water. Cover, simmer for about 45 minutes, until veal is almost

y cuézase a fuego lento durante 45 minutos, hasta que la ternera esté casi cocida. Agréguese más agua, si es necesario. Córtese el repollo en octavos y sáquese el corazón. Añádase esto a la carne y cuézase, sin tapar, durante 15 ó 20 minutos más. Añádase la crema, caliéntese bien y sírvase.

Kath Phelps.

GUISO DE TERNERA

1 kilo ternera
4 zanahorias
4 pimientas en grano
6 cebollas
4 tallos pequeños apio España
2 tazas petits pois
sal al gusto

Córtese la ternera en trozos de 2 pulgadas (5 cm.) Píquense todas las verduras. Póngase todo en una paila y cúbrase con agua tibia. Cuando empiece a hervir, quítese la nata. Añádanse la sal y la pimienta. Tápese la paila y cuézase todo a fuego lento durante 2½ horas o hasta que todo esté blando. Sírvase caliente. Si se desea, se pueden agregar "dumplings". (Véase p. 108). 6 cubiertos.

Sybil Fulcher.

CHIVITO ASADO

El chivito no debe de tener más de un mes de nacido y debe de haber sido criado con leche. Límpiese la carne. Sáquense las vísceras. Enharínese y espolvoréese con cebolla picada, sal, pimienta y un poco de orégano. Pónganse encima de la carne punticos de mantequilla. Colóquese la carne en una asadera, cúbrase el fondo de la asadera con agua y hornéese a 350° F. (176° C) durante 1 hora. Dórese por ambos lados, dándole vuelta de vez en cuando. Agréguese más agua si es necesario. El fondo de la asadera debe quedar siempre cubierto de agua. Pártase la carne en pedazos antes de mandarla a la mesa. Sírvase con su salsa y con salsa de hierbabuena.

Este plato es sabroso frío. Sírvase así con una ensalada y con salsa o jalea de hierbabuena.

Dorothy B. Crease.

DOS MANERAS DE COCINAR CHIVO

Chivo con aceitunas: Sáquese el hueso de un pernil de chivo. Enróllese con pedazos de tocino. Sazónese bien con sal y pimienta. En un caldero, dórense unos cuadraditos de tocino magro con un poco de mantequilla. Añádase la carne y sofríase por ambos lados. Cuézase un rato. Agréguense 2 tazas de aceitunas y tápese. Manténgase siempre en el caldero 1 taza de líquido. Use se este líquido como salsa y sírvase junto con las aceitunas.

Chivo con especias y vino: Córtese la carne como para un sancocho y dórese en tocino y mantequilla. Sazónese con sal y pimienta. Tápese y cuézase bien, habiéndole incluído en su cocimiento una bolsita de tela conteniendo las especias, (2 cucharaditas cada uno de orégano, albahaca, tomillo, ajedrea y un diente de ajo). Viértase encima agua y vino tinto en cantidades iguales. Tápese y cuézase hasta que la carne esté blanda. Añádase un poco de extracto de carne desleído en 1 cucharada de agua caliente. Si se desea, se puede espesar la salsa con un poco de harina.

Recetas francesas.

done. (Add more water if necessary). Cut cabbage in eighths, remove core. Add to veal and cook uncovered for 15 or 20 minutes more. Add sour cream, heat thoroughly to serve.

Kath Phelps.

STEWED VEAL

2 pounds veal
4 carrots
4 peppercorns
6 onions
4 small stalks celery
2 cups peas
salt to taste

Cut the veal into 2-inch cubes; cut up all the vegetables. Place in saucepan, cover with warm water. Bring to the boil, skim well, add peppercorns and salt. Cover, stew slowly 2½ hours or until tender. Serve hot. Dumplings may be added (see page 109) Serves 6.

Sybil Fulcher.

ROAST KID

Young goats for roasting must not be more than a month old, and milk fed. Wipe the meat clean and remove liver, kidneys, heart etc. Dredge with flour, sprinkle with chopped onion, salt, pepper, a little orégano (wild marjoram), dot with butter and place in roasting pan. Add water to cover bottom of pan and cook in a 350° F. oven about an hour. Turn occasionally to brown both sides evenly. Add more water if necessary to keep the bottom of the pan covered. Cut into portions for serving before sending to the table. Serve with gravy and mint sauce. Kid done this way is delicious cold, served with a salad and mint sauce or jelly.

Dorothy B. Crease.

TWO WAYS TO COOK GOAT

Goat with Olives — A boned and rolled foreleg of goat is larded with bits of salt pork well seasoned with salt and pepper, and braised in an iron cocotte with some tiny squares of lean salt pork which have been browned in a little butter. When the goat is partially cooked, 2 cups of olives are added. Keep covered, keep about a cup of liquid in the pot at all times, and serve with about a cup of this liquid as a sauce, together with the olives.

Goat with Spices and Wine — Cut up the goat as for stew and brown the pieces in salt pork and butter. Add salt, pepper and a little muslin bag containing ½ teaspoon each of wild marjoram, basil, thyme, savoury, a clove of garlic, and several juniper berries. Then pour over it an equal quantity of red wine and water. Cover and cook until well done, then add a little beef extract dissolved in a tablespoon of hot water. Thicken the gravy with a little flour if liked.

From an old French cookbook.

FRICASE DE VENADO

Píquese la carne en pedazos como para servirse. Dórese en mantequilla. Póngase en una fuente de hornear y espolvoréese con sal, pimienta, perejil picado y un poco de cebolla picada, si se desea. Cúbrase con caldo. Hornéese, tapada, durante 2 horas. Diez minutos antes de servirla, añádanse 1 copita de vino tinto y algunos hongos en rebanadas. Si se desea una salsa espesa, agréguese al vino un poco de harina desleída en agua.

Bárbara de Z. Maxwell.

PERNIL DE VENADO ASADO

Si el venado es muy fresco, lávese con agua fría para quitarle la sangre. Háganse 6 ó 8 agujeritos en la parte gruesa de la carne. En cada agujero colóquese un diente de ajo pelado (o un pedazo de cebolla). Póngase el pernil en una asadera con tapa. Cúbrase con una mezcla de sal, pimienta, ½ taza "ketchup" (salsa de tomate preparada), ¼ taza vinagre, 3 cucharadas mostaza preparada y 1 cucharada de salsa inglesa. Encima de esto, póngase ½ taza de manteca de tocineta (o mantequilla y Crisco en partes iguales, o manteca), cubriéndose toda la superficie de la carne. Pónganse 2 tazas de agua caliente en la asadera. Hornéese la carne, medio tapada, durante 3 horas, o hasta que se pueda hincar con un tenedor con facilidad. Destápese y déjese dorar.

PASTEL AMERICANO DE GALLINA

1 gallina, sancochada y picada en trozos regulares

15 papas pequeñas, cocidas	**3 cucharadas harina**
1 pote petits pois	**3 yemas de huevo**
3 ramitas perejil, picadas	**4 tazas caldo de gallina**

mezcla para panecitos "Royal", (véase p. 12)

Espésese el caldo con la harina y las yemas. Sazónese con sal y pimienta. Agréguese el perejil. Colóquese junto con la gallina y las legumbres en una fuente de hornear con los panecitos, crudos, encima. Cuézase en un horno caliente durante 45 minutos. 8 cubiertos.

Anna Gibson.

GALLINA CON ZANAHORIAS

1 gallina	**1 cebolla**
1 paquete zanahorias (4 ó 5)	**1 cucharada mantequilla**
1 ajoporro	**1 litro leche**
un poquito perejil	**1 litro agua**

ruedas de pan fritas en mantequilla

Se rallan las zanahorias, se pica muy bien la parte blanca del ajoporro, el perejil y la cebolla. Todo esto se sofríe en la mantequilla. Aparte se sofríe la gallina entera o en presas. Luego se une todo y se pone a cocinar a fuego lento, poniéndole poco a poco la leche y el agua mezcladas, hasta que la gallina esté bien blanda y haya dado una buena salsa. Para servirla, se ponen a la orilla de la bandeja, ruedas de pan fritas en mantequilla.

Mercedes E. de Rodríguez.

FRICASSEE OF VENISON

Cut the venison into cutlets for individual portions and fry gently in butter. Place in a baking dish and sprinkle with salt, pepper, finely chopped parsley and a little finely chopped onion if liked. Pour on enough strong beef stock to cover, and simmer in the oven, covered, for two hours or until the meat is tender. Ten minutes before serving, add a wineglass of red wine and some thinly sliced mushrooms. If a thick sauce is desired, flour mixed to a paste with a little water may be added with the wine.

Bárbara de Z. Maxwell.

ROAST LEG OF VENISON

Wash the meat in cold water to remove extra blood. Make 6 or 8 holes in the fleshy side and insert a peeled clove of garlic in each. Place the leg in a roasting pan with a cover. Sprinkle liberally with: salt, pepper, and a mixture of ½ cup ketchup, 3 tablespoons prepared mustard, ¼ cup vinegar, 1 teaspoon Worcestershire sauce. Put on top of all this ½ cup bacon drippings or butter and Crisco mixed, smoothing it all over the surface of the meat. Pour 2 cups of hot water into the bottom of the pan and cook the meat, partly covered, for about 3 hours or until it is easily pierced with a fork in the thickest part. Uncover and brown.

The garlic may be omitted and onion slices, covering the meat, used instead.

AMERICAN CHICKEN PIE

1 boiled chicken cut in medium sized pieces

15 small boiled potatoes	**3 tablespoons flour**
1 can peas	**yolks of 3 eggs**
3 sprigs parsley, chopped	**4 cups chicken broth**
salt and pepper to taste	**biscuit dough (see p. 13)**

Thicken the broth with the flour and egg yolks, season with salt and pepper. Add parsley. Place chicken and vegetables in casserole. Add sauce, place biscuits on top. Bake in a 400° F. oven for ¾ hour. Serves 8.

Anna Gibson.

ROAST CHICKEN WITH CARROTS

1 roasting chicken	**1 onion**
4 or 5 carrots	**1 tablespoon butter**
1 leek	**1 quart milk**
parsley to taste	**1 quart water**

slices of bread, browned in butter

Grate the carrots, chop fine the white part of the leek, the parsley and onion; brown in a little butter. Brown the chicken separately, either whole or cut into pieces. Add first mixture to chicken, add the mixed milk and water, and cook slowly until the chicken is tender and a good gravy is obtained. Serve on a platter with a border of the browned bread slices.

Mercedes E. de Rodríguez.

GALLINA CON NARANJAS

1 gallina grande
9 naranjas medianas
5 cucharadas mantequilla
1 hoja laurel
pimienta, sal, azúcar
2 cucharadas harina
3 cebollas grandes, ralladas
agua

Se despedaza la gallina del tamaño que uno quiera, se adoba con todas las cebollas, pimienta, hoja de laurel y el jugo de 6 de las naranjas. Se pone en la refrigeradora desde la víspera. El día siguiente se dora con 3 cucharadas de la mantequilla y se pone a hervir en un litro de agua. Cuando se esté ablandando se le agrega toda la salsa del adobo, se le pone la sal, y se deja a fuego lento, bien tapada, por lo menos 2 horas. Poco antes de servir se espesa la salsa dorando la harina con el resto de la mantequilla y desliendo esto en una taza de agua y agregándolo a la salsa. Por último se echa un pellizco de azúcar a la salsa. Se adorna con ruedas bien finitas de 3 naranjas sin pelar. Para 6 personas.

María Hinde.

CACEROLA DE GALLINA RELLENA

1 gallina mediana
2 cucharadas manteca
1 cucharada mantequilla
2 cebollas grandes, en rebanadas
1 hoja laurel
1 clavo de especie
12 papitas enteras
12 zanahorias pequeñas, enteras
3 tomates grandes

Relleno

¼ kilo cochino magro
2 tomates grandes, maduros
1 cebolla pequeña
½ taza migas de pan
2 huevos, batidos
¼ cucharadita nuez moscada
¼ taza encurtidos en mostaza
sal y pimienta al gusto

Salsa

una cucharada mantequilla
menudencias de la gallina
3 tazas agua
1 cebolla pequeña
sal al gusto
1 cucharada maicena
¼ taza jerez

Límpiese la gallina. Cuídese de no maltratar el pellejo de la pechuga. Cuézanse las menudencias hasta que se ablanden, en agua salada con un poco de cebolla. Guárdense éstas para la salsa. Muélase el cochino. Agréguense los tomates pelados, sin semillas y cortados en pedacitos, las cebollas, bien picadas, los huevos, las migas de pan, la nuez moscada y los encurtidos picados. Rellénese la gallina, inclusive la parte de la pechuga, y acomódense las alas y las piernas del ave. Se obtiene un sabor más delicado cocinándola en cazuela de barro, pero también se puede preparar en un caldero. Dórese la gallina en la manteca y la mantequilla, junto con la cebolla, la hoja de laurel y el clavo. Agréguense los tomates enteros. Tápese bien y cuézase durante 2 horas, hasta que la gallina esté blanda. Media hora antes de estar cocida, añádanse las papas y las zanahorias. Colóquese la gallina en una bandeja y adórnese con las verduras.

Quítese del caldero toda la grasa posible. Echense las menudencias en su líquido. Ráspese el caldero, a fin de desprender todo lo que se le haya pegado. Hágase hervir la mezcla. Deslíase la maicena en un poco de agua. Añádasela a la salsa con la mantequilla y cuézase durante 5 minutos más. Cuélese la salsa. Agréguese el vino y sírvase en una salsera.

Mina de González R.

ROAST CHICKEN WITH ORANGES

1 roasting chicken
9 medium sized oranges
5 tablespoons butter
1 bay leaf
pepper, salt, sugar
2 tablespoons flour
3 large onions, grated
water

Cut chicken into pieces as desired and marinate in the onion, pepper, bayleaf and the juice of 6 of the oranges, mixed together. Place in the refrigerator overnight. The next day, brown in 3 tablespoons of the butter and put to boil in a quart of water. When it begins to soften, add all the sauce in which it was marinated. Add the salt and simmer, covered, at least 2 hours. A little before the chicken is to be served, make a sauce by browning the flour in the remaining butter, dissolving this in a cup of water, and adding to the liquid in which the chicken is cooking. Last, add a pinch of sugar. To serve, garnish with the other 3 oranges sliced very, very thin, peel and all. Serves 6.

María Hinde.

STUFFED CHICKEN CASSEROLE

1 medium sized chicken
2 tablespoons lard
1 tablespoon butter
2 large onions, sliced
1 bay leaf
1 clove
12 small whole potatoes
12 small whole carrots
3 large tomatoes

Stuffing

½ pound lean pork
2 large ripe tomatoes
1 small onion
½ cup breadcrumbs
2 eggs, beaten
¼ teaspoon nutmeg
¼ cup mustard pickle
salt and pepper to taste

Sauce

giblets
3 cups water
1 small onion
salt
1 tablespoon butter
1 tablespoon cornstarch
¼ cup sherry

Clean the chicken, being careful not to tear the breast skin. Keep the giblets for the sauce, cooking in salted water with a bit of onion till tender. Grind the pork fine, add tomatoes (skinned, seeded and cut in small pieces), onion, chopped fine; then add breadcrumbs, eggs, nutmeg, finely chopped pickles. Stuff the breast and body of the chicken with this filling and tie the legs and wings into position. An iron casserole will do, but use of an earthenware one gives a better taste. Brown the chicken in the casserole in the lard and butter, to which onion, bayleaf and clove have been added. When nicely browned, add the whole tomatoes. Cover tightly and simmer till chicken is tender (about 2 hours). A half hour before chicken is done, add the potatoes and carrots. When all are done remove chicken from casserole to a large platter. Arrange vegetables as a border.

Pour off as much grease as possible from the casserole and add giblets and their liquid. Scrape the casserole well to get the tomato and onion residue. Bring all to the boil, add butter and cornstarch mixed to a paste, and cook 5 minutes more. Strain, add sherry, serve in sauce boat.

Mina de González R.

CACEROLA DE GALLINETA

2 tazas caldo
1 gallineta
½ kilo papas rosadas
12 cebollas, pequeñitas
2 cucharadas harina
sal
4 tiritas tocineta, picadas
pimienta
¼ kilo salchichas de cochino, crudas

Rellénese la gallineta con la carne de las salchichas. Mézclese la harina con la sal y la pimienta. Enharínese la gallineta. Colóquese en una cacerola encima de la tocineta. Colóquense las cebollas alrededor. (Póngase en un lugar fresco si no se cocina inmediatamente). Tápese y cuézase durante 45 minutos. Agréguense el caldo y las papas, previamente lavadas, raspadas, secadas y saladas. Tápese todo y cuézase hasta que las papas estén tiernas. 6 cubiertos.

Dorothy B. Crease.

PATO EN AGRIO, DE PANCHITA

un pato grande y viejo
perejil
2 hojas de laurel
5 ó 6 cebollas
2 tazas vinagre de vino
caldo o agua
pimienta en grano

Para que este plato quede bueno, debe ser un pato grande y viejo. Se parte el ave en pedazos y se pone en una cacerola con ramos de perejil, laurel, cebollas (partidas por la mitad) y vinagre. Si el ave es muy grande se le pone agua al vinagre, pues debe quedar cubierta. Se monta todo junto, frío, y debe cocinarse a fuego lento durante muchas horas. Si se seca antes de estar blanda se le echa caldo o agua. Cuando ya va a estar se le pone un poquito de dulce si se quiere. Antes de servirse se cuela la salsa. Se puede comer frío.

Elena Marturet.

PAVO EN SALSA

1 pavo de tamaño regular
1 cebolla grande, picada
2 dientes ajo, machacados
¾ taza vinagre
1 cucharada alcaparras
18 aceitunas rellenas
sal y pimienta al gusto
agua tibia
manteca de tocineta
mantequilla
2 hojas grandes de laurel

Se parte el pavo en trozos. Se une todo el aliño de ajo, sal, pimienta y vinagre, y se adoba el pavo. Se fríe, poniendo mitad manteca de tocineta y mitad mantequilla, hasta que esté bien dorado por todos lados. Se debe freír en un caldero y luego seguir el cocimiento allí mismo. (Si no, hay que freirlo en una sartén. Si se usa una sartén, toda la salsa que queda en el fondo se debe despegar con un poco de agua y agregar al pavo cuando se le coloque en una olla para seguir cocinándolo). Frito todo el pavo, se le agrega una taza de agua tibia y las hojas de laurel. Se tapa y se cocina a fuego lento. Media hora antes de estar el pavo, agréguense las alcaparras y las aceitunas. Se le va agregando agua tibia poco a poco hasta conseguir una buena salsa. Para

CASSEROLE OF GUINEA FOWL

2 cups stock
1 guinea fowl
1 pound new potatoes
12 tiny onions
2 tablespoons flour
salt and pepper to taste
4 slices bacon, chopped
½ pound pork sausage meat

Stuff the bird with the sausage meat. Dredge with flour and seasonings, place in a casserole on top of bacon, place onions around and stand in a cool place until needed. Cover and cook 45 minutes, then add stock and potatoes which have been washed, scraped, dried and salted. Re-cover and cook until potatoes are tender. Serves 6.

Dorothy B. Crease.

PANCHITA'S DUCK IN VINEGAR

1 large, old duck
parsley, peppercorns
2 large bay leaves
5 or 6 onions
2 cups wine vinegar
stock or water

If this dish is to be good, the duck should be large and old. Cut the bird in pieces and place in a kettle together with parsley, bay leaves, onions (cut in half) and vinegar. If the bird is very large, water must be added to the vinegar, as it must be covered. All this is set, cold, to cook, and should cook on a low fire for several hours. If it dries before becoming tender, stock or water must be added. When it is done a little sugar may be added if liked. The sauce should be strained before serving. This may be eaten cold as well as hot.

Elena Marturet.

TURKEY IN GOLDEN SAUCE

1 medium sized turkey
2 large bay leaves
2 cloves garlic, mashed
¾ cup vinegar
1 cup capers
18 stuffed olives
salt and pepper to taste
warm water
bacon drippings
butter
1 large onion, grated or chopped

Cut turkey in pieces for serving. Mix together the garlic, salt, pepper and vinegar and marinate the turkey. Brown the turkey well, in equal quantities of drippings and butter, using an iron kettle, if possible. (If no iron kettle is available, brown in frying pan. Scrape sauce from frying pan, adding a little water if necessary. Put turkey and sauce into a pot). Add a cup of warm water and the bay leaves. Cover and cook slowly. Half an hour before serving, add capers and olives. Add small quantities of warm water, if necessary, to obtain plenty of sauce.

servir el pavo se coloca en un platón y se adorna con ruedas de tomate crudo y ramos de perejil. La salsa se sirve aparte en una salsera.

Eduvigis.

PASTEL DE PALOMA

6 palomas
manteca de tocino
½ cucharadita pimienta en grano
8 rebanadas de zanahoria
2 ramitas perejil
2 tallos apio España
4 cucharadas mantequilla
3 cucharadas harina
1 cebolla adornada con 8 clavos de especie
mezcla de pastel para cubrir (véase p. 237)

Límpiense y acomódense las palomas. Dórense en la manteca, dándoles muchas vueltas. Colóquense en un caldero, casi cubiertos de agua hirviendo. Agréguense la pimienta, la cebolla, el perejil, la zanahoria y el apio. Cuézanse hasta que estén muy blandas, (aprox. 3 horas). Cuélese el líquido y espésese éste con la harina previamente desleída en la mantequilla. Póngase todo en una cacerola y cúbrase con la mezcla de pastel. Hornéese en un horno caliente hasta que se dore. 6 cubiertos.

ENROLLADOS DE JAMON

2½ tazas harina cernida
4 cucharaditas polvo "Royal"
¾ taza leche (aprox.)
1 cucharadita sal
5 cucharadas manteca o mantequilla

Ciérnanse juntos los ingredientes secos. Incorpórese la manteca con un tenedor. Añádase leche suficiente para hacer una masa blanda. Extiéndase ésta en forma rectangular y de ¼ pulgada (¾ cm.) de espesor. Cúbrase con el relleno. Enróllese y córtese en ruedas de 1½ pulgada (4 cm.) Colóquense, con las orillas cortadas hacia abajo, en un molde engrasado. Hornéese a 400° F. (204° C.) durante 40 ó 45 minutos.

Relleno: 1 taza de jamón, cocido y picado, mezclado con 2 cucharadas de mantequilla ablandada y 1 cucharada de mostaza preparada.

Otros Rellenos: Dórese una cebolla en 1 cucharada de mantequilla. Agréguense 4 cucharadas de harina, 1 cucharadita sal, ⅛ cucharadita pimienta y 1 taza de caldo. Añádase ¾ kilo carne de res molida. Cuézase todo esto hasta que esté espeso, y enfríese.

Ablándese 4 cucharadas de mantequilla y añádase medio paquete de berros picados.

Salsas: de perejil; añádase ½ taza perejil picado para cada 2 tazas de salsa blanca mediana.

De tomate: 1 pote de sopa de tomate con condimentos, o salsa de tomate. (Véase p. 96).

De queso: añádase ½ taza de queso rallado para cada 2 tazas de salsa blanca, mediana.

PAN DE JAMON

½ kilo jamón crudo, ahumado y sin manteca
1 kilo cochino magro
½ taza leche
1 taza migas de pan (*)
1 huevo, bien batido

Muélanse juntos el jamón y el cochino. Añádanse las migas, el huevo y la leche. Acomódese la mezcla en forma de un pan y

Serve turkey on platter with slices of tomatoes and sprigs of parsley. Serve sauce in sauce boat.

Eduvigis.

PIGEON PIE

6 pigeons
salt pork fat
½ teaspoon peppercorns
1 onion stuck with 8 cloves
8 slices carrot
2 sprigs parsley
2 stalks celery
4 tablespoons butter
3 tablespoons flour
pastry for top crust (see p. 253)

Pluck, clean and truss pigeons. Brown in fat, turning frequently. Put in a kettle, nearly cover with boiling water, add peppercorns, onion, parsley, carrot and celery. Cook until very tender,—about 3 hours. Strain liquid and thicken with butter and flour which have been cooked together. Place in casserole, top with pastry crust, bake in hot oven until crust is browned. Serves 6.

HAM BUNS

2½ cups sifted flour
4 teaspoons baking powder
5 tablespoons shortening
¾ cup milk (about)
1 teaspoon salt

Sift dry ingredients together, cut in shortening. Add milk to make a soft dough. Roll in rectangular shape to ¼ inch thickness and spread with filling. Roll as for jelly roll and cut in 1½ inch pieces. Place cut side down in greased baking pan and bake in 400° F. oven 40 to 45 minutes.

Filling: 1 cup ground cooked ham mixed with 2 tablespoons soft butter and 1 tablespoon prepared mustard.

Other fillings: 1½ pounds ground beef browned in 1 tablespoon shortening in which an onion has been browned, mixed with 4 tablespoons flour, 1 teaspoon salt, ⅛ teaspoon pepper and 1 cup stock — the whole cooked until thickened, then cooled.

4 tablespoons butter creamed and mixed with a half bunch of coarsely chopped water cress.

Sauces: parsley cream sauce (medium white sauce with a half cup chopped parsley added to each 2 cups sauce) — tomato sauce (canned tomato soup, spiced; or tomato sauce, see page 97) — cheese sauce (medium white sauce with a half cup of grated cheese added to each 2 cups sauce).

HAM LOAF

1 pound smoked uncooked ham, without fat
2 pounds fresh lean pork
½ cup milk
1 cup fine breadcrumbs
1 egg, well beaten

Grind ham and pork together; add crumbs, egg, milk. Form into a loaf and place on a greased roasting pan. Bake for one hour at 325° F., basting with the following sauce every ten minutes.

colóquese en una asadera engrasada. Hornéese durante 1 hora (aprox.) a 325° F. (163° C.), untándole cada 10 minutos con la salsa siguiente: Salsa: ½ taza azúcar, 1 cucharada mostaza seca, ¼ taza vinagre y ¼ taza agua.

Se sirve o caliente o frío.

(*) O bizcocho de manteca rallado.

Anne White.

REBANADAS DE JAMON CON RELLENO

2 rebanadas gruesas de jamón crudo

3 tazas migas de pan *
¼ taza pasas
1 cebolla picada
1 cucharadita salvia
¼ cucharadita sal
un pellizco pimienta
3 cucharadas manteca
¼ taza agua hirviendo

Mézclense todos los ingredientes y colóquense entre las dos rebanadas de jamón. Amárrense con una cabuya. Hornéese a 350° F. (175° C.) durante 45 minutos. Sírvase con la siguiente salsa.

Salsa: mézclense ¼ taza azúcar morena, 1 cucharada harina y ¾ taza agua caliente. Añádanse ¼ cucharada sal, ¼ taza jugo de naranja, ¼ taza jugo de limón y ¼ taza pasas. Hiérvase la mezcla durante 5 minutos.

(*) O bizcocho de manteca rallado.

Betty Hoberg.

PATICAS DE COCHINO

1 cucharada alcaparras
3 cebollas
3 tomates
3 zanahorias
2 nabos
1 cucharada vinagre

sal y pimienta al gusto
6 ó 8 paticas, con el hueso quebrado

Ráspense las paticas y lávense con jugo de limón. Sancóchense juntos con los demás ingredientes, añadiéndoles, al principio, agua suficiente para no tener que echarles más. Cuézanse a fuego lento durante todo el día. Media hora antes de servirlas, agréguenseles, si se desea, pedazos de jojoto. Sírvanse calientes en soperos. 6 cubiertos.

Claudia.

Otro modo de preparar paticas: Lávense 4 paticas con agua y vinagre. Cuézanse a fuego lento durante 9 horas, añadiéndoles 2 zanahorias, 2 nabos, 1 ajoporro, 3 cebollas, 1 cucharada sal y 3 litros de agua. Sáquense las paticas del caldo, enfríense y quítense los huesos. Sírvanse en un platón con la siguiente ensalada.

Ensalada: Píquense en trocitos 4 aguacates. Añádanse sal, pimienta, vinagre y un polvito de orégano. Adórnese con ruedas finitas de cebolla y con rábanos.

Ana María Letcher.

Sauce for basting: ½ cup sugar, 1 tablespoon dry English mustard, ¼ cup vinegar, ¼ cup water.

Serve either hot or cold.

Anne White.

FILLED HAM SLICES

2 thick slices of uncooked ham

3 cups breadcrumbs
¼ cup raisins
1 onion, chopped
½ teaspoon sage
¼ teaspoon salt
pinch pepper
3 tablespoons fat
¼ cup boiling water

Mix above ingredients for filling and place between ham slices. Tie with string. Bake in 350° F. oven about 45 minutes.

Sauce: Mix ¼ cup brown sugar, 1 tablespoon flour, ¾ cup hot water. Add ¼ teaspoon salt, ¼ cup orange juice, ¼ cup lemon juice, ¼ cup raisins. Boil 5 minutes.

Betty Hoberg.

PIGS' TROTTERS

6 or 8 trotters, with bones broken
1 tablespoon capers
3 onions
3 tomatoes
3 carrots
2 turnips
1 tablespoon vinegar
salt and pepper to taste

Scrape the trotters and rub them with lime juice. Boil, together with other ingredients in enough water so that it will not be necessary to add more. They must be simmered all day. Half an hour before serving, add, if desired, pieces of young corn on the cob. Serve hot in soup plates. Serves 6.

Claudia.

Another way to prepare pigs' trotters: Wash trotters in water and vinegar. Simmer slowly for 9 hours, adding 2 carrots, 2 turnips, 1 leek, 3 onions, 1 tablespoon salt and 3 quarts water. Remove trotters from the broth, cool and take out bones. Serve on a platter with the following salad:

Salad: Cut 4 avocados into pieces. Add salt, pepper, vinegar and a pinch of wild marjoram. Garnish with onions in very thin slices and radishes.

Ana María Letcher.

PARA HACER "CURRY"

½ kilo cochino
¼ kilo carne de res
1 cucharada polvo "curry"
1 coco
manteca o aceite para freír
sal y pimienta al gusto
1 cebolla en rebanadas
arroz cocido (véase p. 94)
unas pocas gotas de limón

Rállese el coco, agréguese un poco de agua y exprímese la leche del coco por un paño. Derrítase la manteca en una paila. Añádase el polvo y luego la cebolla. Cuézase a fuego lento. Añádanse las carnes, picadas en trocitos. Media hora antes de estar las carnes cocidas, agréguese la leche de coco, cocínese durante media hora más y sazónese al gusto. Echense las gotas de limón un momento antes de retirar la mezcla del fuego. Sírvase con arroz cocido.

Phyllis Evison.

"CORNISH PASTY"

2 tazas lomito crudo, en cubos
1 taza papas crudas, en cubos
½ taza cebolla cruda, picada
½ nabo si se desea
3 cucharadas agua caliente
sal, pimienta
pasta de pastel de 2 capas, hecha con mitad manteca y mitad manteca de ganado

Hágase la pasta (véase p. 237) y extiéndase a un espesor de ⅛ pulgada (3 m.m.) formando un redondel grande. Mézclense la carne, las papas, la cebolla y el nabo (si se desea); añádanse la sal, la pimienta y el agua. Colóquese esta mezcla sobre una mitad del redondel de pasta. Humedézcanse los bordes con un poquito de lecho o de agua. Háganse 3 hendiduras de a 2½ cm. de largo cada una, para que pueda escapar el vapor del cocimiento. Dóblese esta mitad de la pasta sobre la otra. No se aprietan las orillas como para empanadillas; se enrollan, apretándolas un poco, para cerrar el pastel muy bien. Colóquese sobre un latón llano, hornéese (aprox. una hora) en horno de 350° F. (176° C.).

Mary B. Wheeler.

"PELMENY"

¼ kilo carne de res
¼ kilo cochino
¼ kilo manteca de res
½ cucharada mantequilla
sal y pimienta al gusto
1 cebolla, picada
4 tazas harina
2 huevos
mantequilla derretida, salsa de tomate o queso parmesano

Píquense menudas las carnes y la manteca. Añádese la cebolla, previamente frita en la mantequilla. Sazónese con sal y pimienta y mézclese bien. Hágase una masa firme con la harina, los huevos y el agua. Déjese reposar durante 1 hora. Extiéndase hasta que esté delgado y córtese en redondeles pequeños. Colóquese un poco de la mezcla de las carnes sobre una mitad de cada redondel, tápese con la otra mitad, doblando el redondel por el centro, y júntense bien las orillas, haciendo empanadas en forma de media luna. Sancóchense en agua hirviendo con sal durante 10 minutos. Sáquense con una espumadera y escúrranse bien. Sírvanse inmediatamente con mantequilla derretida, salsa de tomate o queso parmesano rallado.

Tanya Hecker.

TO MAKE A CURRY

1 pound pork
½ pound beef
1 tablespoon curry powder
1 dry coconut
lard or oil for frying
salt and pepper to taste
1 onion, sliced
boiled rice (see page 95)
a squeeze of lime

Grate the coconut, moisten with a little water and squeeze out the milk through muslin. Melt lard, oil or fat in a saucepan, mix in the curry powder, then the onion. Simmer gently, then add the meat, cut in small pieces. When all this is nearly done, add the coconut milk and simmer for half an hour longer. Season to taste. A squeeze of lime should be added just before it is removed from the fire. Serve with boiled rice.

Phyllis Evison.

CORNISH PASTY

2 cups raw steak, diced
1 cup raw potatoes, diced
½ cup onion, chopped fine
½ turnip, if liked
3 tablespoons hot water
salt, pepper
pastry as for a two-crust pie, made with half lard and half suet

Make pie pastry (see p. 253) and roll to ⅛ inch in one large round. Mix the meat, potatoes, onion and—if desired—the turnip. Add salt and pepper and water. Place the mixture on one half the round and moisten the edges with milk or water. Cut 3 short slits in the other half to permit the escape of steam and fold this half over the other. Close by rolling the edges together with a little pressure rather than pinching as for pie. Place on a baking sheet and cook about an hour in a 350° F. oven.

Mary B. Wheeler.

PELMENY

½ pound beef
½ pound pork
½ pound suet
½ tablespoon butter
salt and pepper to taste
1 onion, minced
4 cups flour
2 eggs
melted butter, tomato sauce or Parmesan cheese

Chop beef, pork and suet very fine and add onion which has been fried in the butter. Add salt and pepper and mix well. Make a stiff dough with flour, eggs and water. Let stand for 1 hour. Roll out very thin and cut in small circles. Place a little of the meat mixture on one half of each circle, fold over the other half and press the edges securely together, forming little half-moons. Drop into boiling salted water for 10 minutes. Lift with a skimmer. Drain well and serve at once with melted butter, tomato sauce or grated Parmesan cheese.

Tanya Hecker.

CARNE MOLIDA VENEZOLANA

¾ kilo carne de res corriente
1/3 taza migas de pan remojadas en leche o
1/3 taza bizcocho de manteca rallado
1 cucharada perejil picado
2 cucharadas queso rallado
2 huevos, ligeramente batidos
1½ cebolla picadita
½ taza aceite
2 tomates, pelados y picados
1 compuesto
½ taza caldo
harina
un polvito cada uno de sal, pimienta y nuez moscada

Límpiese y muélase la carne. Exprímase bien las migas de pan. Mézclense la carne, el pan, el perejil, el queso, la sal, la pimienta, la nuez moscada y los huevos. Dórese ½ cebolla en 4 cucharadas del aceite. Añádase la mezcla anterior. Dórese una cebolla en el resto del aceite, y agréguense los tomates, el compuesto y el caldo. Sazónese y cuézase lentamente durante 3 ó 4 minutos en la olla donde se cocinará la carne. Acomódese la carne en forma de un pan americano. Enharínese y póngase en la olla con la salsa. Tápese y cuézase a fuego lento durante 1 hora. Sírvase con su salsa en una bandeja. 8 cubiertos.

Nota: Se puede suprimir el queso, pero en tal caso se añaden 4 cucharadas más de aceite.

Esta receta se usa también para hacer albóndigas.

Paulina.

SESOS CRIOLLOS

1 cabeza de sesos crudos
2 cebollas grandes
3 tomates grandes
pimienta
sal
3 huevos duros
1 cucharada perejil picado
2 cucharadas aceite
1 cucharada vinagre
½ taza encurtidos picados
bizcocho de manteca rallado

En una fuente refractaria, se ponen rebanadas de sesos crudos, ruedas de tomates, cebolla y huevo. Se le pone un poco de perejil picado y bizcocho rallado, y así hasta llenar la fuente, terminando con una salsa de aceite, vinagre, pimienta y sal y un poco de encurtido picado. Todo esto se pone al horno hasta que esté cocido (aprox. 30 minutos) y se sirve en la misma fuente.

Mercedes E. de Rodríguez.

ENROLLADO DE HIGADO

½ kilo hígado
½ cebolla mediana
⅛ cucharadita pimienta
4 tiras tocineta, picaditas
½ cucharadita sal de apio España
1 cucharadita sal
½ taza pulpa de tomate ó 1 pote sopa de tomate, sin desleír
1 receta panecitos de polvo "Royal" (véase p. 12)

Dórese el hígado en un poco de mantequilla. Enfríese. Muélanse juntos el hígado y la cebolla. Añádanse los condimentos. Cuézase la mezcla hasta que esté espesa y enfríese. Extiéndase la masa hasta que tenga ¼ pulgada (7 m.m.) de espesor. Cúbrase con la mezcla de hígado, dejando 1 pulgada (2½ cm.) por las orillas sin cubrir. Enróllese. Espolvoréese con la tocineta. Hornéese a 425° F. (218° C.) durante 25 ó 30 minutos. Sírvase con la sopa de tomate como salsa o con salsa de carne.

Iola Morgan.

VENEZUELAN MEAT LOAF

1½ pounds round of beef
1/3 cup breadcrumbs soaked in milk
1 tablespoon chopped parsley
2 tablespoons grated cheese
2 slightly beaten eggs
1½ onions, chopped fine
½ cup oil
2 tomatoes, peeled, chopped
1 bunch herbs (compuesto)
½ cup soup stock
flour
dash each - salt, pepper, nutmeg

Clean and grind beef. Squeeze crumbs as dry as possible. Mix meat, bread, parsley, eggs, cheese, salt, pepper, nutmeg. Brown ½ onion in 4 tablespoons of the oil, add to mixture. Brown 1 onion in remaining oil, add tomatoes, herbs and stock; season and let cook slowly 3 or 4 minutes, in pot the meat is to be cooked in. Shape meat mixture into a loaf, dredge with flour, put in pot with sauce. Cover and cook slowly about an hour. Serve on a platter with the sauce around it. Serves 8.

Note: the cheese may be omitted. If so, increase oil to ¾ cup.

This recipe may also be used for meat balls.

Paulina.

BRAINS "CRIOLLO"

1 brain, in slices
2 large onions
3 large tomatoes
pepper and salt
breadcrumbs
3 hard boiled eggs
1 tablespoon chopped parsley
2 tablespoons oil
1 tablespoon vinegar
½ cup chopped pickles

Place in a deep baking dish slices of uncooked brains, tomatoes, onions and of hard boiled eggs. Sprinkle with parsley and breadcrumbs. Repeat until the dish is full, finish with a sauce made of the oil, vinegar, pepper, salt and chopped pickles. Place in oven, cook until brains are done—about 30 minutes. Serve in the same dish.

Mercedes E. de Rodríguez.

LIVER ROLL

1 pound liver
½ medium onion
⅛ teaspoon pepper
4 slices raw bacon, chopped
½ teaspoon celery salt
1 teaspoon salt
½ cup tomato pulp or undiluted canned tomato soup
1 recipe baking powder biscuits (see p. 13)

Brown liver in a little butter; cool. Grind with onion and add seasoning. Cook slowly until thick; cool. Roll biscuit dough to ¼ inch thickness and spread the liver mixture on this. allowing 1 inch on edges for overlapping. Roll like a jelly roll and sprinkle with bacon. Bake in 425° F. oven for 25 to 30 minutes. Serve with hot tomato soup as sauce, or with gravy.

Iola Morgan.

PASTEL DE CARNE Y RIÑON

3 tazas harina — **1 cucharadita polvo "Royal"**
¾ cucharadita sal — **agua fría**
2 tazas manteca de ganado, en tiritas finísimas (véase p. 224)
½ kilo lomo — **3 cucharadas harina**
sal y pimienta al gusto — **caldo o agua**
2 riñones de carnero (ó 1 de res)

A pesar de llamarse este plato "pastel", por llevar 2 capas de pasta extendida, es más bien un "pudding" y por eso se cocina en un tazón, que se llama en Inglaterra "pudding basin."

Ciérnanse juntos la harina, la sal y el polvo "Royal." Incorpórese la manteca con los dedos. Añádase agua suficiente para obtener una masa muy firme. Póngase sobre una tabla enharinada y amásese bien con las manos hasta que quede sin grietas. Extiéndase 2/3 de la masa en un redondel que tiene 2 veces el tamaño de la boca del tazón en donde se cocinará el pastel, y de 1/3 pulgada (aprox. 1 cm.) de espesor. Engrásese el tazón y fórrese de la masa.

Pártase la carne en lonjas delgadas. Sáquense los pellejos y la parte central de los riñones, previamente lavados cuidadosamente, y pártanse en rebanadas. Espolvoréense la carne y el riñón ligeramente con la harina sazonada con la pimienta y la sal. Enróllese una rebanada de riñón en cada lonja de carne, colóquense los rollitos en el tazón. Llénese el tazón con agua o caldo. Extiéndase la pasta sobrante en un redondel un poco más grande que la boca del tazón y de 1/3 pulgada (aprox. 1 cm.) de espesor. Tápese el tazón con éste, humedézcanse las orillas de la pasta y júntense las dos capas. Tápese el pastel con un papel encerado y amárrese bajo la orilla del tazón, teniendo cuidado de dejar el papel un poco flojo, para dejar crecer el pastel. Cocínese al vapor durante 4 horas, por lo menos. Sírvase en el mismo tazón, el cual se presenta envuelto con una servilleta.

Algunas personas prefieren suprimir la capa de pasta interior, pues ésta siempre queda empapada. Si se desea solamente la capa superior, se prepara la mitad de la pasta arriba mencionada.

Modo más ligero de hacer el plato: Síganse las instrucciones anteriores para preparar la pasta. Dórense las rebanadas de carne y de riñón en manteca (con cebolla y hoja de laurel, si se desea); añádase caldo o agua y cocínese a fuego lento hasta que se ablande la carne; llénese el tazón con esta mezcla, y cocínese al vapor únicamente 2 horas.

PARA SERVIR LENGUA SALADA (*)

Caliente.—Pélese la lengua y caliéntese en el agua en donde se cocinó. Póngase en una bandeja. Adórnese con puré de papas y con rebanadas de zanahorias sancochadas. Sírvase con una salsa de rábano picante o de mostaza.

Fría.—Pélese la lengua. Enrósquese la lengua tibia dentro de un tazón. Hágase una gelatina espesa con el líquido en donde se cocinó la lengua, agregándole un poco de vinagre y especias al gusto. Para cada 2 tazas de líquido se añade 1¼ cucharada de gelatina (sin sabor). Enfríese y sáquese del tazón. Sírvase con una ensalada.

(*) *Preparación de lengua salada, véase p. 224).*

STEAK AND KIDNEY PUDDING

3 cups flour — **2 cups suet, shredded (see p. 225)**
¾ teaspoon salt — **cold water**
1 teaspoon baking powder
1 pound steak — **2 sheep's (or 1 beef) kidneys**
salt and pepper to taste — **stock or water**
3 tablespoons flour

Sift flour, salt and baking powder together. Work in the suet, using tips of fingers. Add enough cold water to make a very firm dough. Turn onto a floured board and knead until free from cracks. Roll out 2/3 of dough to a round twice the size of top of pudding basin and 1/3 inch thick. Grease the basin and line it with this dough.

Cut steak into thin slices. Skin, core and slice kidneys, which have been well washed. Season flour with pepper and salt and dust meat and kidney lightly with it. Roll kidney slices in meat slices and place in basin. Fill basin with water or stock. Roll out the remaining pastry to a round slightly larger than the pudding basin and 1/3 inch thick. Cover basin, moisten edges of crusts and press firmly together. Cover loosely (to allow dough to rise) with waxed paper; tie this in place under rim of basin. Steam at least 4 hours. Serve in basin with a napkin folded around it.

Some prefer only a top crust, since the lining crust inevitably is soggy. For this, make half the quantity of dough.

Quick Steak and Kidney Pudding: Follow above directions for pastry. Brown the meat and kidney in fat with onion and bayleaf if desired, add stock or water and let simmer until meat is tender. Fill basin with this mixture, steam only 2 hours.

WAYS TO SERVE CORNED TONGUE (*)

Hot — skin the tongue and re-heat in the liquid in which it was cooked. Place on platter surrounded with mashed potatoes and boiled, sliced carrots. A horseradish or mustard sauce may be served with it.

Cold — skin, curl in a bowl while warm, pour over it a jelly made of the cooking liquid and a little vinegar (and spice if liked). Use 1¼ tablespoons gelatin to each 2 cups of liquid. Chill until firm, turn out and serve with a green salad.

(* *To corn tongue, see p. 225).*

LEGUMBRES

PURE DE APIO

Lávese y móndese el apio, sancóchese en agua salada. Cuézase durante una hora más o menos. Pásese por un despaturrador de papas o macháquese con un tenedor. Agréguese leche y mantequilla al gusto.

Elsie K. de Herrera.

CARAOTAS NEGRAS

½ kilo caraotas negras **1/3 taza papelón**
un aliño, frito hasta que se dore la cebolla, de:
1 cebolla mediana **¼ taza jamón crudo, picado**
1 diente ajo, machacado **2 cucharadas manteca o aceite**

Escójanse y lávense las caraotas. Cúbranse con agua y luego añádanse dos tazas más. Hiérvanse hasta que estén blandas (aproximadamente dos horas y media). No se bajan del fuego durante este cocimiento; es preciso que se hiervan sin interrupción. Si hay que agregarles agua, debe ser hirviendo, agregándola poco a poco. Ya blandas las caraotas, se les añade sal al gusto.

Si las caraotas no se sirven todas de una vez, no se les agregan más aliños; estos se añaden cuando se sirvan las caraotas. Si se comen en seguida, agréguese el papelón con la sal. Prepárese el aliño, agrégueselo a las caraotas, hiérvanse todos juntos durante 20 minutos. Si se prefiere solamente el jugo del aliño, se le pasa por un colador.

SOPA DE CARAOTAS NEGRAS

Primer modo de preparar: para un medio kilo de caraotas negras cocidas solamente con sal, pásense por un tamiz y añádase agua para lograr el espesor que se desea. Agréguense la mitad de una cebolla mediana, papelón, sal al gusto y un diente de ajo, machacado. Caliéntense juntos hasta que reviente el hervor, sáquense el ajo y la cebolla antes de servir.

Segundo modo de preparar: añádase una cantidad de agua a las caraotas preparadas con aliño (véase arriba) y cuélense. Agréguese un poquito más de agua si se necesita para el espesor que se desea. Caliéntese hasta que reviente el hervor y un momento antes de servir, agréguese una cucharadita de mantequilla para cada plato de sopa.

Esta sopa se sirve con cuadraditos de pan tostado o con "croutons" dorados en mantequilla o con cubos de aguacate frío o con ruedas finas de limón y de huevo duro.

VEGETABLES

PURE OF "APIO"

Wash and scrape "apio" and boil in salted water. It takes about an hour to cook. Put through a potato ricer or mash with a fork. Add milk and butter to taste.

Elsie K. de Herrera.

BLACK BEANS

1 pound black beans **1/3 cup "papelón"**
a seasoning of the following, fried until onion is brown:
1 medium onion, chopped fine **¼ cup chopped raw ham**
1 clove garlic, well bruised **2 tablespoons Crisco, lard or oil**

Sort and wash the beans. Cover with water and add two cups more. Boil until the beans are soft - about two and a half hours. Do not remove from the fire during this boiling and do not let go below the boiling point; if water must be added, it must be boiling, and added a little at a time. When beans are soft add salt to taste.

If beans are to be used for more than one meal, add no more seasoning at this point; add it when beans are to be served. If they are to be eaten at once, add the "papelón" when the salt is added. Prepare the seasoning, add to the beans, let all boil together for about twenty minutes more. Some prefer to strain the seasoning and allow the juice only to flavor the beans; in this case it is pressed through a coarse sieve.

BLACK BEAN SOUP

First method: for a pound of black beans cooked without seasoning other than salt, pass the beans through a sieve and add water to produce thickness desired. Add half a medium onion, grated "papelón" and salt to taste, a clove of garlic, bruised. Heat all together to the boiling point - remove garlic and onion before serving.

Second method: add water to beans prepared with seasoning as above and pass through a sieve. Add a little more water, if necessary, for desired thickness. Heat to the boiling point and just before serving, add a teaspoon of butter for each plate of soup.

Black bean soup is served with small squares of toasted bread or "croutons" browned in butter — with cold diced avocado — or with slices of lemon and hard boiled egg.

CARAOTAS NEGRAS FRITAS

Si las caraotas no llevan aliños: escúrranse, aliñense con papelón, cebolla y ajo y fríanse en un poquito de Crisco, manteca o aceite. Es una buena manera de servir caraotas sobrantes y es la preferida de muchas personas.

Si las caraotas llevan aliños: fríanse (véase arriba) agregándoles solamente un poquito de sal si se necesita.

REMOLACHAS EN SALSA DE NARANJA

3 tazas remolachas cocidas, en rebanadas
⅛ cucharadita cáscara rallada de naranja
½ cucharada azúcar morena
1 cucharadita harina
1 cucharadita mantequilla
⅛ cucharadita sal
½ taza jugo naranja
¼ taza agua
un polvito paprika

Se derrite la mantequilla y con la harina se hace una pasta. Se añaden la sal, la paprika, el azúcar y la cáscara rallada. Se agregan el agua y el jugo poco a poco y se mezcla todo bien. Se cuece, revolviendo constantemente, hasta que adquiera un espesor regular. Se añaden las remolachas y se calienta todo muy bien antes de servir.

Mary Z. O'Connor.

REPOLLITOS BRUSELAS CON SALSA DE QUESO

¾ kilo repollitos Bruselas
agua hirviendo
1 taza leche
1/3 taza queso rallado
2 cucharadas harina
2 cucharadas mantequilla
sal, pimienta
un pellizco bicarbonato

Lávense y escójanse los repollitos con cuidado, luego cuézanse en agua hirviendo, con sal y bicarbonato, hasta que estén blandos (aproximadamente 20 minutos). Derrítase la mantequilla, añádase la harina, mézclese bien. Agréguese la leche poco a poco y luego los condimentos y ¼ taza del queso. El queso derretido, viértase la salsa sobre los repollitos los cuales, escurridos bien, se habrán colocado en una fuente refractaria. Rocíese con el queso sobrante y dórese en el horno.

Dorothy B. Crease.

REPOLLO A LA NUEVA ORLEANS

1 repollo mediano, en tiritas
2 cucharaditas sal
¾ taza cebollas en rebanadas
2 cucharadas manteca
1¾ taza tomates, cocidos
2 clavos de especie
1 hoja laurel, pequeña
1½ cucharadita azúcar
2 cucharadas pimentón verde, picado fino

El repollo se sancocha en agua hirviendo con una cucharadita de la sal hasta que esté blando (12 ó 15 minutos). Las cebollas se sofríen en la manteca a fuego lento durante 5 minutos, se les añaden los demás ingredientes menos el repollo y se deja todo esto cocinar a fuego lento durante 15 minutos. Se sacan los clavos y la hoja de laurel. Se añade el repollo, bien escurrido; se mezcla todo bien. Para 4 personas.

FRIED BLACK BEANS

If beans have not been seasoned: drain, season with "papelón", onion and garlic and fry in a little Crisco, lard or oil. A good way to use leftover beans and preferred to the fresh-cooked by many people.

If beans have been seasoned: fry as above, adding only salt, if necessary.

BEETS IN ORANGE SAUCE

3 cups sliced, cooked beets
1 tablespoon flour
1 tablespoon butter
⅛ teaspoon salt
dash paprika
½ tablespoon brown sugar
¼ cup water
⅛ teaspoon grated orange rind
½ cup orange juice

Melt butter, add flour to make a paste. Add salt, paprika, sugar, orange rind. Add water and orange juice little by little, blending well. Cook, stirring constantly, until it thickens to the consistency of a medium white sauce. Add the beets and heat thoroughly to serve.

Mary Z. O'Connor.

BRUSSELS SPROUTS WITH CHEESE SAUCE

1½ pounds Brussels sprouts
boiling water
1 cup milk
1/3 cup grated cheese
pinch soda
2 tablespoons butter
2 tablespoons flour
salt, pepper

Wash and sort the sprouts carefully and cook in boiling water with a pinch of soda until tender, about 20 minutes. Melt the butter, add the flour, mix well. Add the milk little by little, then the seasonings and cheese. When the cheese is melted, pour the sauce over the sprouts, which have been drained well and placed in a baking dish. Sprinkle with the remaining cheese and brown in the oven.

Dorothy B. Crease.

CABBAGE A LA NEW ORLEANS

1 medium head of cabbage, shredded
2 teaspoons salt
¾ cup sliced onions
2 tablespoons fat
1¾ cups tomatoes, cooked
2 tablespoons minced green pepper
2 whole cloves
1 small bay leaf
1½ teaspoons sugar

Cook cabbage with 1 teaspoon of the salt in boiling water till tender - 12 to 15 minutes. Simmer onions in fat 5 minutes, add rest of ingredients except cabbage and simmer 15 minutes. Remove cloves and bay leaf. Add drained cabbage, mixing well. Serves 4.

CALABACITA O PAMPANITA

Esta legumbre de concha suave, lisa, tiene el gusto muy parecido al del "squash" de los climas templados. Se puede cocinar según cualquiera receta del "squash". Sancochada en agua salada, partida en pedazos grandes o en rebanadas, y servida con mantequilla, queda deliciosa.

BUDIN DE ZANAHORIAS

2 tazas puré de zanahorias
2 huevos batidos
1 cucharadita sal
¼ taza leche cremosa
1 cucharadita cebolla rallada

Se sancochan las zanahorias hasta que estén bien blandas, se escurren y se machacan. Se mezclan con este puré los demás ingredientes y se vierte la mezcla en un molde untado de mantequilla. Se hornea en un horno moderado (350° F. — 176° C.), colocando el molde dentro de otro con un poco de agua, hasta que esté duro (aprox. 25 minutos). Para servir se voltea en un platón. Se sirve con salsa blanca o con salsa de carne. Para 6 personas.

ZANAHORIAS FRITAS

Se escojen zanahorias pequeñas, bien jojotas, se limpian y se sancochan en poca agua salada hasta que estén blandas. Se parten en dos a lo largo, se pasan por huevo batido y se fríen en abundante manteca.

COLIFLOR FRITA

Se cuece la coliflor al vapor o se sancocha en agua. Se separa en pedazos los cuales se envuelven con un batido de huevo y se fríen. Se sirven con una salsa blanca (véase receta para repollitos Bruselas) o una salsa de tomate.

BUDIN DE COLIFLOR

1 coliflor
1 cucharada perejil, picado
4 huevos ligeramente batidos
sal y pimienta
1 taza leche
6 alcaparras, picadas
1 taza migas de pan, tostadas

Se cuece la coliflor en agua hirviendo hasta que se pueda traspasar con un tenedor. Se divide en pedazos. Se añaden las migas de pan, los huevos, luego la leche y por último las alcaparras y el perejil. Se coloca en un molde untado de mantequilla, se rocía con más migas y se hornea a 300° F. (149° C.) durante 20 minutos.

PARA COCINAR CHAYOTES

Para cocinar chayotes se deben montar en agua fría y no se les debe añadir la sal hasta que estén casi blandos.

1. Los chayotes se mondan y se parten en cubos de una pulgada (2½ cm.) y se sancochan hasta que estén blandos. Se escurren, se colocan en una fuente, se rocían con bastante queso blanco rallado. *(Para variar:* se sirven con una salsa blanca en vez de queso).

"CALABACITA" OR "PAMPANITA"

This smooth skinned, squash-like vegetable is similar in taste to summer squash, and may be cooked according to any squash recipe. Boiled in salted water, then sliced or quartered, served with butter, it is delicious.

CARROT CUSTARD

2 cups carrot pulp
2 beaten eggs
1 teaspoon grated onion
¼ cup rich milk
1 teaspoon salt

Boil carrots until very soft, drain well, mash. Add the other ingredients and put into a buttered mold. Bake in hot water in a moderate oven (350° F.) till it is firm in the center, about 25 minutes. Serve turned out, with white sauce or gravy. Serves 6.

FRIED CARROTS

Choose small, very young carrots, clean them and cook in a small amount of boiling water till tender. Cut in two lengthwise, dip in slightly beaten egg and fry in deep fat.

FRIED CAULIFLOWER

Steam or boil cauliflower, separate into flowerets, dip each into batter and fry. Serve with tomato or cream sauce.

CAULIFLOWER PUDDING

1 cauliflower
1 cup toasted breadcrumbs
4 eggs, slightly beaten
1 cup milk
6 capers, chopped
1 tablespoon chopped parsley
salt and pepper

Cook the cauliflower only till it can be pierced with a fork. Break into pieces. Add breadcrumbs, then the beaten eggs, then the milk. Last, add capers and parsley. Put into a greased mold, top with more crumbs, cook in a 300° F. oven 20 minutes.

TO COOK "CHAYOTES"

When "chayotes" are boiled they should be put on the fire in cold water and salt should not be added till near the end of the cooking period.

1. Cut peeled "chayotes" into inch cubes and boil until tender. Drain, place in serving dish, cover with grated white cheese.

2. Se sancochan los chayotes partidos por la mitad hasta que estén muy blandos. Al servir, se mondan, se machacan y se les agrega mantequilla.

CHAYOTES RELLENOS

6 chayotes
1 taza migas de pan *
1 taza leche
¼ cucharadita canela
1 cucharada mantequilla
2 cucharaditas azúcar
½ taza queso blanco rallado
3 huevos batidos

Se parten los chayotes crudos en dos y a lo largo y se sancochan, no demasiado blandos. Se vacían dejándose a la concha un poquito de la pulpa. Se moja el pan en la leche, se reunen todos los ingredientes con la pulpa, y se rellenan las conchas. Se les pone por encima migas o bizcocho molido y se hornean hasta que estén dorados. Se comen calientes. Si no se quiere un plato dulce, no se agrega el azúcar y la canela, y se sirve como plato principal.

(*) O se puede usar bizcocho molido.

Matilde Alcock.

ANILLO DE CHAYOTE

3 tazas chayote sancochado y machacado

1 cucharadita sal
⅛ cucharadita pimienta
1 cucharada cebolla picada menuda
3 cucharadas mantequilla
3 huevos bien batidos
1 taza petits pois o zanahorias cocidas

Hay que escurrir el chayote machacado muy bien. Mézclese con la cebolla, la sal, la pimienta y la mantequilla. Añádanse los huevos y viértase en un molde en forma de anillo, bien engrasado. Colóquese éste dentro de otro con un poco de agua y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 45 minutos hasta una hora. Desmóldese. Llénese el centro con los petits pois o con las zanahorias.

MAIZ JOJOTO AL HORNO

2 tazas maíz jojoto cocido y cortado de la mazorca

2 huevos bien batidos
1 cucharada azúcar
⅛ cucharada pimienta
2 cucharadas mantequilla
1½ cucharada harina
1 taza leche

Derrítase la mantequilla, añádase la harina, mézclense bien. Agréguese la leche poco a poco, caliéntese todo hasta que reviente el hervor, revolviéndose constantemente. Añádanse el maíz jojoto, el azúcar, la sal y la pimienta. Caliéntese bien. Bájese del fuego, añádanse los huevos. Viértase en una fuente refractaria enmantequillada. Hornéese durante 25 minutos a 350° F. (176° C.).

Betty Hoberg.

ESCAROLA SABROSA

2 escarolas tiernas
2 cebollas medianas, picaditas
6 cucharadas mantequilla
sal, pimienta blanca, paprika
2 cucharadas crema de leche
1 cucharada perejil, picado

La escarola se lava con mucha agua, se sacude bien, y se corta a través de los tallos en pedazos de 2 pulgadas de largo (5 cm.).

(Variant: serve with cream sauce instead of cheese).

2. "Chayotes" may be cooked very soft, peeled and mashed. Add butter and serve.

FILLED "CHAYOTES"

6 "chayotes"
1 cup breadcrumbs *
1 cup milk
¼ teaspoon cinnamon
1 tablespoon butter
2 teaspoons sugar
½ cup grated white cheese
3 eggs, beaten

Cut the "chayotes" in half lengthwise and boil (see page 87) till soft but not mushy. Scoop out the pulp, leaving a little next the skin. Soak the breadcrumbs in the milk and add the other ingredients and the "chayote" pulp. Refill the skins, cover with ground dry crumbs and brown in the oven. If a sweet dish is not wanted, do not add the sugar and cinnamon; serve as main dish.

(*) Or ground "bizcocho" may be used.

Matilde Alcock.

"CHAYOTE" RING

3 cups "chayote" cooked very soft and mashed

1 tablespoon minced onion
1 teaspoon salt
⅛ teaspoon pepper
3 tablespoons butter
3 eggs, beaten well
1 cup cooked peas or carrots

The "chayote" must be drained very thoroughly. Mix with onion, salt, pepper, melted butter. Stir in beaten eggs and pour into a well-greased ring mold. Place mold in pan of water and bake in 350° F. oven 45 minutes to 1 hour. Unmold, fill center with cooked peas or carrots.

BAKED CORN

2 cups cooked corn
2 eggs, well beaten
1 tablespoon sugar
2 tablespoons butter
1½ tablespoons flour
1 cup milk
⅛ teaspoon pepper

Melt butter, add flour, mix well; add milk gradually and bring to a boil, stirring constantly. Add corn, sugar, salt, pepper. Heat thoroughly. Remove from fire, add to eggs and pour into a buttered casserole. Bake 25 minutes at 350°F.

Betty Hoberg.

SAVORY ESCAROLLE

2 heads of young escarolle
2 medium sized onions, minced
6 tablespoons butter
salt, white pepper, paprika
2 tablespoons sweet cream
1 tablespoon minced parsley

Wash the escarolle in running water, shake well, cut on board across the stems into 2-inch widths. In a large saucepan with a

En una paila grande que se pueda tapar bien, se derrite la mantequilla y cuando burbujée se le agregan las cebollas. Cuando éstas queden transparentes se echa la escarola, se revuelve bien para que todo tenga su capa de mantequilla. Se tapa bien y se cuece a fuego mediano hasta que salga el zumo de la escarola, unos pocos minutos. Se sazona con sal y pimienta y se sigue cocinando hasta que esté blanda, solamente unos pocos minutos más. Se le añade la crema de leche, se mezcla bien, todo se vierte en una fuente, se espolvorea con perejil y paprika. Para 4 personas.

Nota: En esta receta se pueden usar las espinacas en vez de la escarola; pero las espinacas necesitan más tiempo para cocer. Se agrega 1 cucharada de rábano picante (preparado con vinagre) al momento de servir.

BERENJENA A LA CREMA

1 berenjena mediana
2 cucharadas pimentones verdes, picados
¼ taza perejil finamente picado **sal y pimienta al gusto**
½ cucharadita cebolla, rallada
1½ taza salsa blanca mediana (véase receta de repollitos Bruselas)
migas de pan (o bizcocho de manteca, rallado) enmantequilladas

Móndese la berenjena, córtese en cubos de una pulgada (2½ cm.). Sancóchese durante 15 minutos. Escúrrase y agréguense los demás ingredientes, mezclándose bien. Viértase en un molde refractario enmantequillado, cúbrase con migas de pan, hornéese en un horno de 350° F. (176° C.) durante 35 minutos.

Dorothy Kamen-Kaye.

LECHOSA VERDE

Pártense las lechosas por la mitad, móndense, sáquense las semillas. Sancóchense en agua salada hasta que se ablanden, machúquense, añádase mantequilla, espolvoréense con pimienta blanca.

También se pueden partir en rebanaditas y recalentarlas en salsa blanca. (Véase p. 235).

Phyllis Evison.

QUIMBOMBO SAUTE

Se sancochan los quimbombós jojotos y pequeños durante 10 minutos. Se escurren, se envuelven en funche y se doran en manteca de tocineta. Se dan vuelta dos o tres veces, con cuidado para que no se desbaraten. Se espolvorean con sal y pimienta cada vez que se voltean.

PEPINOS ANDINOS EN SALSA DE TOMATE

Se sancochan 6 pepinos en agua salada hasta que empiecen a ablandarse. Se escurren, se abren por un lado y se les sacan las semillas. Se mete dentro de cada uno un poco de mantequilla y se enrolla para que ésta no salga. Se prepara la siguiente salsa: se quitan los hollejos de ¼ kilo (3 ó 4 medianos) de tomates criollos y se parten en cuatro. Se les añade una cebolla grande, pi-

tight cover, melt the butter and when it is bubbling add the onions. When these are transparent add the escarolle, stirring well to coat all with the butter. Cover closely and cook on a medium fire till the juices of the escarolle begin to run - a few minutes. Season with salt and pepper and continue to cook, tightly covered, until just tender all through - only a few minutes more. Stir in the cream, turn into a serving dish, sprinkle with parsley and paprika. Serves 4.

Note: this recipe is also good using spinach but will take a little longer to cook. Add a tablespoon of prepared horseradish to the spinach just before serving.

ESCALLOPED EGGPLANT

1 medium eggplant **½ teaspoon grated onion**
2 tablespoons chopped green peppers **buttered breadcrumbs**
salt and pepper
¼ cup finely chopped parsley
1½ cups medium white sauce (see recipe for Brussels sprouts)

Peel eggplant, cut into inch cubes. Cook in boiling water 15 minutes. Drain; add the other ingredients, mixing well. Pour into buttered baking dish, cover with crumbs, bake in 350° F. oven 35 minutes.

Dorothy Kamen-Kaye.

GREEN "LECHOSA"

Cut "lechosas" in half, peel them, remove seeds. Boil till tender in salted water. Mash, add butter, sprinkle with white pepper.

They may also be sliced when done and reheated in a white sauce. (See p. 249).

Phyllis Evison.

OKRA SAUTE

Parboil young, tender pods of okra 10 minutes. Drain well. Roll in cornmeal and saute in hot bacon fat till browned. Turn them carefully to prevent breaking, two or three times, salting and peppering them a little each time.

"PEPINOS ANDINOS" IN TOMATO SAUCE

Cook 6 "pepinos" in salted boiling water till tender but not too soft. Drain, slit one side, remove seeds. Place a dab of butter in each and roll to prevent butter from coming out. Prepare a tomato sauce as follows: skin ¼ kilo (2 or 3 medium) ripe cooking tomatoes, cut in quarters. Add to them 1 large onion, chopped,

cada, y un diente de ajo, machacado. Todo se sofrie durante 20 minutos a fuego lento con aceite, manteca o Crisco. Se menea de vez en cuando. Se vierte la salsa sobre los pepinos para servirlos.

Otros modos de servir: Se rellenan con carne molida, se colocan en una fuente chata de hornear, se rocían con migas de pan enmantequilladas, se doran en el horno. Se rellenan con repollo en tiritas, cocido y aliñado; se tapan con salsa de queso. Se rellenan con arroz, se sirven con salsa de carne y de tomates.

Elsie K. de Herrera.

PIMENTONES VERDES RELLENOS CON MAIZ JOJOTO

Córtese una corona a los pimentones y sáquense las semillas y el pellejo blanco. Rellénense con maíz jojoto crudo, colóquense en una fuente refractaria, rocíense con un poquito de queso rallado y migas de pan (o bizcocho de manteca) enmantequilladas. Hornéense hasta que se ablanden en un horno de 350° F. (176° C.).

Otros rellenos: carne molida; migas de pan con un poco de cebolla picada; arroz cocido con un poco de jamón o tocineta cocido y picado; relleno de pan como para aves.

PLATANOS FRITOS ENTEROS

Se escojen plátanos bastante maduros, con cońcha media negra, gruesos y sin aporreos. Se pone en un caldero un poco de manteca, según los plátanos que se vayan a preparar; se pelan y se les quitan las punticas. Se ponen a fuego lento, dándoles vuelta, para que no se quemen, hasta que queden bien dorados, pues si se ponen en fuego fuerte se doran por encima y quedan por dentro crudos. Durante el tiempo en que se cocinen deben estar tapados.

Edelmira M. de Ybarra.

PLATANO FRITO EN REBANADAS

Se considera que un plátano está completamente maduro cuando la concha esté negra. El plátano parece blando cuando se le aprieta suavemente. Quítese la concha, pártase por la mitad y las mitades en rebanadas de ¼ pulgada (¾ cm.). Fríanse éstas por ambos lados en aceite, manteca o Crisco. Escúrranse bien, guardándolas calientes. Sírvanse sencillas o rociadas con queso parmesano o amarillo, rallado.

Elsie K. de Herrera.

PLATANO ASADO

Lávese bien un plátano maduro y rájese en un lado de punto a punto. Colóquese en un horno moderado o en una parrilla con muy pocas brasas, y ásese durante 15 ó 20 minutos. Se le da vueltas varias veces para que se cocine por todos lados. Cuando ya está, quítese la concha en seguida y sírvase con mantequilla.

Elsie K. de Herrera.

and 1 clove of garlic, mashed. Place in frying pan with hot oil, lard or Crisco and cook slowly for 20 minutes. Mix from time to time as it cooks. Pour over "pepinos", serve.

Other ways of serving: stuff the parboiled "pepinos" with ground meat, place in shallow baking dish, sprinkle with buttered crumbs, brown in oven. Stuff with cooked, seasoned, shredded cabbage; cover with cheese sauce. Stuff with rice; serve with a meat and tomato sauce.

Elsie K. de Herrera.

GREEN PEPPERS STUFFED WITH CORN

Cut off the tops of the peppers, remove seeds and inner white membrane. Stuff with uncooked green corn, place in a casserole, sprinkle with a little grated cheese and some buttered crumbs. Bake till tender in 350° F. oven.

Other stuffings: ground meat; breadcrumbs with a little onion; rice with a little chopped cooked ham or bacon; bread stuffing same as for fowl.

PLANTAINS FRIED WHOLE

Choose plantains that are good and ripe, with the skins half black. They should be thick and without bruises. Put a little fat into an iron pot, the amount depending on the number of plantains to be cooked, (about a tablespoon for each). Peel them and remove the pointed ends. Put them to cook on a slow fire, turning them so that they will not burn, until they are nicely browned. If they are put on too hot a fire they brown on the outside but stay raw inside. While they are cooking they should be covered.

Edelmira M. de Ybarra.

FRIED PLANTAIN SLICES

A plantain is considered fully ripe when the skin is black. It should feel soft when squeezed gently. Remove skin, cut plantain in half and the halves in slices about a quarter-inch thick. Fry on both sides in oil, lard, or Crisco. Drain well but keep hot. Serve plain or with grated American or Parmesan cheese over them.

Elsie K. de Herrera.

ROASTED PLANTAIN

Wash a ripe plantain well and slit one side of the skin from end to end. Place in a medium hot oven or on a grill over charcoal embers and bake 15 to 20 minutes, turning the plantain several times to be sure it bakes on all sides. When done, take off the skin quickly and serve garnished with butter.

Elsie K. de Herrera.

TOSTONES DE PLATANO

Quítense las conchas de los plátanos verdes y córtense estos en rebanadas diagonales de 1 pulgada (2½ cm.), las cuales se fríen (en bastante manteca) hasta que se doren ligeramente. Colóquense sobre papel absorbente para que se escurra la manteca. Espolvoréese una tabla con un poquito de sal y colóquense allí las rebanadas de plátano. Golpéense éstas hasta que las orillas se desbaraten un poco. Fríanse de nuevo en la misma manteca hasta que las orillas estén tostadas y los plátanos se doren.

En la cocina criolla se encuentran siempre dos piedras de playa, una grande y llana y otra pequeña y redonda, las cuales se utilizan en la preparación de los tostones. Muchas cocineras colocan dos rebanadas de plátanos apoyadas una en otra y las golpea juntas a fin de que los tostones queden más gruesos y más blandos por el centro.

ARROZ VENEZOLANO

1½ taza arroz
3 tazas agua
½ ó 1 cucharadita sal
½ cebolla mediana
2 cucharadas Crisco, manteca o aceite

Límpiese y lávese bien el arroz. En una paila grande (para evitar que se bote el arroz) caliéntese el agua junto con la sal y la cebolla. Cuando el agua rompa a hervir, añádase el arroz, tápese y cuézase, sin menearse, durante 15 minutos (aprox.) hasta que el arroz se seque y se ven unos hoyuelos en la superficie. Añádase el Crisco con 2 cucharadas de agua caliente, sin menearse el arroz. Tápese y déjese a fuego lento durante 15 minutos (aprox.). El arroz resulta seco y granoso. No se usa la capa de arroz que queda pegada a la paila.

Eduvigis.

CACEROLA DE PRIMAVERA

8 papas pequeñas
8 zanahorias pequeñas
1 coliflor, en pedazos
1 taza petits pois
½ taza queso amarillo, rallado
2 tazas salsa blanca, mediana

Combínense las legumbres, previamente sancochadas y coladas, y colóquense en una fuente refractaria. Mézclense el queso y la salsa y caliéntense estos hasta que el queso se derrita. Viértase esta mezcla encima de las legumbres y hornéese todo hasta que esté bien caliente y dorado. Adórnese con ramitas de perejil.

Para variar el plato, agréguense vainitas y cebollas pequeñas.

Vi Grindlay.

INDICACIONES PARA PAPAS

Puré de papas: al batirse, añádase un poco de pimentón rojo, cocido y picado; o incorpórese un huevo batido; o añádase un poco de perejil bien picado.

Papas sancochadas: escójanse unas papas pequeñas, lávense bien y sáqueseles una faja angosta de la concha; sancóchense las papas y sírvanse con la concha que les queda. Al sancocharse las papas grandes, añádase una ramita de hierbabuena.

PLANTAIN "TOSTONES"

Remove the skins of green plantains and cut on a slant into inch thick pieces. Fry these in fat an inch deep till light brown; place on brown paper to drain. Then place each "tostón" on a hard surface on which a little salt has been sprinkled, and pound till the edges fray a little. Return to the same fat and fry again till brown and the edges are crisp.

In the Venezuelan kitchen there is always a large, flat beach stone and a smaller, round one, for pounding "tostones". Many cooks, when they pound, place two "tostones" together, overlapping, thus making a thicker, softer center in the finished "tostón".

VENEZUELAN RICE

1½ cups rice
3 cups water
½ to 1 teaspoon salt
½ medium onion
2 tablespoons Crisco, lard or oil

Clean and wash the rice. Add salt and onion to water and put on the fire in a large saucepan (because rice boils over easily). When the water boils throw in the rice. Cook covered and without stirring 15 minutes more or less, until it begins to dry and small depressions appear in the surface. Add the Crisco (or oil or lard) with 2 tablespoons hot water; do not stir. Cover and leave on a low fire about 15 minutes more. The rice will be dry and fluffy, with a shell adhering to the saucepan.

Eduvigis.

SPRING CASSEROLE

8 small potatoes
8 baby carrots
1 small cauliflower, broken
1 cup peas
½ cup yellow cheese, cut up or grated
2 cups medium cream sauce

Cook the vegetables separately and drain well. Place in casserole. Add cheese to hot cream sauce, stir until melted, pour over vegetables. Place casserole in oven till heated and browned. Decorate with sprigs of parsley.

Variation: fresh green beans and small onions may be added.

Vi Grindlay.

SUGGESTIONS FOR "JUST POTATOES"

Mashed potatoes — add a little chopped and parboiled pimento when whipping. Or beat in an egg. Or add finely chopped parsley.

Boiled potatoes — select very small potatoes, wash well, peel off a narrow strip around the middle, cook with the skins on. When you boil old potatoes add a sprig of mint to the water.

FRITURAS DE PAPAS CRUDAS

2 tazas papas crudas, ralladas
2 cucharadas harina
sal y pimienta
2 huevos bien batidos
2 cucharaditas de perejil picado o de cebolla rallada

Combínense la sal, la pimienta, la harina y las papas. Añádanse los huevos, batiéndose bien. Agréguese el perejil o la cebolla (o ambos, si se desea). Sírvase la mezcla, por cucharadas, sobre un budare (o en una sartén) caliente y engrasado, y dórese bien por ambos lados.

CACEROLA DE ESPINACAS Y SALSA DE TOMATE

3 tazas espinacas cocidas (4 paquetes)
¼ taza migas de pan o bizcocho de manteca rallado
3 cucharadas mantequilla
un pellizco pimienta
3 chorritos salsa Maggi
1 cucharadita sal

Salsa

2 tazas tomates cocidos
1 hoja laurel
1 cucharadita sal
½ cucharadita azúcar
perejil picado
1 clavo de especie
2 cucharaditas cebolla picada
¼ pimentón verde, picado
2 cucharadas mantequilla
4 cucharadas harina

Lávense las espinacas y sancóchense hasta que se ablanden. Cuélense y añádanse la sal, la pimienta, la salsa Maggi y 2 cucharadas de la mantequilla. En una fuente refractaria colóquense las espinacas y la salsa (véase abajo) por camadas, terminando con una camada de salsa. Espárzanse las migas, ya mezcladas con la otra cucharada de mantequilla, por la superficie y hornéese la mezcla a 350° F. (176° C.) hasta que se doren las migas (aprox. 20 minutos).

Preparación de la salsa: combínense todos los ingredientes y cuézase la mezcla a fuego lento durante 30 minutos. Sáquense la hoja de laurel y el clavo antes de usarse la salsa. 6 a 8 cubiertos.

Mary Z. O'Connor.

TOMATES PICANTES AL HORNO

6 tomates medianos
1 cucharadita rábano picante
1 cucharadita azúcar
½ cucharadita sal
2 cucharadas mantequilla derretida
¼ cucharadita mostaza seca, inglesa
migas de pan (o bizcocho de manteca rallado) enmantequilladas
6 redondeles pan tostado, enmantequillados

Escójanse los tomates maduros, pues estos tienen un sabor más rico. Lávense. Córtese, de cada uno, una corona y cávense los tomates sacándoles unas cuantas semillas. En una fuente refractaria colóquense los tomates encima de los redondeles de pan tostados y rellénense con los demás ingredientes ya mezclados juntos. Espárzanse las migas por la superficie y hornéese la preparación a 350° F. (176° C.) durante 20 minutos o hasta que los tomates queden blandos pero no deshechos. Adórnese cada tomate con una ramita de perejil y sírvase el plato en la misma fuente.

RAW POTATO PANCAKES

2 cups grated raw potato
2 tablespoons flour
pepper and salt
2 eggs, beaten well
either or both: 2 teaspoons finely chopped parsley and onion

Add salt, pepper, flour to grated potatoes. Stir the eggs into the mixture. Add parsley or onion or both. Drop by tablespoonfuls on a hot, greased griddle or into a frying pan and brown well on both sides.

CASSEROLE OF SPINACH AND TOMATO SAUCE

3 cups spinach (4 bundles)
3 tablespoons butter
pinch pepper
3 dashes Maggi seasoning
1 teaspoon salt
¼ cup breadcrumbs

Sauce

2 cups cooked tomatoes
1 bay leaf
1 teaspoon salt
½ teaspoon sugar
parsley, chopped
1 clove
2 teaspoons minced onion
¼ green pepper, chopped
2 tablespoons butter
4 tablespoons flour

Wash spinach, cook until tender. Drain, add 2 tablespoons butter, salt, pepper, Maggi seasoning. Arrange spinach and sauce in alternate layers in casserole; have tomato sauce on top. Sprinkle with breadcrumbs mixed with 1 tablespoon melted butter. Bake in moderate oven (350° F.) until crumbs are golden brown - about 20 minutes.

To make sauce: Combine ingredients, mix well. Simmer 30 minutes. Remove clove and bay leaf before adding to spinach. Serves 6 to 8.

Mary Z. O'Connor.

PIQUANT BAKED TOMATOES

6 medium tomatoes
1 teaspoon horseradish
1 teaspoon sugar
½ teaspoon salt
¼ teaspoon dry English mustard
2 tablespoons melted butter
buttered crumbs
6 rounds buttered toast

Fairly ripe tomatoes are best as they have a richer flavor. Wash tomatoes, cut off stem end. Make a cross in the flesh of the tomato and squeeze to remove some of the seeds. Place on rounds of toast in a Pyrex dish and fill with a mixture of the rest of the ingredients, topping with the buttered crumbs. Bake in a 350° F. oven about 20 minutes, until tender but not mushy. They should retain their shape. Stick a sprig of parsley in the top of each and serve in the same dish.

BATATAS RELLENAS

6 batatas medianas
sal y paprika al gusto
¼ taza mantequilla
½ taza leche
½ taza nueces picadas
6 tajadas tocineta cruda

Lávense las batatas y hornéense a 400° F. (204° C.) durante 1 hora o hasta que se ablanden. Pártense en dos a lo largo y vacíese la pulpa. Hágase un puré de la parte interior, añadiéndole la sal, la paprika, la mantequilla y la leche. Bátase esta mezcla hasta que esté espumosa y agréguense las nueces. Rellénense 6 de las conchas con el puré y colóquese encima de cada una 1 tajada de tocineta. Cuézanse las batatas en un horno caliente hasta que se tueste la tocineta. 6 cubiertos.

CACEROLA DE ESPINACAS Y PAPAS

2 tazas espinacas cocidas, (3 paquetes)
sal y pimienta
unas gotas jugo de limón
1 cucharada cebolla picada
½ pimentón verde, picado
2 cucharadas mantequilla
queso rallado
un kilo papas cocidas y pasadas por el despaturrador
migas de pan (o bizcocho de manteca rallado) enmantequilladas

Sancóchense parcialmente y píquense las espinacas. Sofríanse el pimentón y la cebolla en la mantequilla, sazónense con sal y pimienta y añádanse a las espinacas. Agréguese el jugo de limón. Hágase un puré de las papas añadiéndole un poco de mantequilla, de leche y sal y pimienta al gusto. En una fuente refractaria coloquénse en camadas la mezcla de espinacas y el puré de papas; espárzanse encima las migas de pan y el queso rallado. Hornéese la mezcla hasta que esté bien caliente y la superficie esté dorada, (aprox. 15 minutos). 6 cubiertos.

Nota: para un sabor más rico, incorpórese jamón o tocineta cocida, en trocitos.

Katharine V. de Tamayo.

PURE DE CAMBURES TOPOCHOS

Escójanse topochos maduros. Sáquenseles las conchas, córtense por la mitad y sáquense las venas. Sancóchense en agua sin sal hasta que estén blandos. Hágase de ellos un puré añadiéndoles leche, sal y mantequilla como para puré de papas. Sírvase el puré como una legumbre con carne, etc. Si los topochos están demasiado dulces agréguense unas gotas de vinagre. Esto les aumenta el sabor característico de manzana.

Beatriz S. de Vaamonde Santana

STUFFED SWEET POTATOES

6 medium sweet potatoes
salt, paprika
¼ cup butter
½ cup milk
½ cup chopped walnut meats
6 thin slices bacon

Wash potatoes and bake in hot oven (400° F.) 1 hour or until tender. Cut in halves lengthwise and scoop out pulp. Mash, add salt to taste, paprika, butter, milk. Beat all together until fluffy. Fold in nuts, heap into 6 potato skins, lay slice of bacon across top of each. Place in hot oven and serve as soon as bacon is crisp. Serves 6.

SPINACH AND POTATO CASSEROLE

2 cups cooked spinach (3 bundles)
buttered breadcrumbs
salt, pepper
a squeeze of lemon juice
1 tablespoon minced onion
½ green pepper, chopped
grated cheese
2 tablespoons butter
2 pounds potatoes, boiled and mashed

Parboil and chop the spinach. Saute the pepper and onion in the butter and add with salt and pepper to the spinach. Add lemon juice. Put a layer of fluffy mashed and seasoned potatoes in a baking dish, then a layer of spinach, and so on, topping with breadcrumbs and grated cheese. If spinach and potatoes are hot, the dish needs only long enough in the oven to brown the top nicely. If not, give it about 15 minutes to heat through. Serves 6.

Note: the dish is improved by the addition of small cubes of cooked ham or bacon.

Katharine V. de Tamayo.

MASHED "TOPOCHO" BANANAS (*)

Choose ripe "topochos", remove the skins, split in half, and remove the seeds. Boil in unsalted water until tender, mash and add butter, milk and salt as for mashed potatoes. Serve hot with meat etc. If the "topochos" are extra sweet, add a few drops of vinegar to help bring out their characteristic apple flavor.

(*) See Unfamiliar Foodstuffs.

Beatriz S. de Vaamonde Santana

CONDIMENTOS, SALSAS, RELLENOS

CONSERVA PICANTE DE MANGO ("CHUTNEY")

60 mangos verdes y grandes
2¾ litros vinagre de malta
19 tazas azúcar
¼ kilo jengibre fresco
6 ajíes picantes
¼ kilo ajos
1 kilo pasas de Corinto
½ kilo pasas
¼ kilo dátiles
¼ kilo sal

Pélense y píquense los mangos. *No se deben moler.* Muélanse los ajos y los ajíes y añádanse estos y 2 tazas del vinagre a los mangos. Límpiense y píquense las pasas de Corinto, las pasas y los dátiles, mézclense con 2 tazas del vinagre y añádanse a la mezcla de los mangos. Déjese reposar todo durante 36 horas.

Combínense el azúcar, la sal y el jengibre, ya molido, con 8 tazas del vinagre y agréguese esto a la mezcla de los mangos. Añádase el resto del vinagre y cuézase todo hasta que tenga el espesor deseado (aproximadamente 4 horas). Menéese la mezcla a menudo para evitar que se queme. Viértase en frascos estériles y tápese con parafina.

Dorothy B. Crease.

CONDIMENTO DE PIMENTONES

12 pimentones rojos
12 pimentones verdes
12 cebollas medianas
2 tazas vinagre
2 tazas azúcar
3 cucharadas sal

Píquense los pimentones y las cebollas (o muélanse, no muy finos) y cúbranse con agua hirviendo. Déjense reposar durante 5 minutos; cuélense. Añádanse el vinagre, el azúcar y la sal. Hiérvase la mezcla durante 5 minutos y viértase en frascos pasados por agua hirviendo.

Mary Z. O'Connor.

SALSA DE "CURRY"

1 taza caldo claro
1 cebolla pequeña
1 manzana pequeña
2 cucharadas harina
1 cucharada polvo "curry"
2 cucharadas mantequilla
½ cucharadita jugo de limón
sal al gusto
1 cucharadita conserva picante de mango ("chutney")

Píquense finamente la cebolla y la manzana. Sofríase la cebolla en la mantequilla. Agréguense la harina y el polvo "curry" y cuézase la mezcla durante uno o dos minutos. Agréguense la manzana, el caldo, el jugo y la sal. Caliéntese la mezcla y cuando rompa a hervir quítese la nata y déjese cocinar a fuego lento du-

RELISHES, SAUCES, STUFFINGS

MANGO CHUTNEY

60 large green mangoes
3 quarts malt vinegar
19 cups sugar
½ pound green ginger
½ pound garlic
2 pounds currants
1 pound raisins
½ pound dates
½ pound salt
6 hot (chillies) peppers

Peel and chop mangoes *(do not grind).* Grind garlic and peppers and add with 2 cups vinegar to mangoes. Clean and chop currants, raisins, dates; mix with 2 cups vinegar, add to mango mixture. Let all this stand 36 hours.

Mix sugar, salt and ground ginger with 2 quarts (8 cups) vinegar and add to mango mixture. Add remaining vinegar. Cook until it reaches thickness desired—about 4 hours. Stir often to prevent burning. Put into sterilized jars and cover with paraffin.

Dorothy B. Crease.

PEPPER HASH

12 red peppers
12 green peppers
12 medium onions
1 pint vinegar
2 cups sugar
3 tablespoons salt

Chop peppers and onions (or put through meat grinder using coarsest attachment) and cover with boiling water. Allow to stand five minutes; drain. Add vinegar, sugar and salt. Boil for 5 minutes. Pour into scalded jars.

Mary Z. O'Connor.

CURRY SAUCE

1 cup white stock
1 small onion
1 small apple
2 tablespoons flour
1 tablespoon curry powder
2 tablespoons butter
½ teaspoon lemon juice
1 teaspoon chutney
salt to taste

Chop onion and apple fine. Fry onion gently in butter. Add flour and curry powder, cook for a minute or so. Add apple, stock,

rante media hora. Añádase el "chutney". Sírvase la salsa con pescado, con huevos, con pollo, con carnes, etc.

Sybil Fulcher.

SALSA DE CHIRIGUATA

Empléense únicamente las hojas coloradas que se encuentran alrededor de la semilla de la fruta; la semilla se bota. Agréguese agua en proporción de 1 taza para cada kilo de la fruta (pesada con la semilla). Hiérvase la mezcla durante media hora o hasta que las hojas estén blandas. Mídase la mezcla y añádase azúcar en proporción de ¾ de taza de ésta para cada taza de la mezcla. Hiérvase de nuevo durante 40 ó 45 minutos quitándose la nata y revolviéndose con cuchara de madera a fin de que no se queme la mezcla. Déjese enfriar por unos minutos. Viértase la mezcla caliente en frascos y tápense estos con parafina o celofán doble.

Para hacer jalea de chiriguata, cuélese el líquido del primer cocimiento y añádase azúcar en proporción de una taza de ésta para cada taza de líquido. Hiérvase esto hasta que esté en punto de jalea (véase p. 239).

Para hacer refrescos, endúlcese el líquido con ¾ taza de azúcar, hiérvase hasta que se espese un poco y guárdese en botellas. Sírvase solo o mezclado con jugos de otras frutas.

La salsa de chiriguata se parece mucho a la de "cranberry", siendo de un sabor delicado y algo ácido. Se recomienda servir la salsa de chiriguata en vez de la de "cranberry" que no se consigue sino importada. **N. de R.**

Charlotte F. Pittier.

PIÑA CON ESPECIAS

1 piña pelada, en rebanadas — **¾ a 1 taza azúcar**
⅛ cucharadita sal — **una pizca de clavos en polvo**
¼ cucharadita jengibre en polvo

En agua que casi la cubre, sancóchese la piña con el azúcar hasta que la piña esté blanda. Escúrrase. Combínense la sal, el jengibre y los clavos con ½ taza del almíbar en que se cocinó la piña. Viértase esto encima de la piña y cuézase a fuego lento durante 5 minutos. Sírvase la mezcla o caliente o fría como condimento con carnes o aves. Se puede guardar dentro de la refrigeradora poniéndola en un frasco con tapa.

Pauline V. Swanson.

CAMBURES TOPOCHOS ASADOS

Quítense las conchas de topochos maduros y fríanse enteros en mantequilla hasta que se doren. Cúbranse de leche de coco (véase p. 222), y agréguese papelón en cantidad suficiente para obtener un melado del espesor de melaza. Cuézase la mezcla hasta que los topochos estén blandos y hayan adquirido el sabor del melado. Sírvanse calientes con carne, etc.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

lemon juice, salt. Bring to boil; skim. Simmer for a half hour, then add chutney. Use with fish, eggs, chicken, meats, etc.

Sybil Fulcher.

"VENEZUELAN CRANBERRY" SAUCE

Use only the red leaves which surround the seed of the fruit; the seed is discarded. Add 1 cup water for each 2.2 pounds fruit (weighed with seed). Boil for half an hour or so, until the leaves are quite tender. Measure the boiled leaves and liquid; add for each cup, ¾ cup sugar. Boil again for 40 to 45 minutes; remove scum, stir with wooden spoon to prevent burning. Allow to cool for a few minutes only; fill jars while sauce is hot. Cover when cool with paraffin or double cellophane.

Jelly may be made of the strained juice, using 1 cup sugar to 1 of juice. Boil until it tests done for jelly (see p. 255).

Refreshing drinks may be made from the juice (use ¾ cup sugar to 1 cup juice, boiling only until well blended and slightly thickened), bottled and used alone or with other fruit juices.

This sauce is so called because, having a tart flavor somewhat like that of the cranberry, it can be used instead of the latter. It is made from the matured sepals of the **roselle** (Hibiscus Sabdariffa, L.) called **"chiriguata"** in Venezuela and **"sorrel"** in Trinidad. This is not the sorrel (Rumex sp. pl., L.) eaten in the North as a vegetable. **Ed. note.**

Charlotte F. Pittier.

SPICED PINEAPPLE

1 pineapple, peeled and sliced — **¾ to 1 cup sugar**
⅛ teaspoon salt — **¼ teaspoon ground ginger**
pinch of ground cloves

Cook pineapple until tender with sugar and enough water to almost cover. Drain. Combine salt, ginger and cloves with ½ cup syrup in which pineapple was cooked. Pour over pineapple and simmer slowly for 5 minutes. Use hot or cold as an accompaniment for meat or fowl. It keeps well in a covered jar in the refrigerator.

Pauline V. Swanson.

ROASTED "TOPOCHO" BANANAS

Peel ripe "topocho" bananas and fry whole in butter until they are golden brown. Cover with the milk from dry coconuts (see p. 223), add "papelón" enough to give a syrup of the consistency of molasses and cook until the bananas are tender and have become thoroughly steeped in the syrup. Serve hot as an accompaniment to meat, etc.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

SALSA CALIENTE PARA LEGUMBRES

Añádase a una salsa vinagreta caliente, una cantidad amplia de encurtidos dulces picados. Se recomienda servir esta salsa con bróculi o espárragos.

SALSA HOLANDESA

11 cucharadas mantequilla
1 cucharadita maicena
2 cucharaditas jugo limón
2 yemas de huevo
3 cucharadas leche
sal y pimienta al gusto

Mézclense la maicena y la leche, añádanse las yemas y 2 cucharadas de la mantequilla y hiérvase la mezcla durante 3 ó 4 minutos. Sepárese del fuego y agréguese, poco a poco, el resto de la mantequilla, meneándose constantemente. Si la salsa se espesa demasiado, agréguese un poco más de leche. Añádanse el jugo, la sal y la pimienta. 4 a 6 cubiertos.

Catalina María van Egmond.

SALSA "BARBECUE"

1 cebolla pequeña, picadita
1 cucharada mantequilla
½ taza salsa de tomate, preparada
1 cucharadita mostaza seca
2 cucharadas ron
1 cucharadita sal de apio España
½ cucharadita paprika
1 cucharada azúcar
1 cucharada salsa inglesa
3 cucharadas vinagre
1 cucharadita salsa "Tabasco"

Cuézase la cebolla con la mantequilla, agréguense los demás ingredientes y caliéntese la mezcla hasta que rompa a hervir.

Para costillas, carne de res o albóndigas: cuézase la carne hasta que esté casi cocida, añádase la salsa y cuézase todo a fuego lento durante 10 minutos.

Para rebanadas de carne de res asada: caliéntense las rebanadas en la salsa.

Jean Dunkle.

"SALSA DE MANZANA" DE MANGOS

3 mangos verdes
½ cucharada azúcar (aprox.)
2 cucharadas grasa (del asado)

Aunque esta salsa no tiene el sabor de manzanas, se usa en vez de la salsa de manzanas por la consistencia y la acidez que tiene. Se recomienda servir esta salsa con cochino asado.

Pélense los mangos y sancóchense hasta que estén blandos. Pásense por un tamiz, añádase el azúcar y la grasa. Caliéntese la mezcla hasta que rompa a hervir. Sírvase tibia.

Se puede usar una lechoza tierna en vez de los mangos; en tal caso, agréguense unas gotas de jugo de limón al momento de poner el azúcar.

Si se suprime la grasa, la salsa se puede servir en vez de fruta para el desayuno o como postre sencillo para el almuerzo.

HOT SAUCE FOR VEGETABLES

Use hot French dressing to which a generous amount of chopped mixed sweet pickle has been added. Especially good with broccoli or asparagus.

HOLLANDAISE SAUCE

11 tablespoons butter
1 teaspoon cornstarch
2 teaspoons lemon juice
2 egg yolks
3 tablespoons milk
salt and pepper to taste

Mix cornstarch with milk, add egg yolks and 2 tablespoons of butter and boil 3 to 4 minutes. Remove from fire and gradually add remaining butter, stirring constantly. If the sauce becomes too thick, add a little more milk. Stir in lemon juice, salt and pepper. Serves 4 to 6.

Catalina María van Egmond.

BARBECUE SAUCE

1 small onion, cut fine
1 tablespoon butter
½ cup catsup
1 teaspoon mustard
1 teaspoon celery salt
½ teaspoon paprika
1 tablespoon sugar
1 tablespoon Worcestershire
3 tablespoons vinegar
1 teaspoon Tabasco
2 tablespoons rum

Cook onion in butter, add all the other ingredients and bring to the boil.

For spareribs, beef or hamburgers: cook until almost done, place in sauce, simmer gently for 10 minutes.

For roast beef slices: heat thoroughly in sauce.

Jean Dunkle.

MANGO "APPLE SAUCE"

3 green mangoes
½ tablespoon sugar (approx.)
2 tablespoons dripping

While this does not taste like apple sauce, it makes a good substitute because of its tartness and texture. It goes well with roast pork.

Peel mangoes and boil until soft. Press through a sieve, add sugar and dripping from roast pork. Let come to a boil, serve warm.

A young "lechoza" may be used instead of mango; in this case, add a few drops of lime juice with sugar.

Without dripping, this sauce may be served as a breakfast fruit or lunchtime dessert.

SALSA DE PASAS

1/3 taza pasas sin semilla
1¾ taza agua
1 cucharada maicena
una pizca sal
una pizca pimienta
1 cucharadita mostaza seca
1/3 taza azúcar morena
¼ taza vinagre

Combínense las pasas y el agua y cuézase la mezcla a fuego lento durante 10 minutos. Unense la maicena, la mostaza, la sal, la pimienta y el azúcar. Añádase el vinagre, mézclese todo muy bien y agréguese a las pasas y el agua. Cuézase la salsa durante 3 minutos más.

SALSA DE PIÑA (PARA AVES)

Combínense jugo de piña y salsa del cocimiento del ave en proporciones de 2 cucharadas de salsa para cada cucharada de jugo. Agréguense las menudencias del ave, picadas, y unos pedacitos de naranja.

SALSA PARA CABRITO ASADO

1 taza vino blanco seco
6 cucharadas perejil
1 hoja laurel
1 ramito tomillo
1 ramito mejorana
3 clavos de especie
12 tomates verdes
4 cebollas medianas
3 tomates maduros, medianos
3 zanahorias medianas
una hebra azafrán
1 cucharada pan molido
sal al gusto

Se muelen todos los ingredientes en un mortero y se les agrega el vino. Con esta salsa se cubre el cabrito cuando esté medio asado. Se cocina con la salsa hasta que esté blando; se sirve vertiéndose la salsa encima. También se puede cocinar la salsa aparte durante 30 minutos a fuego lento y servirla en una salsera.

Ana María Letcher.

SALSA TARTARA

1 taza mayonesa
1 cucharadita cebolla rallada
1 cucharada perejil picado
1 cucharada encurtidos dulces, bien picados

Combínense todos los ingredientes y déjese reposar la mezcla varias horas antes de usarla. Si se desea, añádase 1 cucharada de alcaparras picadas y de aceitunas picadas.

Mary B. Wheeler.

SALSA DE SAUTERNE (PARA PESCADO)

½ taza vino sauterne
3 cucharadas mantequilla
unas gotas jugo de limón
2 yemas de huevo
sal al gusto
¼ taza leche

Póngase el vino a reducir un poco; luego, en baño María,

RAISIN SAUCE

1/3 cup seedless raisins
1¾ cups water
1 tablespoon cornstarch
few grains salt
few grains pepper
1 teaspoon dry mustard
1/3 cup brown sugar
¼ cup vinegar

Add raisins to water and simmer 10 minutes. Combine cornstarch, mustard, salt, pepper and brown sugar; add vinegar and blend well. Add cornstarch mixture to raisins and water; cook for 3 minutes longer.

PINEAPPLE SAUCE (FOR FOWL)

Add one part pineapple juice to two parts of the rich brown sauce of the fowl. Mix in giblets, chopped, and some pieces of orange.

SAUCE FOR ROAST KID

1 cup dry white wine
6 tablespoons parsley
1 bayleaf
a sprig of thyme
a sprig of marjoram
3 cloves
12 green tomatoes
4 medium onions
3 medium ripe tomatoes
6 medium carrots
pinch saffron
salt to taste
1 tablespoon breadcrumbs

Pound all solid ingredients together in a mortar (or put through the meat grinder using finest attachment) and add wine. When kid is half done, cover it with this sauce and continue cooking till done. Serve with sauce over it. Or, cook sauce apart for about a half hour and serve in a sauce boat.

Ana María Letcher.

TARTARE SAUCE

1 cup mayonnaise
1 tablespoon sweet pickles
1 teaspoon grated onion
1 tablespoon minced parsley

Chop pickles very fine and combine with other ingredients. Let stand several hours before using. If desired, 1 tablespoon each of chopped capers and chopped olives may be added.

Mary B. Wheeler.

WINE SAUCE (FOR FISH)

½ cup white wine
3 tablespoons butter
dash of lemon juice
2 egg yolks
salt to taste
¼ cup milk

Let wine boil down slightly. Combine wine, egg yolks, butter,

únase el vino con las yemas, la mantequilla, la sal, el jugo de limón y la leche. Déjese cocinar, meneándose constantemente, hasta que la mezcla esté espesa. Hágase la salsa a última hora. 5 raciones.

Mercedes E. de Rodríguez.

SALSA DE PIÑA (PARA PESCADO)

1 piña
2 yemas de huevo
1 cucharadita harina
1 cucharada mantequilla

Rállese la piña y sáquese el jugo (aproximadamente 1 taza). Caliéntese el jugo y cuando rompa a hervir, bájese del fuego. Enfríese un poco y viértase encima de las yemas. Agréguese la harina y cuézase la mezcla a fuego lento, meneándose constantemente, durante 2 minutos más. No se deja hervir. Bájese del fuego, añádase la mantequilla y mézclese bien.

Matilde Alcock.

SALSA DE AGUACATE (PARA PESCADO)

1 aguacate grande, machacado
3 cucharadas aceite de olivo
¼ cucharadita pimienta
1 cucharada vinagre
jugo de 1 limón
½ cucharadita sal

Combínense los ingredientes y bátanse hasta que la mezcla tenga el espesor de mayonesa. Viértase encima del pescado al momento de servirse. Se obtiene 1½ taza (aprox.).

"DUMPLINGS"

1½ taza harina
3 cucharaditas polvo "Royal"
1½ cucharaditas sal
2/3 taza leche (no más)

Ciérnanse juntos la harina, el polvo y la sal. Agréguese la leche poco a poco y mézclese bien. La masa debe quedar gruesa y mojada. Déjese caer por cucharadas colmadas, encima de una salsa de carne abundante. Los "dumplings" deben quedar a flote y nunca sumergidos. Tápense y déjense cocinar durante 15 minutos. Es preciso no destapar los "dumplings" durante su cocimiento. Sírvanse con cualquier guisado.

Vi Grindlay.

RELLENO DE PAN

4 tazas pan viejo en trozos
1 cucharadita sal
⅛ cucharadita pimienta
2 cucharadas manteca
menudencias del ave
o salchicha de cochino
o salchicha de hígado
⅛ cucharadita jengibre
¼ cucharadita especias para aves horneadas
1 cucharadita perejil picado
1 huevo, ligeramente batido
½ cucharadita cebolla picada, si se desea

Remójese el pan con agua fría y exprímase bien. Caliéntese la manteca en una sartén, añádase el pan y remuévase hasta que

salt, lemon juice and milk and cook stirring constantly, in a double boiler, until thick. This sauce must be prepared at the last minute. Serves 5.

Mercedes E. de Rodríguez.

PINEAPPLE SAUCE (FOR FISH)

1 pineapple
2 egg yolks
1 teaspoon flour
1 tablespoon butter

Grate pineapple and squeeze out juice (about 1 cup). Bring juice to the boil, remove from fire and pour over egg yolks. Add flour, return to fire and cook 2 minutes more, stirring constantly. Do not boil. Remove from fire, add butter and blend well.

Matilde Alcock.

AVOCADO SAUCE (FOR FISH)

1 large avocado, sieved
1 tablespoon vinegar
3 tablespoons olive oil
juice of 1 lemon
½ teaspoon salt
¼ teaspoon pepper

Combine ingredients, beating until of the consistency of mayonnaise. Pour over fish to serve. Approximate yield, 1½ cups.

DUMPLINGS

1½ cups flour
3 teaspoons baking powder
1½ teaspoons salt
2/3 cup milk (no more)

Sift flour, baking powder and salt together. Add milk gradually and mix to a heavy wet dough. Float, by the heaping tablespoonful, on top of gravy in which dumplings are to be cooked. Cover and cook for 15 minutes. Be sure not to lift cover until cooking time is up.

Vi Grindlay.

BREAD STUFFING

1 quart stale bread in pieces
1 teaspoon salt
⅛ teaspoon pepper
2 tablespoons drippings
heart, liver and gizzard or pork or liver sausage
⅛ teaspoon ginger
¼ teaspoon poultry seasoning
1 teaspoon chopped parsley
1 egg, slightly beaten
½ teaspoon onion, chopped fine, if desired

Soak bread in cold water and squeeze dry. Heat fat in a frying pan, add the bread, stir until fat is absorbed. Season, add

la manteca se absorba. Sazónese, agréguese el huevo y mézclese bien. Combínese esto con las menudencias (parcialmente cocidas de antemano y picadas) o con la carne de las salchichas.

Relleno con ostras para pavo: síganse las instrucciones anteriores, suprimiéndose las menudencias y agregándose 12 o más ostras grandes con un poco de su líquido.

RELLENO PARA PATO

4 tazas pan viejo, en cubos
menudencias del pato, picaditas
¼ cebolla, picadita
¼ taza corazón de apio España, en cubos
1 huevo
½ taza tomates colados
2 cucharadas manteca
1 cucharadita sal
⅛ cucharadita pimienta
⅛ cucharadita jengibre
⅛ cucharadita nuez moscada

Remójese el pan con agua y exprímase bien. Caliéntese la manteca en una sartén, añádase el pan y déjese freír unos momentos. Agréguense los demás ingredientes y mézclense bien.

RELLENOS PARA AVES

¼ kilo cochino, picado
100 gramos tocino, picado
1 cucharada alcaparras picadas
1 cucharada pasas
1 cucharada almendras peladas
2 panes sin corteza, humedecidos
2 huevos duros, picados
1 cebolla pequeña, picada
10 a 15 aceitunas
sal y pimienta al gusto
menudencias del ave, picaditas

Sofríase la cebolla con el tocino y añádanse el cochino y las menudencias. Fríase todo hasta que el cochino esté blando, agregándose un poco de caldo o de agua si se necesita. Añádanse los demás ingredientes, menos el huevo, y cuézase esto hasta que todo esté bien mezclado. Bájese del fuego y agréguese el huevo.

Otro relleno: combínense 3 bollos de pan remojados en leche, 6 huevos duros picaditos, 1 cucharada de mantequilla, ¼ kilo de queso parmesano rallado, 3 bizcochos rallados, 6 aceitunas, pimienta, sal y nuez moscada al gusto y 1 cucharada de vino blanco. Reúnase todo muy bien y rellénese el ave.

Mercedes E. de Rodríguez.

egg and mix well. Combine with giblets, partially boiled and chopped fine, or with sausage meat.

Oyster Dressing for Turkey: follow above recipe, substituting a little of the oyster liquid and 12 or more large oysters, chopped coarsely, for the giblets.

STUFFING FOR DUCK

1 quart stale bread, diced
liver, gizzard and heart, chopped fine
¼ onion, chopped fine
¼ cup celery root, diced
½ cup strained tomatoes
2 tablespoons fat
1 teaspoon salt
⅛ teaspoon pepper
⅛ teaspoon ginger
⅛ teaspoon nutmeg
1 egg

Soak the bread in water and squeeze dry. Heat fat in a frying pan, add bread, let fry, add other ingredients and mix well.

STUFFING FOR FOWL

½ pound pork, minced
¼ pound salt fat pork, minced
1 tablespoon chopped capers
1 tablespoon raisins
1 tablespoon blanched almonds
2 loaves soft bread, moistened
2 hard-boiled eggs, chopped
1 small onion, minced
10 to 15 olives
salt and pepper to taste
giblets of fowl minced

Fry onion with salt pork, add other pork and giblets and fry until meat is tender, adding a little water or stock if necessary. Put in remaining ingredients, except egg, and cook until well blended. Remove from fire and add egg.

Another stuffing: combine 3 rolls of bread, moistened with milk, 6 chopped hard-boiled eggs, 1 tablespoon butter, ½ pound grated Parmesan cheese, 3 grated "bizcochos de manteca", 6 olives, salt, pepper and nutmeg to taste, and 1 tablespoon white wine. Mix thoroughly before using.

Mercedes A. de Rodríguez.

el perejil, la zanahoria y los cebollinos ya picados en ruedas finitas. Enfríese la ensalada y antes de servirla mézclese bien, pero ligeramente, con salsa hortelana. (Véase p. 126).

ENSALADA DE ESPINACAS Y AGUACATE

¼ kilo espinacas
2 cebollas en ruedas
2 cucharadas mantequilla
1 huevo duro
1 aguacate pelado
½ cucharadita sal

Cúbranse las espinacas, ya bien lavadas, de agua hirviendo y déjense reposar durante 5 minutos. Sofríase la cebolla en la mantequilla hasta que esté amarilla y blanda. Píquense juntas la cebolla y las espinacas, agréguense el huevo y el aguacate y sígase picando hasta que todo esté menudo. Añádase la sal. Sírvase encima de lechuga con mayonesa o con salsa de mil islas (véase p. 126). 6 cubiertos. (Véase p. 241 para la preparación de aguacate).

ENSALADA DE PEPINOS Y CREMA CORTADA

2 pepinos
1 cebolla pequeña
1 cucharadita sal
2 cucharadas vinagre estragón
¼ cucharadita pimienta
2 tazas crema de leche cortada (*)

Móndense y córtense en rebanadas los pepinos y la cebolla. Combínense y espolvoréense con la sal y déjense reposar dentro de la refrigeradora durante ½ hora; pónganse en un linón y exprímase el agua. Colóquese la mezcla en un tazón; añádanse el vinagre, la pimienta y la crema. Mézclese todo ligeramente y sírvase. Aprox. 5 cubiertos. Si se desea, úsese menos crema.
(* *Véase p. 235).*

Dorothy B. Crease.

ENSALADA DE REPOLLO

3 tazas repollo, en tiritas finas
2 zanahorias pequeñas, peladas y ralladas
½ cucharadita sal
½ cucharadita azúcar
1 pimentón verde, picado
¾ taza crema de leche cortada, espesa y fría, o
¾ taza mayonesa
2 cucharadas vinagre
un polvito pimienta blanca
¼ cucharadita "paprika"

Combínense el repollo, el pimentón y las zanahorias. Mézclese la crema (o la mayonesa) con los demás ingredientes e incórporese esta mezcla a la del repollo. Sírvase fría encima de lechuga. 6 cubiertos.

Dorothy B. Crease.

ENSALADA PARA PAELLA

Esta ensalada es una de las que se sirven en Lima, Perú. Colóquense encima de lechuga unas rebanadas de tomate, anchoas,

sprinkle with parsley and carrot. Finish with finely sliced onions. Chill. Add Garden Dressing (see p. 127) and toss thoroughly before serving.

AVOCADO SPINACH SALAD

½ pound spinach
2 onions, sliced
2 tablespoons butter
1 hard-boiled egg
1 avocado, peeled
½ teaspoon salt

Pour boiling water over spinach which has been thoroughly washed and let stand 5 minutes. Sauté onion in butter until yellow and soft. Chop onion and spinach together, then add egg and avocado and chop until fine. Add salt and serve on lettuce with mayonnaise or Thousand Island dressing (see p. 127). Serves 6. (See p. 255 for preparation of avocado).

SOUR CREAM CUCUMBER SALAD

2 cucumbers
1 small onion
1 teaspoon salt
2 tablespoons Tarragon vinegar
¼ teaspoon pepper
2 cups sour cream (see p. 251)

Peel and slice cucumbers and onion. Combine. Sprinkle with salt and allow to stand in refrigerator for ½ hour; place in a cloth and squeeze out water. Put into a bowl; add vinegar, pepper and cream. Toss together lightly and serve. About 5 servings. If desired, less cream may be used.

Dorothy B. Crease.

CABBAGE CREAM SLAW

3 cups finely shredded cabbage
2 small carrots, peeled and grated
½ teaspoon salt
½ teaspoon sugar
1 small green pepper, minced
¾ cup thick sour cream, chilled, or mayonnaise
2 tablespoons vinegar
few grains white pepper
¼ teaspoon paprika

Combine cabbage, green pepper and carrots. Mix cream or mayonnaise thoroughly with other ingredients and stir this into cabbage mixture. Serve cold on lettuce. Serves 6.

Dorothy B. Crease.

SALAD TO SERVE WITH "PAELLA"

This salad is typical of those served in Lima, Peru. On a foundation of shredded lettuce, place sliced tomatoes, anchovies,

aceitunas sin semilla (negras y verdes) y, si se desea, ruedas de cebolla suave. Sírvase con salsa francesa (véase p. 124) sazonada con un poquito de ajo. (Véase p. 44 para Paella).

ENSALADA DE GRAPEFRUIT

Pélense 2 grapefruit pequeños y sáquense las secciones, sin que éstas se desbaraten. Colóquense éstas encima de lechuga y sírvase con la siguiente salsa. 4 cubiertos.

Salsa: en un frasco pónganse ½ taza azúcar, ¼ taza salsa de tomate preparada, 2 cucharadas salsa inglesa, 1 diente ajo, 1/3 taza vinagre y 1 taza aceite. Agítese bien y sírvase. Resultan como dos tazas de salsa que puede guardarse perfectamente bien y que puede usarse con otras ensaladas. Para una salsa más agria, suprímase una cucharada del azúcar y añádase ½ cucharadita de sal.

Elma Lundgren.

ENSALADA MELODIA

1 melón grande o
½ lechosa grande
1 pote mediano piña en trozos ó
1 taza piña fresca, en cubos (*)
unas hojas hierbabuena y cerezas

Sáquense las semillas y pélese el melón. Córtese en ruedas de 1 pulgada (2½ cm.) de espesor. Colóquese cada rueda en un plato, llénese el centro con la piña y con peloticas previamente cortadas de los puntos del melón. Espolvoréese con hierbabuena picada; adórnese con hojas de hierbabuena y con cerezas. Sírvase con salsa de hierbabuena (véase p. 126). 4 cubiertos.

(*) Véase p. 222, para hacer piña fresca parecida a piña de pote.

ENSALADA AMOLDADA DE AGUACATE

2 aguacates (*) machacados
½ cucharadita sal
1 cucharada pimentón verde, picadito
1 cucharada gelatina
1 cucharada agua fría
¼ taza agua hirviendo
1 cucharada cebolla rallada
pimienta al gusto

Añádanse el pimentón, la sal, la cebolla y la pimienta a la pulpa de los aguacates. Mójese la gelatina con el agua fría y deslíase en el agua hirviendo. Combínense las dos mezclas. Viértase la preparación en un molde y déjese cuajar dentro de la refrigeradora. Sáquese del molde y sírvase con mayonesa (véase p. 122).

(*) Véase p. 241 para la preparación de aguacate.

Ellen Eckberg.

ENSALADA AMOLDADA DE PEPINO Y QUESO

1 taza queso "cottage" o de crema
1 taza pepino rallado y escurrido
1 cucharadita cebolla rallada
2 cucharadas jugo de limón
¼ taza agua fría
2 cucharadas gelatina
½ taza agua hirviendo
2 cucharadas azúcar
1 cucharadita sal

Rállense 5 pepinos medianos y, mientras que se escurran, remójese la gelatina en el agua fría. Disuélvase ésta en el agua

pitted olives (ripe as well as green) and, if liked, slices of mild onion. Serve with French Dressing (see p. 125) seasoned with a suspicion of garlic. (See p. 45 for "Paella").

GRAPEFRUIT SALAD

Peel two small grapefruit and take out the sections, keeping them whole, if possible. Place the sections on lettuce leaves and serve with the following dressing. Serves 4.

Dressing: put into a bottle, ½ cup sugar, ¼ cup tomato catsup, 2 tablespoons Worcester sauce, 1 clove garlic, 1/3 cup vinegar and 1 cup salad oil. Shake well and serve. Makes about 2 cups. Will keep well and can be used with anything that needs a thin dressing. For a more acid dressing, reduce sugar to 3 tablespoons and add ½ teaspoon salt.

Elma Lundgren.

MELODY SALAD

1 large melon or
½ large "lechosa"
1 medium can pineapple chunks or
1 cup fresh pineapple, diced (*)
few mint leaves and cherries

Seed, peel and slice melon in inch-thick rings. Place rings on individual plates, fill centers with pineapple chunks and melon balls cut from ends of melon. Sprinkle with minced mint; garnish with mint leaves and cherries. Serve with Mint Dressing (see p. 127). Serves 4.

(*) See p. 223. To make fresh pineapple similar to canned.

AVOCADO SALAD

2 avocados (*), mashed
½ teaspoon salt
1 tablespoon green pepper, minced
1 tablespoon gelatin
1 tablespoon cold water
¼ cup boiling water
1 tablespoon onion, grated
pepper to taste

Add onion, green pepper and seasonings to avocado pulp. Soak gelatin in cold water and dissolve in boiling water. Combine the mixtures and chill in a mold. Unmold and serve with mayonnaise (see p. 123).

(*) See p. 255 for preparation of avocado.

Ellen Eckberg.

COTTAGE CHEESE AND CUCUMBER MOLD

1 cup cottage or cream cheese
1 teaspoon salt
1 teaspoon scraped onion
2 tablespoons lemon juice
¼ cup cold water
2 tablespoons gelatin
½ cup boiling water
2 tablespoons sugar
1 cup grated, drained cucumber pulp

Grate about 5 medium sized cucumbers and while pulp is

hirviendo, añádase el azúcar y déjese enfriar un poco. Añádanse la sal, el jugo de limón, la cebolla y el pepino. Ablándese el queso con la cuarta parte de la mezcla; déjese helar el resto hasta que empiece a cuajarse y entonces bátase con el batidor mecánico hasta que esté espumoso. Combínense las dos mezclas y viértase la preparación en un molde. Esta cantidad es suficiente para un molde de pan de 7½ x 3½ x 2¼ pulgadas (19 x 9 x 6 cm. aprox.). Una receta doble sirve para un molde en forma de anillo que tiene 8½ pulgadas (22 cm.) de diámetro exterior por 2 pulgadas (5 cm.) de profundidad.

ENSALADA AMOLDADA DE PIÑA Y PEPINO

3 cucharadas gelatina sin sabor (véase p. 241)
½ taza agua fría
3½ tazas jugo de piña (*), caliente
½ taza jugo de limón
1 taza piña (*), en trocitos
2 tazas pepino picado
½ cucharadita sal
lechuga o berros

langosta fría, cangrejo o camarones, si se desea

Mójese la gelatina con el agua fría y disuélvase con el jugo de piña, ya endulzado. Añádase el jugo de limón y déjese enfriar un poco. Agréguense la piña, el pepino y la sal. Viértase la mezcla en un molde en forma de anillo y déjese cuajar dentro de la refrigeradora. Sáquese del molde, llénese el centro con el pescado y sírvase con lechuga o berros y mayonesa (véase p. 122).

(*) Véase p. 222 para hacer piña fresca parecida a piña de pote.

ENSALADA DE PEPINO GELATINOSA

1 paquete gelatina de limón
1 taza agua hirviendo
un polvito pimienta negra
1 cucharada vinagre
1 taza pepino rallado
½ cucharadita sal

1 cucharadita jugo de cebolla

Deslíase la gelatina en el agua hirviendo y añádanse los demás ingredientes. Viértase la mezcla en un molde lavado de antemano con agua fría. Déjese cuajar dentro de la refrigeradora. Sírvase encima de lechuga y con mayonesa. (Véase p. 122).

Jean Dunkle.

GELATINA DE TOMATE

2 cucharadas gelatina
¼ taza agua fría
½ taza agua hirviendo
4 tazas tomates, frescos o de pote
1 cucharada cebolla picada
½ cucharadita sal de apio España
2 ó 3 clavos de especie
1 cucharadita sal
1 cucharadita azúcar
2 cucharaditas jugo de limón

Mójese la gelatina con el agua fría y deslíase en el agua hirviendo. Cuézanse juntos durante 15 minutos los tomates, la cebolla, la sal de apio España, los clavos, la sal y el azúcar. Cuélese la mezcla por un linón. Agréguense el jugo de limón y la gelatina.

draining, soften gelatin in cold water, dissolve in boiling water, add sugar, and cool. Add salt, lemon juice, onion, cucumber. Soften cheese with ¼ of this mixture; chill the rest until partly thick, then beat until foamy with a rotary beater. Combine with cheese mixture, chill in mold. This amount fills a bread pan 7½ x 3½ x 2¼ inches and twice the amount fills a ring mold of 8½ inch outside diameter, 2 inches deep.

PINEAPPLE AND CUCUMBER RING

½ cup cold water
3½ cups hot pineapple juice (*)
½ cup lemon juice
1 cup pineapple (*), diced
2 cups cucumber, chopped
½ teaspoon salt

3 tablespoons unflavored gelatin (see p. 257)
lettuce or cress
cold lobster, crab meat or shrimp, if desired

Soften gelatin in cold water and dissolve in pineapple juice (sweetened). Add lemon juice. Cool; add pineapple, cucumber and salt. Turn into a ring mold and chill until firm. Unmold on lettuce or cress and fill with seafood. Serve with mayonnaise (see p. 123).

(* See p. 223. To make fresh pineapple similar to canned).

JELLIED CUCUMBER SALAD

1 package lime gelatin
1 cup boiling water
1 teaspoon onion juice
1 tablespoon vinegar
1 cup grated cucumber
few grains black pepper

½ teaspoon salt

Dissolve gelatin in boiling water and add rest of ingredients. Pour into a mold whch has been dipped into cold water and chill. Serve on lettuce with mayonnaise (see p. 123).

Jean Dunkle.

TOMATO ASPIC

2 tablespoons gelatin
¼ cup cold water
½ cup boiling water
4 cups tomatoes, fresh or canned
1 tablespoon chopped onion
½ teaspoon celery salt
2 or 3 whole cloves
1 teaspoon salt
1 teaspoon sugar
2 teaspoons lemon juice

Soak gelatin in cold water and dissolve in boiling water. Cook together tomatoes, onion, celery salt, cloves, salt and sugar for 15 minutes. Strain through a cloth. Add lemon juice and gelatin.

Déjese cuajar dentro de la refrigeradora. Usese sola o como base para amoldar legumbres crudas o cocidas. Es posible hacer la gelatina de antemano. Para usarla, deslíase en baño María, añádanse las legumbres deseadas y déjese cuajar.

Gelatina de limón: mójense 2 cucharadas de gelatina en ¼ taza de agua fría y deslíase en 2 tazas de agua hirviendo. Agréguense ½ cucharadita sal, 3 cucharadas vinagre y 3 cucharadas jugo de limón. Enfríese hasta que empiece a cuajarse. Añádanse legumbres crudas o cocidas al gusto y colóquese dentro de la refrigeradora. Es posible hacer la gelatina de antemano. (Véase la receta anterior).

Catherine S. de Coup-Crank.

ENSALADA HELADA DE FRUTA

1 cucharadita gelatina
3 cucharadas jugo de fruta o almíbar
1/3 taza mayonesa
sal y pimienta al gusto
2/3 taza crema de leche, batida hasta que esté espesa
azúcar en polvo al gusto
lechuga
2 tazas fruta (*), fresca o de pote, en trocitos

Remójese la gelatina con el jugo o el almíbar y deslíase en baño María. Agréguese esto poco a poco a la mayonesa y añádase la crema, batiéndose muy bien. Agréguense la fruta, el azúcar, la sal y la pimienta. Hiélese la mezcla y sírvase con lechuga y salsa, según el gusto.

(*) Se recomiendan frutas suaves o dulces y una proporción reducida de frutas ácidas.

Vi Grindlay.

ENSALADA DE PAPAS

4 tazas papas cocidas, calientes y en cubos
2 tomates pelados, en cubos
1 pepino pelado, en trocitos
2 cucharaditas sal
2 cucharadas cebolla picadita
4 cucharadas aceite
2 cucharadas vinagre
1/3 taza mayonesa
pimienta al gusto

Mézclense las papas, la cebolla, el aceite, el vinagre, la sal y la pimienta con cuidado para no romper las papas. Una vez fría la mezcla, agréguense los tomates, el pepino y la mayonesa. Sírvase fría encima de lechuga. 6 cubiertos.

Dorothy B. Crease.

ENSALADA DE PAPAS Y AGUACATE

1 aguacate, en cubos
1½ taza papas cocidas, en cubos
3 huevos duros, picados
1 cucharadita sal
⅛ cucharadita pimienta
¾ taza lechuga picada
4 tiras tocineta picada
1 cebolla, picada

Combínense las papas, los huevos, la cebolla, la sal, la pimienta y la lechuga. Sofríase la tocineta y añádase ésta con una cucharada de su manteca, a la mezcla. Incorpórese el aguacate con

Mold in refrigerator. This may be used alone or as a vehicle for molding raw or cooked vegetables. It may be made up ahead of time. When needed, melt over hot water, and proceed as for freshly made aspic.

Lemon Aspic: Soak 2 tablespoons of gelatin in ¼ cup cold water and dissolve in 2 cups of boiling water. Add ½ teaspoon salt, 3 tablespoons vinegar and 3 tablespoons lemon juice. Chill until nearly set. Stir in raw or cooked vegetables as desired and return to refrigerator. This may be made up ahead of time. (See above recipe).

Catherine S. de Coup-Crank.

FROZEN FRUIT SALAD

1 teaspoon gelatin
1/3 cup mayonnaise
powdered sugar, salt, pepper
lettuce
3 tablespoons fruit syrup or juice
2/3 cup heavy cream, beaten until thick
2 cups fruit (*), fresh or canned, cut into small pieces

Soak gelatin in fruit juice, dissolve over hot water and add slowly to mayonnaise. Beat in cream. Fold in fruit and salt, pepper and sugar to taste. Freeze. Serve on lettuce leaves with or without dressing.

(* Bland fruits are best; use only a small proportion of citrous fruits).

Vi Grindlay.

POTATO SALAD

2 tomatoes, peeled, diced
1 cucumber, peeled, diced
2 teaspoons salt
pepper to taste
2 tablespoons onion, chopped
4 tablespoons oil
1/3 cup mayonnaise
2 tablespoons vinegar
4 cups cooked hot potatoes, diced

Combine potatoes, onion, oil, vinegar, salt and pepper. Be careful not to break potatoes. Cool. Add tomatoes, cucumber and mayonnaise. Serve cold on lettuce. 6 servings.

Dorothy B. Crease.

AVOCADO POTATO SALAD

1 avocado, cubed
1½ cups cooked potatoes, diced
3 hard cooked eggs, chopped
1 onion, chopped
1 teaspoon salt
⅛ teaspoon pepper
¾ cup shredded lettuce
4 slices bacon, diced

Combine potatoes, eggs, onion, salt, pepper and lettuce. Sauté bacon and add to salad with 1 tablespoon of the bacon fat. Mix

cuidado para no desbaratarlo. Sírvase inmediatamente. 6 cubiertos.

Ensalada de aguacate y pollo: combínense 3 tazas de pollo en trocitos con 1½ taza de aguacate en cubos. Incorpórese con cuidado 1½ taza de mayonesa y sazónese con sal y pimienta. Sírvase tal cual encima de lechuga o úsese como relleno para tomates grandes y rojos. 10 cubiertos.

PAN DE POLLO EN GELATINA

1 gallina de 2 kilos (aprox.)
agua para cubrir
3 cucharadas gelatina sin sabor
¾ taza agua fría
sal
pimienta
2 tallos apio España
2 zanahorias, 2 cebollas
2½ tazas caldo de gallina
3 tazas gallina cocida, en trozos
1½ taza salsa de chiriguata, (véase p. 102)

Despedázese la gallina y sancóchese a fuego lento con el agua, las zanahorias, el apio España, las cebollas, hasta que la carne empiece a caerse de los huesos. Sepárese del fuego, despelléjese y deshuésese la gallina y córtese en trocitos. Cuélese el caldo.

Mójense 2 cucharadas de la gelatina con ½ taza del agua fría y añádase esto al caldo, ya medido. Caliéntese hasta que la gelatina se disuelve y colóquese en la refrigeradora. Cuando la mezcla empiece a espesarse, incorpórese la gallina. Viértase en un molde de pan de 2 litros (aprox.) de capacidad. Mójese la otra cucharada de gelatina con ¼ taza de agua fría y disuélvase esto en la salsa de chiriguata caliente. Déjese enfriar hasta que empiece a espesarse y viértase encima de la mezcla de gallina. Déjese cuajar en la refrigeradora. Sáquese del molde, colóquese en un platón y adórnese. 12 cubiertos.

Pan de pollo con crema: prepárese la gallina según la receta anterior. Desliáse 2 cucharadas de gelatina ya mojadas con ¼ taza de agua fría, en 1½ taza de caldo. Déjese enfriar un poco y añádanse la gallina, sal y pimienta, 2 cucharadas jugo de limón, 1 cucharadita salsa inglesa, 1/3 taza pimentón picado y 1½ taza crema de leche no muy espesa. Viértase la mezcla en un molde engrasado y déjese cuajar en la refrigeradora. 8 a 10 cubiertos.

ENSALADA COMPLETA (PRIMER PLATO)

Usese como base cualquiera combinación de verduras crudas; añádanse tiras de jamón cocido y de lengua ahumada o salada. Agréguense ruedas de huevo duro y tomates maduros picados en octavos. Si se desea se puede añadir también unas tiritas de queso suizo. Sírvase la ensalada con salsa francesa picante.

MAYONESA

3 yemas de huevo
1 taza aceite
½ cucharadita azúcar
3 cucharadas vinagre
1 cucharadita mostaza seca
1 cucharadita sal

Mézclense el azúcar, la mostaza, y la sal y añádase esto al vinagre. Bátanse las yemas hasta que estén espesas y agréguese el

in the avocado carefully so as not to break up the cubes. Serve at once. Serves 6.

Avocado and Chicken Salad: combine 3 cups diced chicken with 1½ cups diced avocado. Carefully blend in 1½ cups mayonnaise and season with salt and pepper. Serve alone on lettuce or use as a stuffing for large, red tomatoes. Serves 10.

JELLIED CHICKEN LOAF

1 4 to 5 pound stewing chicken, water to cover
2 carrots, 2 stalks celery, 2 onions

3 tablespoons unflavored gelatin
¾ cup cold water
salt and pepper
2½ cups chicken stock
3 cups cooked chicken, diced
1½ cups "Venezuelan cranberry" sauce (see p. 103)

Disjoint and stew chicken slowly with water, carrots, celery and onions. When meat begins to drop from bones, remove from fire, strain stock, skin and bone chicken and cut the meat into small pieces.

Soak 2 tablespoons of the gelatin in ½ cup of water and add to chicken stock. Heat until gelatin is dissolved. Chill. When mixture begins to thicken, fold in chicken. Pour into a loaf pan (2-quart size). Soak remaining tablespoon of gelatin in ¼ cup cold water and dissolve it in hot "Venezuelan cranberry" sauce, chill until partly thickened, then pour on top of chicken. Chill until firm. Unmold on platter and garnish. Serves 12.

Jellied Creamed Chicken: prepare chicken as indicated above. Dissolve 2 tablespoons of gelatin which have been soaked in ¼ cup of water, in 1½ cups chicken stock. Cool slightly. Add chicken, salt and pepper, 2 tablespoons lemon juice, 1 teaspoon Worcester sauce, 1/3 cup chopped pimento and 1½ cups thin cream. Pour into a greased mold and chill. 8 to 10 servings.

LUNCHEON SALAD

As a base, use any desired combination of salad greens; add thin strips of boiled ham and of smoked or corned tongue. Add sliced hard boiled eggs and eighths of firm, ripe tomato. If liked, thin strips of Swiss cheese may also be added. Serve with a sharp French dressing.

MAYONNAISE

3 egg yolks
1 cup oil
½ teaspoon sugar
3 tablespoons vinegar
1 teaspoon dry mustard
1 teaspoon salt

Mix sugar, mustard and salt and add to the vinegar. Beat egg yolks until thick and add the oil, a few drops at a time at first, then

aceite, al principio por gotas y luego por cantidades mayores, batiéndose bien. Cuando la mezcla se espese, añádase un poco del vinagre. Continúese la preparación de la misma manera hasta que se haya usado todo el aceite y el vinagre.

Si la mayonesa se corta, hay que empezar de nuevo con otra yema, usando la mezcla cortada como si fuese aceite. El secreto del éxito de la mayonesa es de tener los ingredientes bien fríos. Si esto no es posible, póngase el tazón en donde se hace la mayonesa dentro de una fuente llena de hielo picado.

Mary B. Wheeler.

MAYONESA CON AGUACATE

2/3 taza aguacate machacado (*) ½ taza mayonesa
2 cucharaditas jugo de limón

Mézclense bien todos los ingredientes y sírvase inmediatamente. 4 cubiertos. Esta salsa es sabrosa con gelatina de tomate (véase p. 118).

(* *Véase p. 241 para la preparación de aguacate).*

Dorothy B. Crease.

SALSA FRANCESA

1 taza aceite ¼ taza vinagre
1 cucharadita sal 1 cucharadita azúcar
unas gotas salsa "Tabasco"

Pónganse todos los ingredientes en un frasco. Tápese bien y agítese bien. Si se desea, añádase 1 cucharadita de cebolla picada.

Mary B. Wheeler.

CREMA PARA ENSALADAS

3 cucharadas aceite ½ taza vinagre
1 cucharada harina 1 cucharadita sal
1 cucharada azúcar 1 cucharadita mostaza seca
1 taza leche (o 1 lata de crema) 2 huevos
una pizca pimienta roja

En baño María mézclense los ingredientes secos con el aceite y añádase la leche o la crema; cuézase, meneándose constantemente, hasta que la mezcla se espese. Bátanse las yemas de huevo, agréguese el vinagre y combínese esto con la primera mezcla. Cuézase hasta que la mezcla se espese. Enfríese e incorpórese las claras de huevo batidas a punto de nieve.

Sybil Fulcher.

by increasing quantities, beating well after each addition. When the mixture becomes thick, add some of the vinegar. Proceed until both mixtures are used up.

If the mayonnaise curdles, start fresh with another egg yolk, add the curdled mixture as described above for the oil. The secret of preventing curdling is to have the ingredients ice cold. If this is not possible, place the mixing bowl in another bowl filled with cracked ice.

Mary B. Wheeler.

AVOCADO MAYONNAISE

2/3 cup mashed avocado (*) ½ cup mayonnaise
2 teaspoons lemon juice

Blend all ingredients thoroughly and serve at once. Serves 4. This is very good with Tomato Aspic (see p. 119).

(* See p. 255 for preparation of avocado).

Dorothy B. Crease.

FRENCH DRESSING

1 cup salad oil 1 teaspoon sugar
1 teaspoon salt ¼ cup vinegar
few drops Tabasco

Place all ingredients in a tightly closed bottle and shake thoroughly. Add 1 teaspoon grated onion, if desired.

Mary B. Wheeler.

SALAD CREAM

3 tablespoons oil ½ cup vinegar
1 tablespoon flour 1 teaspoon salt
1 tablespoon sugar 1 teaspoon dry mustard
1 cup milk (or 1 can cream) 2 eggs, separated
pinch of cayenne pepper

In top of double boiler stir dry ingredients into oil and add milk or cream; cook, stirring constantly, until mixture thickens. Beat egg yolks, add to them the vinegar, and pour into first mixture. Cook until thick, stirring well. Chill. Fold in stiffly beaten egg whites.

Sybil Fulcher.

CREMA PARA ENSALADAS (PARCIALMENTE COCIDA)

2 yemas de huevo bien batidas
1 cucharadita sal
½ cucharadita mostaza seca
una pizca pimienta roja
2 cucharadas jugo de limón
2 cucharadas vinagre
1 taza aceite de comer
2 cucharadas mantequilla
1/3 taza harina
1 taza agua

Pónganse los primeros siete ingredientes en un tazón, y mézclense bien con un batidor mecánico (o eléctrico). Derrítase la mantequilla en una olla, añádase la harina y, cuando la mezcla esté lisa, agréguese el agua. Cuézase hasta que se espese, revolviéndose constantemente. Retírese esto del fuego y únase inmediatamente con la primera mezcla. Bátase la preparación hasta que se ponga cremosa. Para ensalada de fruta, añádase un poquito de azúcar.

Flora Robbie.

SALSA DE MIL ISLAS

2 cucharadas pimentones verdes, picaditos
2 cucharadas pimentones rojos, picaditos
1 cucharadita jugo de cebolla o cebollitas en frasco
1 huevo duro, picado
1 cucharadita salsa inglesa
1 cucharada salsa de tomate preparada
2 cucharadas salsa de chile
una migajita de paprika
1 taza mayonesa
¾ taza crema de leche batida (si se desea)
sal al gusto

Mézclense todos los ingredientes menos la mayonesa y la crema. Añádase la mayonesa y mézclese bien. Incorpórese la crema. Sírvase la salsa fría con cualquier ensalada. Se pueden usar aceitunas rellenas picadas en vez de los pimentones rojos. 8 a 10 cubiertos.

Catherine S. de Coup-Crank.

SALSA DE HIERBABUENA

4 cucharadas hierbabuena, bien picada
½ cucharadita sal
½ cucharadita azúcar
¼ cucharadita paprika
un polvito pimienta blanca
½ cucharadita mostaza seca
½ taza aceite de comer
¼ taza vinagre de sidra o jugo de limón

Combínense, en un frasco, los primeros 6 ingredientes y mézclense bien. Añádase el vinagre, tápese y agítese el frasco. Agréguese el aceite y agítese el frasco de nuevo. También se pueden unir los ingredientes batiéndolos durante 3 minutos.

Salsa hortelana: sígase la receta anterior suprimiéndose la hierbabuena y aumentándose el aceite a ¾ taza. Antes de servirse la salsa, agréguense 6 rábanos picaditos, 2 huevos duros machacados, la cuarta parte de un pimentón picado, 2 cucharadas de cebolla picada y 2 cucharadas de perejil picado. Agítese la mezcla en un frasco o bátase muy bien.

SEMI-COOKED SALAD CREAM

2 egg yolks, well beaten
½ teaspoon dry mustard
pinch red pepper
2 tablespoons lemon juice
1 teaspoon salt
2 tablespoons vinegar
1 cup salad oil
2 tablespoons butter
1/3 cup flour
1 cup water

Put the first 7 ingredients into a bowl and mix well with a rotary beater (or electric mixer). Set aside. Melt the butter in a saucepan, add the flour and when smooth add the water and cook, stirring constantly, until thick. Remove from the fire and immediately add the oil and vinegar mixture. Beat until creamy. For fruit salad—add a little sugar.

Flora Robbie.

THOUSAND ISLAND DRESSING

2 tablespoons green peppers, cut fine
2 tablespoons pimento, cut fine
1 teaspoon onion juice, or pearl onions
1 hard-boiled egg, chopped
salt to taste
1 teaspoon Worcester sauce
1 tablespoon tomato catsup
2 tablespoons chili sauce
dash of paprika
1 cup mayonnaise
¾ cup whipped cream (optional)

Mix all ingredients except mayonnaise and cream. Blend thoroughly with mayonnaise. Fold in the cream. Serve ice cold over any salad. Chopped, stuffed olives may be used instead of pimento. 8 to 10 servings.

Catherine S. de Coup-Crank.

MINT DRESSING

4 tablespoons finely chopped mint leaves
½ teaspoon salt
½ teaspoon sugar
¼ teaspoon paprika
dash white pepper
½ teaspoon dry mustard
½ cup salad oil
¼ cup cider vinegar or lemon juice

Combine first 6 ingredients in a jar and blend well. Add vinegar; cover and shake. Add oil and shake again thoroughly. Or simply beat ingredients together until blended—about 3 minutes.

Garden Dressing: omit mint leaves and increase oil to ¾ cup. Proceed as above. Just before serving, add 6 finely chopped radishes, 2 sieved hard-boiled eggs, ¼ of a green pepper, minced, 2 tablespoons finely chopped onion and 2 tablespoons finely chopped parsley. Shake or beat thoroughly.

LA MERIENDA, REFRESCOS Y SANDWICHES

ALGUNOS CARATOS (*) VENEZOLANOS

Carato de ajonjolí — tuéstese y muélase el ajonjolí. Endúlcese con melado de papelón y añádase agua suficiente para darle la consistencia de carato, que es la de crema de leche espesa. Sírvase frío.

Carato de arroz — póngase en una paila 1 taza de arroz, una pizca de sal, 3 granos de pimienta guayabita, una raja de canela y un cogollo de naranja. Cúbrase con 3 litros de agua y cuézase hasta que el arroz se despachurre fácilmente. Endúlcese la mezcla con melado claro de papelón. Deslíase en una máquina "Warren" de preparar refrescos (o cuélese por un linón fino, haciéndola pasar con la mano) y añádase agua suficiente para dar el espesor de carato. Sírvase frío.

Carato de masa — prepárese la mezcla como para "Carato de arroz", usando masa en vez de arroz. Sírvase frío.

Carato de acupe — Cúbrase maíz en concha con agua y déjese en remojo hasta que principie a retoñar (2 ó 3 días). Muélase el maíz, añádanse el agua donde se remojó y unos granos de pimienta guayabita. Cuézase hasta que esté blando y cuélese. Añádanse papelón al gusto y agua suficiente para dar el espesor de carato. Sírvase frío.

Carato de guanábana — pélese la guanábana, cuélese, añádase agua para dar el espesor deseado y agréguense azúcar y unas gotas de esencia de vainilla. Sírvase bien frío.

Carato de parcha granadina — pélese la parcha y pásese la pulpa por un colador. Apártense las semillas. Añádase a la pulpa agua suficiente para dar el espesor deseado, agréguense azúcar, nuez moscada y, si se desea, vino blanco al gusto. Añádanse las semillas, agítese bien la mezcla y sírvase fría.

(*) Bebida más o menos espesa, hecha por simple expresión o por cocimiento en agua de varias frutas o semillas. Del segundo modo se procede con las substancias feculentas. — (Lisandro Alvarado, **Glosario de Voces Indígenas de Venezuela**).

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

CHICHA

1 taza arroz crudo
1¼ taza almendras
azúcar al gusto
1 cucharadita agua de azahar o más (al gusto)
1 nuez moscada rallada
2½ pelotas masa (1¼ taza aprox.)

Muélanse aparte el arroz, las almendras y la masa. Mézclense bien y cuézanse en una paila hasta que la mezcla se despe-

TEATIME, BEVERAGES AND SANDWICHES

VARIOUS VENEZUELAN "CARATOS" (*)

Sesame drink — toast and grind sesame seeds. Sweeten with "papelón" syrup and add water enough to give the proper consistency, like thick cream. Serve cold.

Rice drink — place in a saucepan 1 cup rice, a pinch of salt, 3 grains allspice, a stick of cinnamon and a tender shoot from an orange tree. Cover with 3 quarts of water and cook until the rice will disintegrate easily. Sweeten the mixture with thin "papelón" syrup. Dissolve in a Warren drink mixer (or force through fine muslin by rubbing with the hand) and add water enough to give the proper consistency. Serve cold.

"Masa" drink — prepare as for "Rice drink" using "masa" instead of rice. Serve cold.

Fermented corn drink — Cover ordinary corn with water and allow to stand until the corn begins to sprout (2 or 3 days). Grind corn, add water in which it sprouted and a few grains of allspice. Cook until tender and strain. Add "papelón" to taste and water enough to give proper consistency. Serve cold.

Soursop drink — peel the soursop, force the pulp through a sieve, add water enough to give the desired consistency, add sugar and a few drops of vanilla. Serve very cold.

Passion fruit drink — peel the fruit and press pulp through a sievé. Reserve seeds. To pulp, add water enough to give the desired consistency, sugar, nutmeg, and, if desired, white wine to taste. Return seeds to mixture, stir well and serve cold.

(*) Rather thick refreshing drinks, prepared either by the extraction of the juices of various fruits or by the boiling in water of certain seeds. Drinks made from starchy substances are prepared by boiling with water. (Lisandro Alvarado, **Glosario de Voces Indígenas de Venezuela**).

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

"CHICHA"

1 cup raw rice
1¼ cups almonds
sugar to taste
1 teaspoon orange water (or more to taste)
1 nutmeg, grated
2½ balls "masa" (1¼ cups approx.)

Grind separately rice, almonds and "masa". Combine and cook until the mixture no longer sticks to the saucepan. Dilute,

gue. Deslíase con agua suficiente para dar el espesor deseado y añádanse el azúcar, el agua de azahar, la nuez moscada y, si se desea, 1 cucharada de vino blanco. Sírvase frío.

Chicha andina: cuézanse juntos ½ kilo de arroz, ½ kilo de harina y ½ litro de agua, hasta que el arroz se ablande. Cuélese con guarapo de piña (véase abajo) suficiente para dar el espesor deseado. Sírvase fría.

Guarapo de piña: cúbranse unas conchas de piña con agua, añádase papelón al gusto, raíz de jengibre y unos taquitos de caña pelada. Al fermentarse y ponerse fuerte, está listo para tomar. Cuélase y sírvase frío. Si se desea el guarapo para "chicha andina", suprímanse el jengibre y la caña.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

CHOCOLATE A LA ESPAÑOLA

2 tazas leche
6 onzas (148 gm.) chocolate (¾ taza, rallado)

Una vez rallado o partido el chocolate en pedazos pequeños se pone, en unión de la leche fría, en un recipiente de cabida aprox. al doble del contenido. Se calienta a fuego lento removiendo constantemente con una espátula o cuchara de madera. Cuando comienza a hervir se retira del fuego y se bate fuertemente, a fin de asegurar una crema fina y homogénea. Se vuelve a poner al fuego, muy suave, y se deja hervir con lentitud durante unos 10 minutos sin cesar de remover para evitar que se queme o derrame. Cuando está en punto, es decir cuando haya alcanzado la consistencia de crema poco espesa, se retira del fuego, sirviéndolo en seguida muy caliente.

Es el chocolate el desayuno habitual de las familias acomodadas españolas. Se toma con bizcochos, rebanadas de pan o frituras (churros y buñuelos) y se acompaña de un vaso de leche fría. También se toma por la tarde como merienda y, en ese caso, en vez de leche se sirve agua de naranja (jugo de naranja muy diluído). Se sirve en tazas especiales de cabida de 1/3 taza americana denominadas "jícaras".

Para hacer el chocolate se emplea en España un recipiente apropiado, llamado chocolatera. Este recipiente es alto y de poca base, abombado en el centro (con un mango pegado a la parte abombada) y provisto de una tapadera perforada para dejar pasar el mango del molinillo.

María Ga. de Vicente.

CHOCOLATE CON MOCA Y ESPECIAS

café fuerte y caliente
chocolate espeso y caliente, (véase arriba)
para cada 4 cucharadas de azúcar, ½ cucharadita de canela

Llénense las tazas con el café hasta 2/3 de su capacidad y acábense de llenar con el chocolate; añádanse el azúcar y la canela, ya mezclados, según el gusto de cada persona.

Sírvase esta bebida al final de una reunión informal y en tiempos fríos. Se recomienda servir los ingredientes en una bandeja, los líquidos cada uno en su jarra y la mezcla de azúcar y canela en su propio tazón. Así es fácil que cada convidado se sirva según su gusto.

Elena Marturet.

Café helado: combínese 2 cucharadas de melado de chocolate (véase p. 134) y 1 taza de café fuerte. Añádanse 2 cucharaditas de azúcar y enfríese la mezcla. Agréguese 1 taza de leche fría y sírvase la bebida cubierta de crema de leche batida o de helado. 2 raciones.

using water enough to give the desired consistency, and add sugar, orange water, nutmeg and, if desired, 1 tablespoon of white wine. Serve cold.

Andean "chicha" — cook together until the rice is tender, 1 pound of rice, 1 pound of flour and 1 pint of water. Strain and dilute with pineapple "guarapo" (see below) to the desired consistency. Serve cold.

Pineapple "guarapo" — cover pineapple peelings with water. Add "papelón" to taste, whole ginger and small pieces of peeled sugar cane. When fermented and strong, the mixture is ready to drink. Strain and serve cold. If the "guarapo" is needed for making "Andean Chicha", omit the ginger and the sugar cane.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

SPANISH HOT CHOCOLATE

2 cups milk
6 ounces chocolate (¾ cup, grated)

Grate chocolate or break into small pieces. Place in a saucepan (use 1-quart size) with cold milk and heat slowly, stirring constantly with a wooden spoon or spatula. When mixture begins to boil, remove from fire and beat hard until creamy and well blended. Return to fire, stirring constantly to prevent burning and boiling over, and simmer for 10 minutes or until chocolate reaches consistency of thin cream. Serve very hot at once.

This chocolate is the breakfast drink of most well-to-do Spanish families. It is served with crisp rolls, sliced bread or crullers ("churros" and "buñuelos"), and glasses of cold milk. It is served at teatime with orange water (very dilute orange juice) taking the place of milk. There are special cups, called "jícaras" for serving chocolate. They hold 1/3 the volume of a standard measuring cup. The Spanish pots for making chocolate are very tall, narrow at the base and bulging through the center where the handle is attached, and are provided with a wooden paddle the handle of which projects through the perforated cover of the pot.

María Ga. de Vicente.

SPICED MOCHA CHOCOLATE

strong, hot cofee
thick hot chocolate (see above)
proportions of ½ teaspoon cinnamon to 4 tablespoons sugar

Cups are filled with 2/3 coffee and 1/3 chocolate; sugar with cinnamon is added according to the taste of each person.

This drink is usually served after an evening of games, in chilly weather. The most attractive way to serve it is to bring in the coffee and chocolate in separate jugs or pots, accompanied by a bowl with the sugar and cinnamon mixture in it, on a large tray. Each person then fills his own cup.

Elena Marturet.

Iced mocha — blend 2 tablespoons chocolate syrup (see p. 135) with 1 cup strong coffee. Add 2 teaspoons sugar. Chill. Add one cup cold milk, top with whipped cream or ice cream. Serves 2.

CHOCOLATE CALIENTE (CON CACAO)

2 tazas leche caliente
4 cucharadas cacao soluble
2 cucharadas azúcar
una migajita sal

Hágase una pasta del cacao con un poco de agua fría. Agréguese un poco de la leche y combínese esto con el resto de la leche. Añádanse el azúcar y la sal y menéese la mezcla hasta que rompa a hervir. Redúzcase el calor y cuézase la mezcla muy lentamente durante 5 minutos, por lo menos. Sírvase inmediatamente, añadiéndose más azúcar al gusto. 3 raciones.

Catherine S. de Coup-Crank.

LIMONADA CON ESPECIAS

Añádanse a la limonada un raja de canela y unos cuantos clavos de especie. Si se desea, añádase también una taza de té. Sírvase la bebida bien fría.

REFRESCO GASEOSO CON FRUTA

2 tazas jugo de piña, sin dulce
3 cucharadas jugo de limón
¾ taza jugo de naranja
1 taza "ginger ale"
¼ taza azúcar en polvo

Mézclense todos los ingredientes y viértanse encima de hielo picado o de hielo en cubos. Sírvase la bebida en vasos que contienen rebanadas de naranja y de limón y una cereza "maraschino". 5 raciones.

ISLAS DORADAS

En cada vaso colóquense unas rebanadas finas de cambur y una ración menuda de sorbete de naranja. Llénense los vasos con "ginger ale".

PONCHE DE CHIRIGUATA

½ taza jalea o jugo de chiriguata (véase p. 102)
3 ó 4 cucharadas azúcar
½ taza jugo de naranja
2 tazas agua
2 tazas agua "soda"
1 taza jugo de limón

Combínense la jalea, el azúcar, los jugos y el agua, batiéndose bien con el batidor mecánico. Viértase la mezcla en vasos ya llenos de hielo. Agréguese el agua "soda" y adórnense los vasos con rebanadas finas de naranja y ramitas de hierbabuena. Si se usa "ginger ale" en vez de agua "soda", suprímase el azúcar. 8 raciones.

PONCHE PARA FIESTAS

1 taza té, caliente
1 taza azúcar
2 tazas agua
1/3 taza jugo de limón
1 taza fresas, en rebanadas y endulzadas
2 tazas agua "soda"
1 taza jugo de naranja

Viértase el té encima del azúcar, agréguese el agua y déjese enfriar. Añádanse los jugos y las fresas. Echese la mezcla enci-

HOT COCOA

2 cups milk
4 tablespoons cocoa
2 tablespoons sugar
few grains salt

While the milk is heating, make a thick, smooth paste of the cocoa and a little cold water. Thin the paste with some of the hot milk, then add to the rest of the milk. Add the sugar and salt and stir until the mixture begins to boil. Reduce the heat and allow to simmer for at least 5 minutes. Serve at once, adding more sugar to taste. Serves 3.

Catherine S. de Coup-Crank.

SPICED LEMONADE

Add a stick of cinnamon and a few whole cloves to lemonade. Also a cup of tea, if desired. Serve very cold.

FRUIT FIZZ

2 cups pineapple juice, unsweetened
3 tablespoons lemon juice
¾ cup orange juice
1 cup ginger ale
¼ cup powdered sugar

Mix all ingredients and pour over cracked ice or ice cubes. Serve in glasses with slice of orange and lemon and a maraschino cherry. 5 servings.

GOLDEN FLOAT

In each glass place a few thin slices of banana and a small scoop of orange sherbet. Fill glass with ginger ale.

"VENEZUELAN CRANBERRY" PUNCH

½ cup "Venezuelan cranberry" jelly or juice (see p. 103)
3 to 4 tablespoons sugar
½ cup orange juice
2 cups water
1 pint carbonated water
1 cup lemon juice

Combine jelly, sugar, juices and water by beating with a rotary beater. Pour over ice in tall glasses. Add carbonated water and garnish with thin slices of orange and sprigs of mint. Ginger ale may be substituted for carbonated water and sugar omitted. Serves 8.

PARTY PUNCH

1 cup hot fresh tea
1 cup sugar
2 cups water
1/3 cup lemon juice
1 cup strawberries, sliced and sweetened
1 pint carbonated water
1 cup orange juice

Pour tea over sugar, add water and cool. Add fruit juices and strawberries. Pour over ice. Just before serving add carbonat-

ma de hielo. Antes de servirse añádase el agua "soda". Si se sirve en una ponchera, agréguense rebanadas finas de naranja. 10 a 12 raciones.

CHOCOLATE CON MENTA

4 tazas leche **unas gotas esencia de menta**
8 cucharadas melado de chocolate (véase abajo)

Dilúyase el melado con un poco de la leche. Añádanse el resto de la leche y la esencia. Sírvase la bebida fría con crema batida, o helado, y con una ramita de hierbabuena. 4 raciones.

MELADO DE CHOCOLATE (PARA REFRESCOS)

1 taza cacao soluble, 1 taza agua, 1 taza azúcar
3 cucharadas mantequilla **1 huevo**

Hágase una pasta con el cacao, el agua y el azúcar y cuézase la mezcla a fuego lento hasta que rompa a hervir. Bájese del fuego y añádase el huevo. Arrímese de nuevo al fuego, añádase la mantequilla, bátase bien la mezcla y déjese cocinar hasta que todo esté muy bien mezclado. Es posible guardar esta mezcla durante muchas semanas dentro de la refrigeradora.

Para usar: combínese 1 cucharada (o más) de la mezcla con 1 vaso de leche.

Anne White.

RELLENOS PARA "SANDWICHES"

Aguacate, con ¼ taza jamón "diablito", 2 cucharadas mayonesa, 2 cucharadas encurtidos picados, 1 cebolla pequeña, picada, y 12 aceitunas negras, picadas — mézclese todo muy bien.

Pollo (o pavo) preparado como para croquetas y mezclado con nueces picadas. Pollo en rebanadas con tocineta caliente y rábano picante (para esto úsese tostadas de pan americano).

Queso americano: muélanse juntos ¼ kilo de queso, 1 cebolla pequeña, 4 tallos de apio España y 2 pimentones rojos. Sazónese la mezcla.

Queso americano picante: ablándese ¼ kilo del queso con ⅛ kilo de mantequilla y sazónese la mezcla con sal, mostaza y salsa inglesa. Córtese el pan en rebanadas a lo largo y sáquese la corteza. Untese el pan con la mezcla, enróllese cada rebanada a lo largo y envuélvase en un paño húmedo. Déjese reposar durante 1 hora, por lo menos. Píquense los enrollados en ruedas de ¾ pulgada (2 cm.) y tuéstense éstas por ambos lados. Sírvanse calientes.

Queso "cottage": con mermelada de naranja (pan de Boston); con zanahoria cruda, rallada; untado en triángulos de pan americano, los cuales se adornan con rebanadas de aceituna rellena o ramitas de perejil.

Queso crema: con jengibre confitado y jugo de naranja (pan de Boston); con ciruelas pasas picadas, o pasas, o higos, o albaricoques (úsese una porción de fruta para cada 2 porciones de queso); con "cranberries" o salsa de chiriguata (véase p. 102) (pan de Boston); con pimentón verde picado, cebollinos (o jugo de cebolla) y un poquito de leche o crema de leche; con hierbabuena picadita y pulpa de piña machacada; úsese el queso crema para hacer "sandwiches" en forma de torta (bátase el queso con un poco de leche, úntense los "sandwiches" con el "azucarado" de queso y déjense enfriar en la refrigeradora).

Huevos duros, picados: con cebolla picada y mayonesa picante; con apio España y mayonesa; con salsa de mil islas (véase p. 126); con tocineta tostada y picada o jamón cocido picado y mayonesa.

Pescado (ahumado), cocido y en trocitos con salsa tártara (véase p. 106) (pan negro tostado).

Pasta de maní con mermelada de naranja (pan de Boston); úsese en pan con pasas; con apio España picado y mayonesa; con tocineta tostada, picada y salsa chile; mezclada con miel de abejas y con tocineta tostada (pan tostado).

Sardinas con salsa "Tabasco" y jugo de limón (pan negro tostado).

Camarones: 1 taza, en trocitos, mezclados con 2 huevos duros picados finos, 1 cucharadita jugo de limón, 2 cucharadas cebolla picada y 2 cucharadas mayo-

ed water. If served in punch bowl, add thin slices of orange. 10 to 12 servings.

MINTED CHOCOLATE

4 cups milk **few drops oil of peppermint**
8 tablespoons chocolate syrup (see below)

Blend syrup with a little of the cold milk. Add the remaining milk and peppermint. Serve cold with whipped cream or ice cream and a sprig of mint. Serves 4.

CHOCOLATE SYRUP (FOR DRINKS)

1 cup cocoa **1 cup sugar**
1 cup water **1 egg**
3 tablespoons butter

Make a paste of the cocoa, water and sugar and bring slowly to the boil. Take from the fire, add egg. Return to fire, add butter and beat well. Let cook until well blended. This may be stored for weeks in the refrigerator.

To use: 1 tablespoon or more in a glass of milk.

Anne White.

SANDWICH FILLINGS

Avocado, with ¼ cup devilled ham, 2 tablespoons mayonnaise, 2 tablespoons minced pickles, 1 small onion, minced, 12 ripe olives, cut fine. Mix well.

Chicken (or turkey) croquette mixture with chopped walnuts.
Sliced chicken, hot bacon, horseradish (toasted white bread).

Cheese, American: put ½ pound, 1 small onion, 4 stalks celery, 2 pimentos through food chopper, using coarse blade. Season.

Sharp American cheese, ½ pound, with ¼ pound butter. Worcestershire, salt and mustard to taste. Slice soft bread lengthwise of loaf, remove crust, spread, roll each slice tightly, lengthwise, in damp napkin. Leave at least one hour. Cut in ¾ inch slices, toast on both sides, serve hot.

Cheese, cottage: with orange marmalade (brown bread).
With ground raw carrot.
Spread on triangles of white bread, decorated with a slice of stuffed olive or sprig of parsley.

Cheese, cream: with preserved ginger, orange juice (brown bread).
With chopped prunes, or raisins ,or figs, or apricots (twice as much cheese).
With cranberries or cranberry sauce (see p. 103) (on brown bread).
With minced green pepper, shallot (or onion juice) little milk or cream.
With chopped mint and crushed, drained pineapple.
Made into little "cakes" — frost a sandwich with cream cheese whipped with a little milk. Chill in refrigerator.

Eggs, hard boiled and chopped, with minced onion and highly seasoned mayonnaise.
With minced celery, mayonnaise.
With Thousand Island dressing (see p. 127).
With diced crisp bacon or chopped boiled ham, mayonnaise.

Fish (smoked) cooked, flaked, with tartare sauce (see p. 107) (toasted whole wheat bread).

Peanut Butter with orange marmalade (brown bread).
On raisin bread.
With minced celery and mayonnaise.

nesa (para cada "sandwich" úsese un redondel de pan americano y uno de pan negro).

Lengua con berros y apio España, ambos picados, y mayonesa; molida junta con pimentón verde y mojada con caldo de carne.

Legumbres: Zanahorias crudas ralladas, mezcladas con pasas o repollo.

Rábanos en rebanadas finas, solos o con pimentón verde o con pepino.

Berros con un poquito de rábano picante y mayonesa.

Tomates, pelados, escurridos, en rebanadas finas con un poco de cebolla.

BOCADOS PARA LA MERIENDA

Derrítase, en baño María, ¼ kilo de chocolate dulce y viértase encima de 4 ó 5 tazas de "cornflakes". Cuídese que todos los "cornflakes" queden untados con el chocolate. Déjese caer la mezcla, por cucharaditas, sobre papel encerado y enfríese. Se obtienen 40 bocados (aprox.).

CONSERVA DE PIÑA Y ALBARICOQUES

½ kilo albaricoques secos
½ litro agua
2 tazas más 3 cucharadas piña, fresca y rallada
4 tazas azúcar

Déjense los albaricoques en remojo de un día para otro. Añádase 1 taza de azúcar y cuézase la mezcla durante 30 minutos. Agréguense la piña y el resto del azúcar y cuézase rápidamente hasta que la mezcla se espese—a tal punto que un poco de la conserva forme una bola suave al echarse en agua fría. Viértase la mezcla en frascos estériles. Si se desea, añádanse a la mezcla la pulpa y la cáscara rallada de 1 ó 2 naranjas.

Elma Lundgren.

CONSERVA DE ALBARICOQUES SECOS

½ kilo albaricoques secos
2 litros agua
7¾ tazas azúcar

Lávese la fruta y déjese en remojo durante 24 a 48 horas. Sancóchese en la misma agua durante 1 hora. Añádase el aúcar y déjese que ésta se deslíe. Sancóchese durante 1 hora más, o hasta que un poco de la mezcla forme una bola suave al echarse en agua fría. Viértase en frascos estériles.

Sybil Fulcher.

MIEL DE MEMBRILLO

8 membrillos medianos (*)
2 tazas agua hirviendo
2⅜ kilos azúcar (10 tazas)
1 cucharadita jugo de limón

Pélense los membrillos y saquénseles los corazones. Muélanse o rállense. Sígase la preparación inmediatamente, a fin de que la fruta no se obscurezca. Añádase el azúcar al agua y, después de que ésta esté desleída (aprox. 5 minutos), agréguense los membrillos y el jugo. Cuézase durante 15 ó 20 minutos, o hasta que un poco de la mezcla, al echarse en un plato frío, tenga el espesor de miel de abejas tibia. Una vez fría, la miel de membrillos debe

With crumbled crisp bacon, chili sauce to spreading point.

Moistened with honey, crisp bacon added (best on toast).

Sardine with Tabasco and lemon juice (on toasted whole wheat bread).

Shrimp: 1 cup, flaked, mixed with 2 finely chopped hard boiled eggs, 1 teaspoon lemon juice, 2 tablespoons minced onion, 2 tablespoons mayonnaise (use 1 slice white and 1 whole wheat bread — cut in rounds).

Tongue with minced cress and celery, mayonnaise.

With green pepper, put both through grinder, moisten with beef broth.

Vegetables: Carrots, grated raw, mixed with raisins or cabbage.

Radishes sliced thin, alone or with green pepper or cucumber.

Cress, with a little horseradish, mayonnaise.

Tomatoes, peeled, sliced thin, drained, with a little onion.

CRUNCHY BITES FOR TEATIME

Melt ½ pound of sweet chocolate over hot water and pour over 4 or 5 cups of cornflakes. See that all are covered with a thin film of chocolate. Drop on waxed paper and chill. About 40 cookies.

APRICOT PINEAPPLE JAM

1 pound dried apricots
1 pint water
2 cups grated fresh pineapple
3 2/3 cups sugar

Soak apricots overnight in the water. Add 1 cup of sugar and cook 30 minutes. Add pineapple and rest of sugar and cook rapidly until thick—until a little jam forms a soft mass when dropped into cold water. Turn into sterile jars. Pulp and grated peel of 1 or 2 oranges may be added if desired.

Elma Lundgren.

DRIED APRICOT JAM

1 pound dried apricots
2 quarts water
7 cups sugar

Wash fruit and soak for 24 to 48 hours in the water. Boil in the same water for 1 hour. Add sugar and let it dissolve. Boil again for about 1 hour, or until a little of the jam will gather into a soft mass when dropped into cold water. Turn into sterile jars.

Sybil Fulcher.

QUINCE HONEY

8 medium-sized quinces (*)
2 cups boiling water
5 pounds sugar (10 cups)
1 teaspoon lemon or lime juice

Pare and core quinces and either put through the food chopper or grate them. They must not stand after this or the pulp will turn dark. Add sugar to the boiling water, stirring until it is dissolved (about 5 minutes). Add the quinces and juice and boil 15 to 20 minutes—or until a little dropped onto a cold saucer is about as thick as warm honey. When cold, quince honey should

quedar igual de color y de espesor a la miel de abejas. Viértase en frascos estériles.

(*) Los membrillos deben escogerse firmes y amarillos. En Venezuela los de tamaño grande llegan a ser secos y por esto se deben usar los de tamaño mediano.

Clara Waidner.

MERMELADA DE NARANJA

3¾ tazas más 2 cucharadas de agua **3¾ tazas más 2 cucharadas de azúcar**
½ kilo naranjas cajeras (3 ó 4 medianas)

Escójase la fruta madura, sin manchas y de color vivo. Frótese y pésese la fruta, y cúbrase, en una olla, con el agua. Tápese con platos a fin de que quede la fruta siempre sumergida. Cuézase durante 1½ hora o hasta que la fruta se ablande. Enfríese un poco, escúrrase y guárdense la fruta y el agua del cocimiento. Córtense las naranjas en cuatro y quítese la pulpa. Pásese ésta por un tamiz y agréguese al agua. Píquense las cáscaras en tiras finísimas y añádanse éstas, junto con el azúcar, al agua. Cuando se haya desleído el azúcar, cuézase rápidamente hasta que la mezcla se cuaje al enfriarse. Hágase una prueba echándose un poco del almíbar en un plato frío—si está en punto, la mezcla se cuajará al enfriarse.

Kay Innes.

MERMELADA DE GRAPEFRUIT

½ kilo grapefruit **3 1/3 tazas agua**
3 1/3 tazas azúcar

Los ingredientes arriba mencionados son proporcionales. 3 grapefruit de tamaño regular pesan 1 kilo (aprox.) Escójase la fruta madura y de color vivo. Frótese y pésese la fruta y cúbrase, en una olla, con el agua. Tápese con platos a fin de que quede siempre sumergida. Cuézase a fuego lento hasta que la cáscara se ablande (1¼ a 1½ hora). Déjese reposar hasta el próximo día. (Si se ha usado una olla de aluminio, viértase la mezcla en una olla que no sea metálica). Al siguiente día, sáquese la fruta y déjese escurrir el agua. Córtese la fruta en cuatro, sáquese la pulpa (inclusive la parte blanca) y pásese esto por un tamiz. Mídase el agua del cocimiento. Si ésta se ha reducido a tal punto que hay menos de la mitad de la cantidad original, agréguese agua suficiente para dar esta medida. Córtese la cáscara en tiras muy finas y póngase todo, cáscara, pulpa, agua y azúcar, en la olla. Cuézase lentamente hasta que el azúcar esté desleída y entonces déjese hervir hasta que la mezcla se cuaje al enfriarse. (Hágase una prueba echándose un poquito del almíbar en un plato frío—si está en punto se cuajará al enfriarse).

Kay Innes.

be the color and consistency of honey. Turn into sterilized jelly glasses.

(*) The quinces should be firm and yellow. In Venezuela the large ones get "woody" and so are not recommended.

Clara Waidner.

BITTER ORANGE MARMALADE

3½ cups water **3½ cups sugar**
1 pound bitter oranges (about 3 medium-sized)

Choose ripe, but unbruised, bright colored oranges. Wipe and weigh them and cover with measured water. Cover with plates to keep fruit under water. Boil 1½ hours or until fruit is tender. Let cool, drain fruit into a colander and set aside water in which it was cooked. Cut oranges into quarters and scrape out pulp. Rub pulp through a sieve and return it to water in which fruit was boiled. Cut peel very fine and add it with the sugar to pulp and water. When sugar is dissolved, boil rapidly until mixture will jell when cold. Test by placing a little on a cold plate. As it cools it should turn to jelly.

Kay Innes.

GRAPEFRUIT MARMALADE

1 pound grapefruit **3 cups water**
3 cups sugar

Ingredients listed above are proportional. 3 average grapefruit weigh about 2.2 pounds. Chose ripe, unbruised and brightly colored fruit. Wipe and weigh it and cover in a pan with required amount of water. Cover with plates so as to keep fruit under water, bring to the boil and boil gently for 1¼ to 1½ hours, or until rinds are tender. Leave until the next day. (If using an aluminum pan, remove to a non-metallic container). Next day, take out fruit, drain, cut into quarters, scrape out pulp and soft pith. Rub this through a sieve. Measure water from fruit. If it has reduced to less than half the original quantity, make it up to half with additional water. Slice peel fine and return all to pan, adding sugar. Cook slowly until sugar is dissolved, then boil until mixture will jell when cold. Test by placing a little on a cold plate. It should turn to jelly as it cools.

Kay Innes.

CONSERVA DE GRAPEFRUIT

1 grapefruit grande **2 limones**
¾ taza pasas sin semilla **2½ tazas azúcar**
½ taza coco rallado

Móndense el grapefruit y los limones. Córtese toda la cáscara en tiras finísimas y píquese la pulpa en rebanadas finas. Píquense las pasas y combínense con el grapefruit y los limones. Cúbrase todo con agua hirviendo y déjese reposar hasta el día siguiente. Arrímese al fuego y hiérvase hasta que las frutas estén blandas (30 a 40 minutos). Cuélese. Déjese reducir el almíbar hasta que quede la mitad de la cantidad original. Añádanse el azúcar, el coco y las frutas y cuézase la mezcla a fuego lento durante 5 minutos o hasta que esté en punto (véase p. 239). Viértase en frascos estériles.

Frances C. Rivero.

DELICADA

guayabas maduras **jugo de limón (*)**
azúcar

Lávense las guayabas y córtense en cuatro. Sáquense, con una cucharita, las semillas de las frutas que tienen gusanos. Cúbrase la fruta con agua y sancóchese durante media hora o hasta que esté blanda. Viértase la mezcla en un recipiente que no sea de metal y déjese reposar de un día para otro. Al día siguiente entíbiese la mezcla y colóquese en una bolsa para escurrirse.

Mídase y caliéntese el líquido. Cuando rompa a hervir, añádase 1 taza de azúcar para cada taza del líquido y 1 cucharada de jugo de limón para cada 5 tazas del líquido. Cuézase la mezcla a fuego vivo hasta que esté en punto (véase p. 239). Viértase en seguida en frascos estériles. Al enfriarse, la mezcla debe poderse cortar con un cuchillo como la jalea de manzanas.

Jalea de guayaba: pásese por un tamiz la pulpa que se quedó en la bolsa, añádase 1 taza de azúcar para cada taza de pulpa y cuézase todo hasta que se espese.

(*) Se añade el jugo de limón para obtener una jalea lisa y transparente. Si la cantidad indicada produce una jalea demasiado dulce, se puede agregar hasta ½ taza de jugo para cada 5 tazas del líquido.

Anna Gibson.

GRAPEFRUIT CONSERVE

1 large grapefruit **2 lemons**
¾ cup seedless raisins **2½ cups sugar**
½ cup shredded coconut

Peel the grapefruit and lemons, cut the thin yellow rinds into thin strips, slice the pulp very thin. Cut up the raisins and combine with grapefruit and lemons. Cover with boiling water and set aside over night. Bring to the boil and cook until tender, 30 to 40 minutes. Strain. Allow juice to boil down to half the original quantity. Add sugar and coconut, return fruit to syrup and simmer for 5 minutes. Turn into sterile jars.

Frances C. Rivero.

GUAVA JELLY ("DELICADA")

ripe guavas **sugar**
lime juice (*)

Wash guavas, cut into quarters. Remove seeds of wormy ones with a teaspoon. Boil in water to cover, for a half hour or until fruit is tender. Let stand in this water over night in a non-metallic container. In the morning, heat again until tepid and put into a bag to drain.

Measure the juice and heat. When it begins to boil, add 1 cup of white sugar for each of juice and 1 tablespoon of lime juice for each 5 cups of juice. Boil fast until it tests done (see p. 255). Have ready freshly sterilized jars and pour it into them at once. If properly made, it will cut clean, like apple jelly.

Jam — the pulp left in the bag may be passed through a sieve, cup for cup of white sugar added, cooked until thick.

(*) The lime juice helps to prevent sugaring and to give the jelly its texture. If the jelly seems too sweet, a half cup of lime juice to 5 of guava liquid gives a sharper flavor.

Anna Gibson.

POSTRES

DULCE INGLES DE FRUTA (TRIFLE)

2 tazas natilla cocida
fruta fresea o de pote
2 docenas plantillas
3 cucharadas ron, coñac o vino
almendras, cerezas, "angélica", etc.
jugo de la fruta

Prepárese la natilla (véase abajo) y déjese enfriar. Machá-quense las plantillas, colóquense en una fuente honda de cristal y mójense con un poco del jugo y del licor. (Las plantillas deben quedar bien mojadas pero no bañadas del líquido. Se puede suprimir el licor, si se desea). Una vez que las plantillas hayan absorbido el líquido, cúbranse con una camada de fruta. Viértase encima la natilla y adórnese la preparación con almendras, etc. y crema de leche batida, si se desea. Colóquese la fuente en la refrigeradora o en cualquier sitio fresco hasta que la mezcla esté firme.

Natilla cocida: bátanse ligeramente las yemas de 2 huevos, agréguense ¼ taza de azúcar y una migajita de sal. Añádanse, poquito a poco, 2 tazas de leche caliente y cuézase todo, en baño de María, hasta que la mezcla se pegue a la cuchara. Cuélese, enfríese un poco y agréguense unas gotas de vainilla. Se puede usar 1 cucharada de maicena (o 2½ de harina) en vez de cada uno de los huevos. Combínese la maicena (o la harina) con el azúcar antes de añadirse la leche.

Margaret Chambers.

"CHARLOTKA"

3 tazas pan negro rallado y endulzado
3 cucharadas mantequilla derretida
¾ taza agua
6 manzanas, peladas y en trozos
½ taza azúcar
una salsa caliente de natilla o de vainilla (véase arriba)

Hiérvanse juntos el azúcar y el agua. Añádanse las manzanas y cuézanse hasta que estén blandas. Fríase el pan con la mantequilla. Untese un molde con mantequilla y póngase en el fondo un redondel de papel enmantequillado. Colóquense camadas de pan rallado y de manzanas en el molde, usándose todos los ingredientes y terminándose con una camada de pan rallado. Cúbrase la preparación con otro redondel de papel enmantequillado, colóquese encima un peso liviano y hornéese durante 15 minutos. Sáquese del molde y sírvase caliente con salsa caliente. También se puede servir en el mismo molde. 6 cubiertos.

Nota: Se pueden usar 4½ tazas de manzanas secas cocidas en vez de las manzanas frescas y se puede usar pan blanco en vez de pan negro.

Tanya Hecker.

DESSERTS

FRUIT TRIFLE

2 cups boiled custard
tinned or fresh fruit
2 dozen lady fingers
3 tablespoons rum, brandy or wine
almonds, cherries, angelica, etc.
juice of fruit

Make boiled custard (see below) and cool. Crush lady fingers and place in a deep glass bowl. Pour over them some of the fruit juice with rum or other spirit, enough to wet thoroughly but not to make them runny. (Spirit may be omitted). After the cake has soaked up the liquid, cover with a layer of fruit. Pour over all the custard. Garnish with almonds etc. Whipped cream may be added. Place in refrigerator or other cool place, to set. Serve with whipped cream if desired. Serves 8.

Boiled custard: beat the yolks of 2 eggs slightly, add ¼ cup sugar, few grains salt. Gradually stir in 2 cups hot milk. Cook, stirring constantly, in double boiler until mixture coats spoon. Strain, cool, add vanilla. Use 1 tablespoon cornstarch or 2½ of flour for each egg omitted, mixing with sugar before adding milk.

Margaret Chambers.

CHARLOTKA

3 cups sweetened fine black breadcrumbs (whole wheat)
3 tablespoons melted butter
¾ cup water
6 apples, pared and diced
½ cup sugar
hot custard or vanilla sauce (see above)

Boil sugar and water together. Add apples and cook until tender. Fry crumbs in butter. Butter a mold and place a round of buttered paper at the bottom. Put in a layer of breadcrumbs and a layer of apples. Repeat until all ingredients are used up, finishing with a layer of breadcrumbs. Cover with a round of buttered paper, place a light weight on top and put in the oven for 15 minutes. Unmold and serve hot with custard or vanilla sauce. This may also be served in the same dish. Serves 6.

Note: 4½ cups of cooked dried apples may be used instead of fresh apples and white crumbs may be substituted for dark ones.

Tanya Hecker.

DULCE DE MAMEY

3 mameyes medianos **2½ tazas azúcar**
3 tazas agua

Pélense los mameyes teniéndose cuidado de sacarles también la corteza blanca de adentro. Sepárese la pulpa de la semilla y córtese la pulpa en rebanadas las más grandes posibles. Hágase un almíbar claro con el azúcar y el agua y en éste cuézase la pulpa durante 10 ó 15 minutos. La espuma que se forma, mientras se cocinen los mameyes, es muy amarga y debe quitarse. Sírvase la mezcla fría.

Eduvigis.

DULCE DE CAMBURES TOPOCHOS

5 cambures topochos maduros **2 clavos de especie**
2/3 taza papelón **¼ taza queso blanco rallado**

Sáquense las conchas de los cambures y córtense estos en rebanadas de a ½ pulgada (1¼ cm.). Pónganse éstas en una paila con agua suficiente para casi cubrirlas. Cuézanse durante media hora agregándoles el papelón y los clavos cuando el agua rompa a hervir. Si el melado se merma mucho, añádase un poco de agua. Cuando los cambures estén blandos, apártense del fuego y agréguese el queso. Sírvase el dulce frío.

Dorothy B. Crease.

DULCE DE LECHOZA

1 lechoza verde **1 papelón**
agua suficiente para cubrir la fruta

Pélese la lechoza y córtese en tiras de 2 pulgadas (5 cm.) de ancho y del largo que dará la fruta. Bótense las semillas y las hebras. Hágase un melado con el papelón y el agua (suficiente para cubrir la fruta). Cuando el melado rompa a hervir añádanse las tiras de fruta y déjense cocinar hasta que se puedan hincar con un tenedor. Para un sabor delicioso póngase una hoja de higo al melado. Casi siempre hay que agregar agua durante el cocimiento porque la lechoza verde no se ablanda en poco tiempo. El melado debe quedar del mismo espesor de melaza. En caso que la fruta se ablande antes de que el melado tenga su debido espesor, sáquese la fruta del melado, agréguese más papelón y déjese reducir el melado. Combínense de nuevo la fruta y el melado. Sírvase el dulce fresco o frío y en raciones menudas.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

"SOUFFLE" DE CIRUELAS PASAS

4 claras de huevo **2 cucharadas azúcar**
1½ tazas ciruelas pasas, cocidas y pasadas por un tamiz

Bátanse las claras a punto de nieve y añádase el azúcar poco a poco, batiéndose constantemente. Agréguese la pulpa por poquitos, batiéndose la mezcla hasta que esté dura. Póngase en un molde enmantequillado, el cual se coloca en un recipiente con agua, y hornéese a 300° F. (149° C.) hasta que esté firme y dorada.

"MAMEYES" IN SYRUP

3 medium "mameyes" **2½ cups sugar**
3 cups water

Remove outer skin of fruit, being careful to take off all of the inner white rind. Cut pulp from the seed in as large slices as possible. Make a light syrup of sugar and water and cook pulp in this from 10 to 15 minutes. Skim off foam from the top as this is very bitter. Serve cold.

Eduvigis.

"TOPOCHO" BANANAS IN SYRUP

5 very ripe "topocho" bananas **2 cloves**
2/3 cup "papelón" **¼ cup white cheese, grated**

Peel bananas and slice into ½-inch rounds. Place in a saucepan with water enough to almost cover. Cook for ½ hour, adding "papelón" and cloves when water begins to boil. If the syrup boils down too much during the cooking, add a little more water. When bananas are tender, remove from the fire and add cheese. Serve cold.

Dorothy B. Crease.

PRESERVED "LECHOZA"

1 green "lechoza" **1 "papelón"**
water to cover the fruit

Peel the "lechoza", cut into strips two inches wide and the length of the fruit. Discard seeds and scrape off the fibres to which they adhere. Make a syrup with the "papelón" and water (enough to cover the fruit). When the syrup begins to boil, add the fruit strips and cook until they can be pierced with a fork. A fig leaf added while cooking greatly improves the flavor. Ordinarily more water has to be added during the cooking as "lechozas" take a long while to become tender. The syrup must be as thick as molasses. If it has not reached the proper consistency when the fruit has become tender, remove fruit from syrup, add more "papelón" and boil down. Combine fruit and syrup again. Serve cool or cold in small portions.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

PRUNE SOUFFLE

4 egg whites **2 tablespoons sugar**
1½ cups cooked prunes mashed to a pulp

Beat egg whites until stiff, add sugar gradually, beating constantly. Add pulp a little at a time, beating until quite stiff. Pile in buttered baking dish, place dish in pan of water and bake

Sírvase el "souffle" con una natilla suave (véase p. 142). 6 cubiertos.

Se pueden usar albaricoques secos, cocidos, en vez de ciruelas pasas.

Vi Grindlay.

BUDIN DE NAVIDAD

(Receta empleada por El Rincón Británico)

2 tazas manteca de ganado, (véase p. 224)
2 tazas de azúcar de Demerara o papelón
2 tazas harina
1½ taza pasas
1½ tazas pasas moscateles
4 cucharadas mantequilla
½ taza coñac o ron
1 cucharadita sal
1 taza cáscara de frutas, confitada
4 cucharadas acitrón
ralladura de 2 limones
¾ taza almendras
6 u 8 huevos
½ taza leche
2 tazas pan rallado
½ kilo cada uno — pasas de Corinto, pasas "sultanas", * dátiles (o ciruelas pasas)
2½ cucharadas cada uno — pimienta guayabita, canela, nuez moscada

Límpiense las pasas de Corinto y las "sultanas"; quítense las semillas de las pasas y de las pasas moscateles. Córtese la mitad de estas frutas en dos y píquese la otra mitad en pedacitos muy finos. Córtese la cáscara en tiritas finísimas. Póngase todo en un tazón grande y añádanse la harina, el azúcar, la manteca, las especias, la ralladura, los dátiles picados (o ciruelas pasas), el acitrón picado y el pan rallado. Pélense las almendras, píquense finitas y añádanse, con la sal, a la mezcla. Reúnase todo muy bien. Derrítase la mantequilla y añádase ésta a la mezcla; bátanse los huevos, agréguense el coñac (o el ron) y la leche y añádase esto a la mezcla. Revuélvase todo muy bien.

Engrásense los moldes que deben ser en forma de taza y de más o menos 1 litro de capacidad (tazas de peltre de este tipo se llaman en Caracas "cuartillas"), y llénense con la mezcla, echándoseles bastante. Cúbranse con papel encerado y luego con un paño escaldado y enharinado; cuídese de arreglar un pliegue en el paño a fin de que el budín pueda crecer. Amárrense bien los paños. Cuézanse los budines al vapor y a fuego vivo durante 8 horas seguidas. Agréguese agua hirviendo cuando esto sea necesario.

Una vez cocidos, los budines se guardan perfectamente bien, colocándose en un sitio fresco.

Para servir — recaliéntese un budín al vapor durante una hora o más, sáquese del molde, mójese con coñac o con ron y adórnese con una ramita de acebo. Al llevarse a la mesa, prénde se el ron con fósforo. Sírvase con salsa dura o salsa de coñac.

(*) Pasas "sultanas" son blancas y no tienen semillas.

Christina P. Worsfold.

Salsa de coñac: combínense 3 yemas de huevo, ligeramente batidas, ½ taza de crema de leche, ½ taza de leche y azúcar al gusto. En baño María cuézase la mezcla, meneándose constantemente, hasta que se pegue a la cuchara. Enfríese un poco y añádase ½ taza de coñac claro. Sírvase la salsa caliente o fría. Para obtener un sabor más determinado, añádase un poco de ralladura de limón o unas gotas de vainilla.

Dorathé E. de Coup-Crank.

in 300° F. oven until browned and set. Serve with soft custard, (see p. 143). Serves 6.

Cooked dried apricots may be used instead of prunes.

Vi Grindlay.

CHRISTMAS PUDDING

(Recipe used by El Rincón Británico)

2 cups suet (see p. 225)
2 cups Demerara sugar or "papelón"
2 cups flour
1½ cups raisins
1½ cups muscatels
4 tablespoons butter
½ cup brandy or rum
1 teaspoon salt
1 cup mixed peel
4 tablespoons citron
grated rind of 2 lemons
¾ cup almonds
6 or 8 eggs
½ cup milk
1 pound each of currants, sultanas (*), dates (or prunes)
2½ tablespoons each of cinnamon, allspice, nutmeg
2 cups dried breadcrumbs

Clean currants and sultanas, stone raisins and muscatels. Halve half of them; chop the rest fine. Cut peel into shreds. Put all into a large basin with flour, sugar, shredded suet, spices, lemon rind, finely chopped dates (or prunes), minced citron and breadcrumbs. Blanch and shred almonds, add them and salt to other ingredients, mix well. Melt butter, stir in; beat eggs, add to them brandy (or rum) and milk and stir into dry ingredients. Mix thoroughly.

Have ready well-greased pudding basins. Press mixture into basins, filling well. Place grease-proof paper on top, then a scalded and floured cloth — taking care to arrange a pleat in the cloth across the middle to allow for swelling. Tie securely. Steam over fast-boiling water for 8 hours. Replenish water as needed with boiling water so as not to check cooking.

Once cooked, puddings will keep several weeks if placed in a cool spot.

To serve — steam pudding for an hour or more, turn out, pour brandy or rum over it, place a bit of holly in the top, light the brandy to carry to the table. Serve with brandy or hard sauce.

(*) "Sultanas" are rather small, white, seedless raisins.

Christina P. Worsfold.

Brandy Sauce: combine, in a double boiler, 3 lightly beaten egg yolks, ½ cup cream, ½ cup milk and sugar to taste. Cook, stirring constantly, until the mixture coats the spoon. Cool. Add ½ cup pale brandy. Serve hot or cold. If desired, add a little grated lemon rind or a few drops of vanilla to heighten the flavor.

Dorathé E. de Coup-Crank.

BUDIN ESPONJOSO DE NARANJA

3 cucharadas mantequilla
¼ taza azúcar
1 taza leche escaldada
4 huevos
¼ taza harina
1 cucharada jugo de naranja
1 cucharadita ralladura de naranja

Derrítase la mantequilla, añádase la harina y mézclese bien. Agréguese la leche, meneándose constantemente, y caliéntese la mezcla hasta que rompa a hervir. Combínense la ralladura, el jugo, y las yemas de huevo y bátase todo hasta que las yemas estén espesas y de color claro. Añádase el azúcar, batiéndose bien. Unanse las dos mezclas e incorpórense las claras de huevo, batidas a punto de nieve. Llénese un molde engrasado hasta 2/3 de su capacidad y tápese bien. Cuézase la mezcla al vapor durante 35 minutos. Sírvase caliente con la salsa fría. 6 cubiertos.

Salsa de naranja: ralladura y jugo de ½ limón, ½ taza jugo de naranja, 1/3 taza azúcar, 2 huevos, 1 cucharadita vainilla, una migajita sal. Bátanse ligeramente las yemas y agréguense la ralladura, los jugos, el azúcar y la sal. Cuézase la mezcla en baño María, meneándose constantemente, hasta que se espese. Bátanse las claras a punto de nieve y agréguese la mezcla caliente, poco a poco, batiéndose constantemente. Enfríese la salsa un poco y añádase la vainilla.

Margaret Chambers.

BUÑUELOS DE APIO

½ kilo apio
1 huevo
½ taza leche
3 cucharadas mantequilla
2 tazas melado (*)
8 clavos de especie

Lávese y ráspese el apio. Cuézase en agua con sal hasta que esté tierno—aprox. 1 hora. Pásese por un despaturrador de papas o macháquese con un tenedor. Añádanse el huevo, la leche y la mantequilla y mézclese todo muy bien. Fórmese la mezcla en pelotas pequeñas y fríase en manteca o Crisco abundante. (*) *Para el melado* úsese la tercera parte de un papelón (ó 2 tazas de azúcar) y 3 tazas de agua. Cocínense juntos con los clavos hasta que el melado esté bien espeso. Viértase encima de los buñuelos y sírvase caliente.

Elsie K. de Herrera.

Buñuelos de masa de maíz para Navidad: se baten juntos ⅛ kilo de masa como para arepas (o como para hallacas, véase p. 52), 12 ó 11 huevos enteros, ½ kilo de queso Maracay molido y 1 papa grande cocida y machacada. Se bate muy bien por espacio de ¼ de hora, ya que de esto depende la suavidad de los buñuelos. Estos se echan en la sartén en forma de espiral y se fríen en manteca abundante. **Sírvanse con melado** de papelón (o de azúcar) y clavos de especie (véase arriba).

María Luisa de Febres Cordero.

BIENMESABE

1 kilo azúcar (4½ tazas)
10 yemas de huevo, batidas
leche de 2 cocos grandes
3 bizcochuelos

Sáquese la leche de los cocos con un poquito de agua caliente (véase p. 222). Hágase un almíbar claro con la leche de los cocos y el azúcar. Agréguense las yemas y cuézase la mezcla durante uno o dos minutos más.

ORANGE CREAM SPONGE

3 tablespoons butter
¼ cup sugar
1 cup scalded milk
4 eggs, separated
¼ cup flour
1 tablespoon orange juice
1 teaspoon grated orange rind

Melt butter, add flour, stir until well blended. Pour on milk gradually, stirring constantly; bring to boiling point. Add orange rind and juice to egg yolks, beat until thick and lemon colored. Beat in sugar. Pour the milk mixture over this and fold in stiffly beaten egg whites. Turn into buttered mold, filling it 2/3 full and covering tightly. Steam 35 minutes. Serve hot with cool orange sauce. Serves 6.

Orange Sauce: Grated rind and juice of ½ lemon, ½ cup orange juice, 1/3 cup sugar, 2 eggs, 1 teaspoon vanilla, few grains salt. Beat egg yolks slightly and add to them the rind, fruit juices, sugar, salt. Cook over boiling water, stirring constantly, until thickened. Beat egg whites stiff and add hot mixture gradually, beating constantly. Cool, add flavoring.

Margaret Chambers.

"APIO" FRITTERS

1 pound "apio"
1 egg
½ cup milk
3 tablespoons butter
2 cups syrup (*)
8 cloves

Wash and scrape "apio" and boil in salted water until tender, about 1 hour. Put through a potato ricer or mash with a fork. Add egg, milk and butter and mix thoroughly. Form into small balls and fry in lard or Crisco. * *For the syrup* use 1/3 of a "papelón" (or 2 cups sugar) and 3 cups water. Cook together with the cloves until rather thick. Pour syrup over the fritters and serve hot.

Elsie K. de Herrera.

Corn "masa" fritters for Christmas: Beat together for 15 minutes ¼ pound "masa" (like that for "arepas" — if none is available use "masa" for "hallacas", see p. 53), 12 to 15 eggs, 1 pound of grated "Maracay" cheese and 1 large potato, boiled and mashed. The tenderness of the fritters is entirely dependent on this beating. Fry in spirals in deep fat. **Serve with a syrup** of "papelón" (or sugar) and cloves (see above).

María Luisa de Febres Cordero.

"BIENMESABE"

4½ cups sugar (1 kilo)
10 egg yolks
milk of 2 large coconuts
3 "bizcochuelos" (*)

Extract milk from coconuts using a little hot water (see p. 223). Make a thin syrup of sugar and coconut milk. Add egg yolks and cook one or two minutes more.

En la fuente en donde se servirá el dulce, colóquense tajadas de los bizcochuelos y viértase encima de ellas el almíbar de coco. Si se desea, se pueden mojar las tajadas con un poco de vino moscatel antes de bañarlas con el almíbar; también se puede espolvorear el dulce con un poquito de canela.

Carmen Elena Mendoza y Mercedes E. de Rodríguez.

Bizcochuelo para bienmesabe: 6 huevos, 2 tazas harina, 1 taza azúcar, ralladura y jugo de 1 limón. Bátanse bien las claras de huevo, agréguense el azúcar, las yemas y el limón. Por último añádase la harina, batiéndose muy poco. Viértase la mezcla en un molde engrasado y enharinado y hornéese a 325° F. (163° C.) durante 20 minutos (aprox.).

Mercedes E. de Rodríguez.

TORTA BEJARANA

10 bizcochos de manteca
3 tazas queso blanco (llanero)
3 plátanos maduros
1 cucharadita canela
2 tazas vino dulce (Gloria)
semillas de ajonjolí, tostadas
10 roscas pan de horno
½ taza mantequilla
1 cucharadita clavos
½ papelón, hecho melado (deben salir 2 tazas de melado)

Los plátanos se muelen crudos, quitándoles el corazón; todos los demás ingredientes se muelen juntos y se amasan con los plátanos. Se hornea la mezcla en una sartén forrada con papel blanco de imprenta, o en un molde chato forrado con papel encerado· (2 moldes de 9 x 9 pulgadas—23 cm. x 23 cm.—sirven para esta cantidad de mezcla). Se salpica la mezcla por encima con bastantes semillas de ajonjolí, previamente tostadas ligeramente en una sartén, y se hornea durante 1¼ horas a 425° F. (218° C.). Se sirve fría en cuadradas. Queda mejor el día después de hecha.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

Otra torta bejarana: hágase un melado grueso con medio papelón y déjese enfriar. Asense 3 plátanos maduros, sáquenseles las venas y hágase de ellos un puré, trabajándolos calientes. Añádase el puré al melado. Agréguense 1 taza de queso blanco rallado, 10 bizcochos de manteca y 6 panes de horno, todos molidos, 3 cucharadas de ajonjolí tostado en el horno y ½ cucharadita de canela en polvo. Unanse los ingredientes muy bien. Enmantequíllense 2 moldes de a 9 x 9 pulgadas (23 x 23 cm.) y espolvoréense con ½ cucharada de ajonjolí tostado cada uno. Viértase la mezcla en los moldes y espolvoréense con otra ½ cucharada de ajonjolí cada uno. Hornéense a 300° F. (149° C.) durante ¾ o 1 hora.

Mercedes E. de Rodríguez.

HUEVOS CHIMBOS

12 yemas de huevo
6½ tazas azúcar
4 tazas agua
¼ taza coñac

Bátanse las yemas hasta que estén espumosas. Viértase la preparación, por cucharadas, en moldecitos especiales engrasados o extiéndase en un molde chato engrasado, y cuézase en baño María hasta que se ponga dura. (Si no se usan los moldes especiales, córtese la preparación cocida en cubos). Por otra parte, hágase un almíbar con el azúcar y el agua y al hervirse éste, añádanse los huevos cocidos o los cubos de huevos cocidos. Cuézase la mezcla hasta que los huevos estén esponjosos y el almíbar quede un poco

In dish in which dessert is to be served place strips of "bizcochuelo" and pour over them coconut syrup. If desired, "bizcochuelo" may be first moistened with Muscatel wine and cinnamon may be sprinkled on top.

(*) See "Unfamiliar Foodstuffs".

Carmen Elena Mendoza and Mercedes E. de Rodríguez.

"Bizcochuelo" for "bienmesabe": 6 eggs, 2 cups flour, 1 cup sugar, grated rind and juice of 1 lemon. Beat egg whites stiff, add sugar, yolks and lemon; lastly work in flour lightly. Turn into buttered and floured pan and bake at 325° F. for 20 minutes (approx.).

Mercedes E. de Rodríguez.

"BEJARANA" PUDDING

10 "bizcochos de manteca" (*)
3 cups white cheese ("llanero")
3 ripe plantains
1 teaspoon cinnamon
2 cups sweet wine ("Gloria")
toasted sesame seeds
10 "pan de horno" (*)
½ cup butter
1 teaspoon cloves
½ "papelón" made into syrup (2 cups syrup)

Peel and remove hard center with seeds from raw plantains and grind them. Grind rest of ingredients together and mix all thoroughly. Turn into a frying pan lined with white newsprint or in a pan lined with waxed paper. (2 pans 9 x 9 inches are right for this quantity of batter). Sprinkle with sesame seeds which have been lightly toasted in a frying pan (use plenty) and bake 1¼ hours in a hot oven (425° F.). Serve cold in squares. As the flavor improves if it stands 24 hours or more, this cake should not be eaten the same day.

(*) See "Unfamiliar Foodstuffs".

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

Another "Bejarana" Pudding: make a thick syrup of half a "papelón" and let it cool. Roast 3 ripe plantains, peel them and remove the seeds, and mash thoroughly while still hot. Add them to the syrup. Blend in 1 cup grated white cheese, 10 ground "bizcochos de manteca" and 6 ground "pan de horno", 3 tablespoons of toasted sesame seeds and ½ teaspoon cinnamon. Mix thoroughly. Butter 2 — 9 x 9 inch pans and sprinkle each with ½ tablespoon sesame seeds. Spread batter in pans and sprinkle with another ½ tablespoon seeds. Bake at 300° F. for about 1 hour.

Mercedes E. de Rodríguez.

COMPOTE OF EGGS

12 egg yolks
6½ cups sugar
4 cups water
¼ cup brandy

Beat egg yolks until thick and lemon colored. Drop by the spoonful into special greased molds or turn into shallow greased pan and cook over hot water until firm. (If special molds are not used, cut the egg sponge into cubes). Make a syrup of sugar and water. When this boils drop in molded egg sponge or cubes. They

espeso. Bájese del fuego y agréguese el coñac. Guárdese la mezcla en un frasco tapado.

Nota: En vez de coñac se pueden usar unas gotas de vainilla.

Mercedes E. de Rodríguez.

ARROZ CON COCO

la leche de 1 coco seco
½ taza arroz
2 tazas agua
una pizca de sal
una raja de canela
ralladura de 1 limón
1 taza azúcar o papelón

Sáquese la leche del coco la más concentrada posible (véase p. 222). Lávese el arroz y cuézase con el agua y la sal hasta que esté blando y el agua se haya secado. Agréguense la leche del coco y los demás ingredientes y cuézase la mezcla a fuego lento por un rato. Sírvase caliente o fría y espolvoreada con canela, si se desea.

Berta Caldwell.

Otro arroz con coco: sancóchese 1 taza de arroz con el agua de tres cocos verdes hasta que el arroz esté blando. Añádase la leche de 1 coco seco (véase p. 222), ½ papelón en pedazosc y una pizca de sal. Cuézase tódo a fuego lento hasta que se obtenga un melado grueso. No se debe menear porque el arroz se desbarata. Viértase la mezcla en platos algo llanos y espolvoréese con canela. Sírvase frío pero no helado.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

QUESILLO (FLAN)

4 huevos
2 tazas leche caliente
8 cucharadas azúcar
una pizca sal
8 cucharadas azúcar y 4 cucharadas agua para el acaramelado

Quémase el azúcar (8 cucharadas) en el recipiente de metal en donde se hará el quesillo. Cuando el azúcar se dore, añádase el agua y menéese bien la mezcla, apartándose del fuego para evitar que se cocine demasiado. Bátanse bien las claras de huevo y añádanse las yemas, también batidas; agréguense la leche, el azúcar y la sal. Viértase la mezcla en el recipiente acaramelado y colóquese éste dentro de ótro que ya contiene un poco de agua. Cuézase la mezcla en un horno de 325° F. (163° C.) durante ¾ de hora (aprox.), o hasta que, al cortarse el quesillo con un cuchillo de plata, éste sale limpio. (También se puede cocinar el quesillo en baño María, bien tapado; en ambos casos es preciso evitar que hierva el agua en el recipiente inferior; o se baja el fuego o se añade agua fría de vez en cuando). Déjese el quesillo enfriar antes de sacarse del recipiente. 6 cubiertos.

Paulina.

QUESILLO DE PIÑA

4 tazas jugo de piña
10 huevos
2½ tazas azúcar, de donde se coje para acaramelar el molde (véase p. 222)

Se usan 4 tazas de jugo si la piña está dulce. Si la piña está ácida se ponen 3 tazas de jugo y 1 taza de agua. Con el jugo y el

will inmmediately increase in bulk. Cook until syrup is rather thick. Remove from fire and add brandy. Keep in a covered jar.

Note: The syrup may be flavored with vanilla instead of brandy.

Mercedes E. de Rodríguez.

RICE AND COCONUT PUDDING

milk of 1 dry coconut
½ cup rice
2 cups water
pinch of salt
grated rind of 1 lime
stick of cinnamon
1 cup sugar or "papelón"

Remove the milk from the coconut, using as little liquid as possibl (see p. 223). Wash the rice and cook in the salted water until soft and water has dried up. Add coconut milk and other ingredients. Cook over a very slow fire for a little while. Serve hot or cold and sprinkled with cinnamon, if desired.

Berta Caldwell.

Another Rice and Coconut Pudding: boil 1 cup of rice until tender in the water from 3 green coconuts. Add the milk of 1 dry coconut (see p. 223), ½ of a "papelón" broken in pieces and a pinch of salt. Cook very slowly until the coconut liquid acquires the consistency of boiled custard. Do not stir or the rice will disintegrate. Turn out on rather flat dishes and sprinkle with cinnamon. Serve cold but not chilled.

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

"QUESILLO" (FLAN)

4 eggs
2 cups hot milk
8 tablespoons sugar
pinch salt
8 tablespoons sugar and 4 tablespoons water for caramel

Burn 8 tablespoons of the sugar in the metal pan in which the "quesillo" is to be cooked. When it is brown, add water and mix well, removing from the fire to prevent further cooking. Beat eggs separately and add yolk to white; add milk, sugar and salt. Turn into caramelized mold. Bake in oven (325° F.) in a pan of water about 3/4 hour or until a silver knife inserted comes out clean. (May also be cooked in a tightly covered double boiler on top of the stove; in either case the water in which the mold is placed should not boil. Regulate heat or add cold water from time to time). Cool before turning out of mold. Serves 6.

Paulina.

PINEAPPLE CUSTARD

4 cups pineapple juice
10 eggs
2½ cups sugar, from which a little is taken to caramelize the mold (see p. 223)

Use 4 cups pineapple juice if the pineapple is sweet; if acid, 3 cups and 1 of water. Make a syrup of the sugar and juice. Cool.

azúcar se hace un almíbar espeso y se deja enfriar. Luego se baten los huevos juntos, se unen con el almíbar frío y se vacía en un molde acaramelado. Se cocina en baño María durante 2 horas. Cuando esté frío, se desmolda.

Mercedes E. de Rodríguez.

BUDIN DE MAMEY

2 tazas azúcar
½ taza agua
3 mameyes
ron al gusto
9 huevos, bien batidos
1 cucharada mantequilla derretida
1 cucharadita vainilla
2 bizcochuelos

Móndense los mameyes y sepárense las semillas y la pulpa. (Hay que sacar la segunda cáscara blanca y botarla porque es muy amarga). Hágase un almíbar con el azúcar y el agua y cuézase la pulpa en éste hasta que el almíbar esté en punto de hilo. Cuélese la mezcla por un tamiz. Combínese con los huevos y el bizcochuelo, en pedacitos, y bátase todo muy bien hasta que la mezcla quede lisa. Añádanse el ron, la vainilla y la mantequilla. Viértase la mezcla en un molde engrasado y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 15 minutos. Sáquese del molde y sírvase fría con crema batida (véase p. 233). 8 cubiertos.

Dorothy B. Crease.

TORTA DE CASABE

5 torticas de casabe
½ papelón
1½ taza agua
4 cucharadas mantequilla
2 clavos
un poco de leche
2 tazas queso blanco, rallado

Hágase un melado grueso con el papelón, el agua y los clavos. Remojénse las torticas con la leche. En una fuente refractaria póngase una tortica. Untese con un poco del melado, con queso y con punticos de mantequilla. Póngase otra tortica encima y úntese ésta de la misma manera. Repítase el procedimiento hasta que se hayan usado todas las torticas. Cúbrase la última con el melado, el queso y la mantequilla. Hornéese la mezcla a 350° F. (176° C.) durante 20 ó 30 minutos y sírvase tibia en la misma fuente.

Mercedes E. de Rodríguez.

Torta de casabe y coco: remójense y macháquense 5 torticas de casabe con la leche de 1 coco (véase p. 222). Añádanse 2 huevos batidos, 1 taza de queso blanco rallado y 1 cucharada de mantequilla. Reúnase todo muy bien. Hornéese la mezcla a 350° F. (176° C.) durante 20 minutos (aprox.). Sírvase tibia, bañada de un melado de papelón grueso, el cual se hace con 2 ó 3 clavos de especie y unos granos de pimienta guayabita.

Matilde Alcock.

HELADO DE VAINILLA (SIN CREMA)

1 taza polvo de leche Klim
1 huevo batido
una pizca de sal
3 tazas agua
1 cucharada harina
1 taza azúcar
2 cucharaditas vainilla

Mézclense el agua y el polvo Klim y escáldese la mezcla en un baño María. Viértase encima del huevo, batiéndose constantemen-

Beat eggs well and add the syrup to them. Place in the caramelized mold and cook in a pan of hot water about 1½ hours, in a 350° F. oven, or in a tightly closed double boiler for 2 hours. Turn out when cold.

Mercedes E. de Rodríguez.

"MAMEY" PUDDING

2 cups sugar
½ cup water
3 "mameyes"
rum to taste
9 eggs, well beaten
1 tablespoon melted butter
1 teaspoon vanilla
2 sponge cakes (5 × 3 × 1½ inches approx.)

Peel "mameyes" and remove pulp from the seed. (Be sure to discard the white inner rind, as it is very bitter). Cook pulp in syrup of sugar and water until the syrup spins a thread. Press this through a sieve. Combine pulp, eggs, sponge cakes, broken up, and beat until smooth. Add rum, vanilla and melted butter. Pour into a greased mold and bake at 350° F. for 15 minutes. Unmold and serve cold with whipped cream, (see p. 249). Serves 8.

Dorothy B. Crease.

CASSAVA PUDDING

5 small cassava cakes (*)
½ a "papelón"
1½ cups water
2 cloves
a little milk
2 cups grated white cheese
4 tablespoons butter

Make a thick syrup of "papelón", water and cloves. Moisten cassava cakes with milk. In a Pyrex baking dish place a cassava cake. Pour over some of syrup, sprinkle with cheese and dot with butter. Continue until all cakes have been used and finish with a layer of syrup, cheese and butter. Bake at 350° F. for about 20 to 30 minutes and serve warm in the same dish.

Mercedes E. de Rodríguez.

Cassava-Coconut Pudding: mash 5 small cassava cakes with the milk from 1 dry coconut (see p. 223). Add 2 beaten eggs, 1 cup grated white cheese and 1 tablespoon butter. Blend all ingredients thoroughly. Bake at 350° F. for about 20 minutes. Serve warm, covered with a thick "papelón" syrup which has been prepared with 2 or 3 cloves and a few grains of allspice.

Matilde Alcock.

(* See "Unfamiliar Foodstuffs").

CREAMLESS VANILLA ICE CREAM

1 cup Klim milk powder
1 egg, beaten
pinch of salt
3 cups water
1 tablespoon flour
1 cup sugar
2 teaspoons vanilla

Mix water and milk powder; scald in a double boiler. Pour over egg, beating constantly. Mix salt, flour and sugar and add them

te. Combínense la sal, la harina y el azúcar y agréguese esto a la leche. Cuézase todo en el baño María durante 20 minutos, removiéndose de vez en cuando. Tápese y déjese enfriar. Añádase la vainilla y viértase la mezcla en una de las gavetas de la refrigeradora. Cuando esté casi helada, sáquese y bátase bien. Déjese helar durante una hora. Sáquese y bátase de nuevo. Déjese terminar de helar.

Anne White.

HELADO DE MANGO

2 tazas pulpa de mango (15 mangos, aprox.)
1 taza azúcar
2 tazas crema de leche, batida

Mézclense bien todos los ingredientes y hiélese la mezcla en las gavetas de la refrigeradora.

Ana María Letcher.

HELADO DE GUANABANA

1 pote leche evaporada (1¾ taza)
½ taza azúcar
3 tazas pulpa de guanábana

Hiélese bien la leche como para leche batida (véase p. 233). Sáquese la pulpa de las guanábanas. Añádase un poco de agua para suavizar la pulpa y déjese reposar durante 15 minutos. Escúrrase todo el agua posible y pásese la pulpa por un tamiz. Bátase la leche fría e incorpórense, poco a poco, la pulpa y el azúcar. Colóquese la mezcla en las gavetas de la refrigeradora y fíjese el indicador a la temperatura más fría. No es necesario batir esta mezcla mientras que se hiele.

Anna Gibson.

HELADO DE COCO

2 cocos secos
leche caliente
3 huevos
2 cucharadas maicena
azúcar al gusto

Sáquese la leche de los cocos con la leche caliente (véase p. 222) hasta que se obtengan 4 tazas de líquido. Añádanse las yemas de huevo, ligeramente batidas, la maicena y el azúcar, mezclándose todo muy bien. Caliéntese la mezcla hasta que rompa a hervir. Enfríese, cuélese y agréguense las claras de huevo, previamente bien batidas con un poquito de azúcar. Mézclese todo bien y póngase a helar. 8 cubiertos.

Mercedes E. de Rodríguez.

HELADO RAPIDO

1 paquete budín "Royal"
1½ taza crema de leche batida
2 claras de huevo, bien batidas

Prepárese el budín del gusto deseado según las instrucciones. Enfríese e incorpórense las claras de huevo y la crema. Viértase la mezcla en las gavetas de la refrigeradora y déjese helar a la temperatura más fría. Revuélvase una vez después de media hora, cuando la mezcla empiece a helarse. (Véase p. 233 "Leche batida").

Elena M. Brineman.

to the milk. Return to double boiler and cook for 20 minutes, stirring occasionally. Cover and let cool. Add vanilla. Put in ice tray. When almost frozen, take out and beat very hard. Return to the refrigerator. Beat again in an hour. Freeze hard.

Anne White.

MANGO ICE CREAM

2 cups whipped cream
1 cup sugar
2 cups mango pulp (about 15 mangoes)

Blend all ingredients thoroughly and freeze in refrigerator trays.

Ana María Letcher.

SOURSOP ICE CREAM

3 cups soursop pulp
½ cup sugar
1 can evaporated milk (1¾ cups)

Chill the milk thoroughly as for making whipped cream (see p. 249). Take the pulp from the soursops and add a little water to soften it. Let stand about 15 minutes, then put it through a sieve, first allowing as much liquid as possible to drain off. Whip the cold milk, fold in the fruit pulp and sugar slowly. Place in refrigerator trays and turn dial to coldest temperature. It is not necessary to stir this mixture while it is freezing.

Anna Gibson.

COCONUT ICE CREAM

2 dry coconuts
hot milk
3 eggs, separated
2 tablespoons cornstarch
sugar to taste

Take out the milk of the coconuts with hot milk (see p. 223) until there are 4 cups of liquid. Add egg yolks, lightly beaten, cornstarch and sugar, mixing well. Bring to the boil. Cool, strain and add the egg whites which have been well beaten with a little sugar. Mix well and freeze. Serves 8.

Mercedes E. de Rodríguez.

SHORT CUT TO ICE CREAM

1 package "Royal" pudding
2 egg whites, stiffly beaten
1½ cups whipped cream (see p. 249)

Prepare pudding of desired flavor according to directions. Chill and fold in egg whites and cream. Pour into refrigerator trays and freeze at coldest temperature. Stir once after about half an hour, when the mixture has begun to freeze.

Elena M. Brineman.

SORBETE DE LIMON

1¼ taza azúcar granulada
3¼ tazas leche
1 cucharadita ralladura de limón
¼ cucharadita sal
1 cucharada agua
2 cucharaditas gelatina sin sabor
½ taza jugo de limón

Póngase la temperatura de la refrigeradora en el punto más frío y vacíense dos de las gavetas. Remójese la gelatina en el agua fría. Caliéntese la leche, añádanse el azúcar, el jugo y la ralladura. (La leche se cortará, pero esto no tiene importancia). Añádase la gelatina, meneándose la mezcla constantemente hasta que la gelatina esté desleída. Enfríese la mezcla un poco, viértase en las gavetas y déjese reposar hasta que esté parcialmente helada (se hiele primero por las orillas). Sáquese y colóquese en un tazón y bátase con una cuchara de palo (o con batidor eléctrico) hasta que todo esté bien mezclado pero no desleído. Colóquese inmediatamente en las gavetas y hiélese completamente. (Se puede batir la mezcla por segunda vez, pero esto no es necesario). 8 raciones.

Si se usan "lemons" en vez de limones, auméntese el jugo a ¾ taza y suprímase ¼ taza de la leche.

SORBETE DE COCO

2 cocos verdes
1 coco seco
azúcar al gusto

Rállese el coco seco y sáquese la leche, usándose el agua de los cocos verdes (véase p. 222). Córtese en pedacitos la pulpa de los cocos verdes y añádase a la leche. Agréguese azúcar suficiente para hacer una mezcla bien dulce, porque la mezcla pierde dulce en su congelación. Colóquese en las gavetas de la refrigeradora y déjese helar.

TORTA REFRIGERADA DE CAFE

20 plantillas
½ taza café fuerte
1 cucharada maicena
3 yemas, ligeramente batidas
½ taza mantequilla sin sal
1½ taza azúcar en polvo
3 claras, batidas a punto de nieve

Combínense el café y la maicena y cuézase la mezcla en baño María hasta que empiece a espesarse. Déjese enfriar un poco. Viértase encima de las yemas y cuézase de nuevo hasta que se espese (aprox. 3 minutos.) Déjese enfriar. Ablándese la mantequilla, añádase el azúcar poco a poco, y mézclese bien. Agréguese la mezcla de café y bátase bien. Incorpórense las claras y viértase la mezcla en un molde de 7 pulgadas (17 cm.) de diámetro, ya forrado de plantillas. Colóquese en la refrigeradora. Sírvase en el mismo molde adornada con crema batida (véase p. 233) o con cerezas. 8 cubiertos.

Elsa H. Ward.

LIME SHERBET

1¼ cups granulated sugar
3¼ cups milk
¼ teaspoon salt
½ cup lime juice
1 teaspoon grated rind
1 tablespoon water
2 teaspoons unflavored gelatin

Set refrigerator control at coldest, empty 2 trays of cubes. Put gelatin to soak in cold water. Heat milk and dissolve sugar in it; add lime juice and grated rind. (The milk will curdle; this doesn't matter). Add gelatin and stir all together until gelatin is dissolved. Cool, pour into trays, and freeze until frozen about 1 inch in from edge of tray . Remove to bowl and beat with electric beater or wooden spoon until mushy. Do not continue after any of it becomes liquid. Return quickly to trays and leave in refrigerator until completely frozen. (It may be beaten again but this is not essential). Serves 8.

If lemons are used instead of limes, decrease milk to 3 cups and use ¾ cup of lemon juice.

COCONUT WATER ICE

2 young water-coconuts
1 dry coconut
sugar to taste

Grate the dry coconut and extract the milk using the water from young nuts (see p. 223). Cut jelly from young nuts into small pieces and add to the mixture. Sweeten to taste, remembering that freezing makes it require a little extra sugar. Freeze in refrigerator trays.

COFFEE ICE BOX CAKE

10 lady fingers, split (20 "plantillas")
½ cup very strong coffee
1 tablespoon cornstarch
3 egg yolks, lightly beaten
3 egg whites, stiffly beaten
½ cup unsalted butter
1½ cups powdered sugar

Blend coffee and cornstarch, and cook over hot water till slightly thickened. Cool. Pour onto egg yolks, return to upper part of double boiler and cook until thick (about 3 minutes). Cool. Cream butter and sugar. When smooth add the cold coffee mixture and beat well. Fold in egg whites and pour into a 7-inch mold which has been lined with lady fingers. Chill in the refrigerator. Serve in same mold garnished with whipped cream (see p. 249) or cherries. Serves 8.

Elsa H. Ward.

TORTA REFRIGERADA DE ALBARICOQUES

1 lata grande albaricoques
1 cucharada agua fría
1 cucharadita ralladura naranja
bizcochuelo en tajadas o plantillas
¼ taza azúcar
3 cucharaditas gelatina sin sabor
¼ taza jugo de naranja
1 cucharadita jugo de limón
1 lata leche evaporada (1¾ taza)

Escáldese la leche, añádase 1 cucharadita de gelatina previamente remojada durante 5 minutos con el agua fría, y remuévase hasta que la gelatina esté desleída. Colóquese esto en la refrigeradora hasta que esté casi cuajada. Viértase en un tazón y bátase hasta que el volumen de la mezcla se haya triplicado. Agréguese el jugo de limón cuando la mezcla comience a espesarse.

Cuélense los albaricoques, apartando el jugo, y pásese la pulpa por un tamiz. (Se obtiene 1½ taza, aprox.). Añádase el azúcar a ésta. Remójese el resto de la gelatina con ½ taza del jugo reservado y caliéntese poco a poco hasta que la gelatina se deslía. Añádase esto gradualmente a la pulpa. Agréguense el jugo y la ralladura de naranja y déjese enfriar un poco. Incorpórese la mezcla de leche batida y viértase la preparación en moldes individuales ya forrados de plantillas o de tajadas de bizcochuelo. Déjese cuajar dentro de la refrigeradora y sírvase con crema batida (véase p. 233), si se desea. 10 cubiertos.

Ivy Bogle.

BUDIN REFRIGERADO DE NARANJA

1 cucharada gelatina
¼ taza agua fría
2 tazas leche
2 cucharadas maicena
¾ taza jugo de naranja
¾ taza azúcar
2 huevos
2 docenas plantillas
una pizca de sal
1 cucharadita ralladura naranja
4 cucharadas azúcar (para las claras de huevo)

Remójese la gelatina en el agua fría. A la maicena añádase un poco de la leche y caliéntese el resto de ésta en baño María. Añádanse, a la leche caliente, el azúcar y la sal, luego la maicena, y cuézase todo durante 10 minutos hasta que se espese; agréguense la gelatina y el jugo. Cuando todo esté bien mezclado, viértase poco a poco sobre las yemas, ya ligeramente batidas. Cuézase la mezcla en baño María durante 5 minutos más. Enfríese un poco. Añádanse las claras de huevo ya batidas con 4 cucharadas de azúcar y revuélvase hasta que todo esté bien reunido. Déjese enfriar. Fórrese un molde con las plantillas, colocándose algunas en el fondo y otras paradas en los lados del molde. Viértase la mezcla en el molde, colóquese en la refrigeradora durante 24 horas si es posible. 6 cubiertos.

Si no se usan las plantillas es preciso dejar el budín en la refrigeradora durante 24 horas.

Relleno para pastel — empléese la mitad de la receta y viértase en una concha de pastel ya cocida (véase p. 239).

Sybil Fulcher.

APRICOT REFRIGERATOR CAKE

1 tablespoon cold water
1 teaspoon lemon juice
1 large can apricots
¼ cup sugar
¼ cup orange juice
1 teaspoon grated orange rind
1 can evaporated milk (1¾ cups)
3 teaspoons unflavored gelatin
lady fingers or sponge cake in strips

Scald milk; add 1 teaspoon gelatin which has been soaked in cold water for 5 minutes, and stir until gelatin is dissolved. Place in refrigerator until almost set. Turn into a bowl and beat until about 3 times the original volume. Add lemon juice when mixture begins to thicken.

Drain apricots, reserving juice, and mash through a sieve. Add sugar to apricot pulp (about 1½ cups). Soak remaining 2 teaspoons of gelatin in ½ cup apricot juice and heat gently until gelatin is dissolved. Add gradually to apricot pulp. Blend in orange juice and rind and chill slightly. Fold in the whipped milk mixture and turn into individual molds which have been lined with lady fingers or sponge cake. Chill until set and serve with or without whipped cream, (see p. 249). Serves 10.

Ivy Bogle.

ORANGE ICEBOX PUDDING

1 tablespoon gelatin
¼ cup cold water
2 cups milk
2 tablespoons cornstarch
¾ cup sugar
2 eggs, separated
¾ cup orange juice
1 teaspoon grated orange rind
2 dozen lady fingers
pinch salt
4 extra tablespoons sugar

Soak gelatin in cold water. Add a little cold milk to cornstarch and scald the rest in double boiler. Add sugar and salt, then cornstarch, to the milk and cook for 10 minutes, until it thickens; then add gelatin and orange juice. When this is blended thoroughly, add a little of it at a time to the slightly beaten egg yolks. Return to double boiler and cook 5 minutes more. Cool slightly before adding the beaten egg whites, to which have been added 4 extra tablespoons of sugar. Stir until the egg white is well blended with the custard; cool thoroughly. Arrange a layer of lady fingers on the bottom of a mold and stand others around the sides. Pour custard in the center. Place in the refrigerator to set — for 24 hours if possible. Serves 6.

It is not necessary to use lady fingers; but in this case the pudding should be left over night to set, as it does not get firm enough to hold its shape in less time.

Pie filling — may be made using half this recipe. Use prebaked crust (see p. 253).

Sybil Fulcher.

DULCE DE PIÑA

1 taza azúcar morena
½ taza mantequilla
1 taza (pote de 8 onzas) piña machacada (véase p. 222)
3 huevos
¾ taza nueces peladas
½ kilo galletas de vainilla o de "Graham"

Ablándese la mantequilla y añádase el azúcar. Agréguense las yemas, la piña y las nueces. Incorpórense las claras bien batidas. Macháquense las galletas con el rodillo hasta que estén muy finas. En un molde de 9 x 9 pulgadas (23 x 23 cm.) colóquense las galletas ralladas y la mezcla de piña en camadas. Apriétese bien la preparación dentro del molde y colóquese en la refrigeradora. Déjese reposar hasta que esté fría y firme—se recomienda dejarse de un día para otro. Sírvase en cuadrados con crema de leche batida (véase p. 233). 6 a 8 cubiertos.

Iola Morgan.

ADORNOS PARA BUDINES Y NATILLAS

(1) **almendras,** peladas, tostadas sin mantequilla y picadas se espolvorean encima del budín. Esta preparación queda muy bien con budín de azúcar quemada.

(2) báta'se **la clara de un huevo** a punto de nieve, añádase una cucharadita de **jalea de guayaba** y bátase bien. Usese la mezcla encima del postre como si fuera merengue. **En vez de guayaba** se pueden usar o pulpa de albaricoques secos, cocidos y colados, o conserva de duraznos o mermelada de naranja.

(3) **migas de torta, tostadas.**

(4) **migas de galletas "Graham".**

(5) **"Grapenuts"** (un cereal preparado).

SALSA DE CHOCOLATE (CON CACAO SOLUBLE)

2 tazas azúcar
⅛ cucharadita sal
10 cucharadas cacao soluble
3 cucharadas mantequilla
2/3 taza agua hirviendo
1 cucharadita vainilla
4 cucharadas melado de maíz (Karo)

Combínense el azúcar, la sal y el cacao. Añádase el agua ya mezclada con la mantequilla. Agréguese el melado y caliéntese todo hasta que rompa a hervir. Déjese hervir durante 5 minutos, ni más ni menos. Enfríese un poco y añádase la vainilla. 8 cubiertos.

Esta salsa se guarda perfectamente bien en la refrigeradora.

Elma Lundgren.

Salsa de chocolate rápida: derrítanse juntos en baño María 2 onzas de chocolate (4 cucharadas chocolate rallado) y 5 cucharadas de miel de abejas. Añádase una migajita de sal y menéese la mezcla hasta que esté lisa.

SALSA DE CHOCOLATE

½ taza agua hirviendo
½ taza azúcar
2 cucharaditas mantequilla
1 cucharadita vainilla
2 onzas chocolate (4 cucharadas chocolate rallado)

Viértase el agua encima del chocolate y cuézanse juntos hasta que el chocolate esté derretido y la mezcla se espese. Agréguese

PINEAPPLE DESSERT

1 cup brown sugar
½ cup butter
3 eggs, separated
¾ cup nut meats
1 cup (8 ounce can) crushed pineapple (see p. 223)
1 pound vanilla wafers or graham crackers

Cream butter and sugar together, add egg yolks, then pineapple and nut meats. Fold in stiffly beaten whites. Roll vanilla wafers (or graham crackers) fine. Put a layer in a 9 x 9 inch pan, add a layer of creamed mixture, then crumbs, and so on until all are used up. Pack down firmly; place in refrigerator until very cold and firm—over night is best. Serve, cut in squares, with whipped cream (see p. 249). Serves 6 or 8.

Iola Morgan.

TOPS FOR PUDDINGS OR CUSTARDS

(1) Blanched, chopped **almonds** are toasted in the frying pan — without butter. These are scattered over the surface of the pudding. Especially good with caramel pudding.

(2) **The white of an egg is beaten stiff,** and into it is beaten a teaspoonful of **guava jelly.** This is piled on the dessert like a meringue. Other flavors — dried, stewed, well drained apricot pulp; peach jam; orange marmalade.

(3) **Toasted cake crumbs.**

(4) **Graham cracker crumbs.**

(5) **Grapenuts** (prepared cereal).

SMOOTH CHOCOLATE SAUCE (WITH COCOA)

2 cups sugar
⅛ teaspoon salt
10 tablespoons cocoa
3 tablespoons butter
2/3 cup boiling water
1 teaspoon vanilla
4 tablespoons corn syrup

Mix sugar, salt and cocoa. Add water with butter melted in it. Add corn syrup. Bring to the boiling point; time it to boil exactly 5 minutes. Cool slightly, add vanilla. Serves 8.

This sauce keeps well in the refrigerator.

Elma Lundgren.

Quick Chocolate Sauce — melt together in a double boiler 2 ounces chocolate (4 tablespoons, grated) and 5 tablespoons honey. Add a few grains salt. Stir until smooth.

CHOCOLATE SAUCE

½ cup boiling water
½ cup sugar
2 teaspoons butter
1 teaspoon vanilla
2 ounces chocolate (4 tablespoons, grated)

Pour boiling water on chocolate and cook together, stirring constantly, until chocolate is melted and the mixture thickens. Add

el azúcar y cuézase unos minutos más. Añádanse la mantequilla y la vainilla.

Esta salsa se puede hacer de antemano. Se guarda perfectamente bien y se sirve con helados, budines, etc.

Mary Z. O'Connor.

SALSA DE AZUCAR QUEMADA

1 taza agua hirviendo **1 taza azúcar**

Extiéndase el azúcar con cuidado en una sartén de hierro o de aluminio, póngase la sartén al fuego, y muévese el azúcar constantemente con la cuchara hacia el centro de la sartén a fin de que resulte un melado liso y de color claro. Añádase el agua poco a poco y déjese cocer de 5 a 10 minutos. El azúcar se pondrá dura pero en pocos minutos se derretirá. Si, al enfriarse, la salsa queda muy espesa, no hay sino que añadirle un poquito de agua caliente y dejarse hervir de nuevo.

SALSA DE LIMON

2 tazas agua caliente
1 taza azúcar
2 cucharadas maicena
jugo y ralladura de 1 limón
2 cucharadas mantequilla

Mézclense el azúcar y la maicena y añádase, poco a poco, el agua, meneándose constantemente. Cuézase la mezcla durante 8 ó 10 minutos, agréguense el jugo, la ralladura y la mantequilla. Sírvase la salsa caliente.

SALSA DURA

¼ taza mantequilla
1 taza azúcar en polvo
1/3 cucharadita jugo de limón
2/3 cucharadita vainilla

Ablándese la mantequilla, añádase el azúcar poco a poco y luego el jugo y la vainilla.

Variedades: agréguense a la salsa 2 cucharaditas de ron o hágase la salsa con papelón, usándose una porción de éste para cada porción de mantequilla. (El papelón se debe raspar o rallar).

sugar and cook a few minutes longer. Blend in butter and vanilla.

This sauce may be made in advance. It keeps very well and can be used on ice cream, puddings, etc.

Mary Z. O'Connor.

CARAMEL SAUCE

1 cup boiling water **1 cup sugar**

Spread sugar evenly over iron or aluminum frying pan, place on stove, stir gently with a spoon, moving sugar constantly to the hottest part of pan until melted to a smooth, light brown syrup. Then very gradually add the boiling water and let simmer from 5 to 10 minutes. The sugar will again become hard, but will melt in a few minutes. If too thick when cold, add a little hot water and boil again.

LEMON SAUCE

2 cups hot water
1 cup sugar
1 lemon, rind and juice
2 tablespoons cornstarch
2 tablespoons butter

Mix sugar and cornstarch, add the boiling water gradually, stirring all the time. Cook 8 to 10 minutes, add lemon juice, grated rind and butter. Serve hot.

HARD SAUCE

¼ cup butter
1 cup powdered sugar
1/3 teaspoon lemon juice
2/3 teaspoon vanilla

Cream butter, add sugar gradually, then flavorings.

Variations: add 2 teaspoons rum, or make sauce using half butter, half "papelón". ("Papelón" must be scraped or grated).

PASTELERIA

PASTEL VENEZOLANO

4 tazas harina
2 tazas mantequilla
2 huevos
½ taza agua (aprox.)
½ taza azúcar en polvo
2 cucharaditas sal

Téngase la mantequilla a la temperatura del cuarto. Colóquese en una tabla y amásese con los demás ingredientes hasta que todo esté bien mezclado. Usese agua suficiente para obtener una masa bien unida pero no demasiado firme. Envuélvase con papel encerado y déjese enfriar en la refrigeradora hasta que esté firme (aprox. 1 hora). Extiéndase la masa en una tabla enharinada hasta que tenga ¼ pulgada (6 m.m.) de espesor. Amóldese la masa en forma de tartaletas, acomodándose por la parte exterior de los moldes de molletes, y tápense estos con otros moldes del mismo tamaño. Hornéense las tartaletas, boca abajo, a 350° F. (176° C.) hasta que se doren ligeramente. Una vez frías, rellénense con pollo en salsa blanca, espárragos, queso, etc. y sírvanse como primer plato o entremés. También las tartaletas se pueden rellenar con crema de chocolate, con natilla cocida, o con fresas, etc. machacadas y endulzadas. Sírvanse para la merienda o como postre, adornadas de crema de leche batida, si se desea.

Nota: las conchas se pueden guardar en un envase con tapa si no se rellenan inmediatamente, pero no se deben guardar más de 24 horas. Rellénense las conchas al momento de usarse.

Nena Pérez Canto.

TARTALETAS INGLESAS

30 gramos almendras molidas (3 cucharadas)
2 cucharadas mantequilla
2 cucharadas azúcar
¾ cucharada harina de arroz
conserva de frambuesa
¼ cucharadita ralladura de limón
un chorrito jerez
unas gotas esencia de almendras
1 huevo pequeño
la mitad de la receta de pastel venezolano (véase arriba)

Fórrense los moldes de molletes con la masa. Colóquese, adentro de cada concha, un poquito de la conserva. Ablándese la mantequilla y añádase el azúcar poco a poco. Agréguese el huevo y bátase bien la mezcla. Añádanse los demás ingredientes y mézclese todo muy bien. Póngase una cucharada de la mezcla en cada concha. Córtense tiras de la masa, tuérzanse éstas y colóquense a través de cada tartaleta. Hornéense las tartaletas a 425° F. (219° C.) hasta que estén levantadas y doradas y luego hornéense a 325° F. (163° C.) hasta que la masa esté bien cocida. Se obtienen 12 tartaletas.

Christina P. Worsfold.

PASTRY

RICH VENEZUELAN PASTRY

4 cups flour
2 eggs
2 cups butter
½ cup water (approx.)
½ cup icing sugar
2 teaspoons salt

Have butter at room temperature. Place on a board with rest of ingredients and knead all together until well blended. Use enough water to make a dough that is well blended but not too firm. Wrap in waxed paper and chill in the refrigerator until firm (approx 1 hour). Turn out on to a floured board and roll to ¼ inch thickness. Shape like tart shells—press dough around under side of muffin tins and cover with another tin the same size—and bake at 350° F. until lightly browned. When cool fill with creamed chicken, asparagus, cheese, etc., and serve as an entrée; or fill with chocolate cream, cooked custard or crushed, sweetened berries. Top with whipped cream, if desired, and serve for tea or as a dessert.

Note: if not used at once, the shells may be kept in a covered tin (not longer than 24 hours) and filled just before serving.

Nena Pérez Canto.

CONGRESS TARTS

1 ounce ground almonds, (3 tablespoons)
2 tablespoons butter
2 tablespoons sugar
¾ tablespoon rice flour
¼ teaspoon grated lemon rind
dash of sherry
few drops almond essence
1 small egg
raspberry jam
½ recipe for rich Venezuelan pastry (see above)

Line muffin pans with pastry dough. Put a very little jam in each. Cream butter and sugar, add unbeaten egg and beat well. Add rest of ingredients and mix thoroughly. Put a spoonful of mixture into each tart shell. Cut narrow strips of pastry, twist and lay across tarts. Cook in a hot oven (425° F.) until risen and brown and finish off in a cooler oven (325° F.) until pastry is cooked through. Makes 12 tarts.

Christina P. Worsfold.

DAMAS DE HONOR DE RICHMOND

4 huevos, bien batidos
¼ taza harina
1 taza azúcar
5 cucharadas mantequilla
1 taza almendras ralladas
1 cucharada jugo de naranja
1 cucharadita nuez moscada
conserva de frambuesa
una receta de pastel venezolano (véase p. 166)

Mézclese la harina con el azucar y añádase esto, poco a poco, a los huevos, previamente batidos hasta que estén livianos. Agréguese la mantequilla previamente ablandada. Mójense las almendras con el jugo, añádase esto a la mezcla de huevos y combínese todo. Agréguese la nuez moscada. Fórrense los moldes individuales con la masa extendida, delgada. Póngase en cada molde 1 cucharada de conserva y llénese, casi hasta el borde, con la mezcla de huevos y almendras. Hornéense las tartaletas a 400° F. (204° C.) durante 10 minutos (aprox.). Bájese la temperatura a 350° F. (176° C.) y hornéense durante otros 10 minutos o hasta que el relleno esté firme. Se obtienen 24 tartaletas.

BIZCOCHO ESCOCES

1 taza mantequilla
½ taza azúcar
4 tazas harina

Ablándese la mantequilla y añádase el azúcar poco a poco, batiéndose bien. Agréguese la harina por poquitos, trabajándose la masa lo menos posible. Acomódese la masa en dos moldes cuadrados de 9 pulgadas (23 cm.) cada uno y forrados de papel encerado y córtese en cuadrados de 1½ pulgadas (3½ cm.) a fin de que se puedan separar estos después de hornearse la masa. Hínquese cada cuadrado con un tenedor. Hornéese la masa a 350° F. (176° C.) hasta que esté ligeramente dorada.

Nota: si se usa mantequilla sin sal es preciso añadirse un poquito de ésta.

Una receta danesa parecida a la escocesa: Sobres (Konvolutter) — mézclense con las manos, manipulándose lo menos posible, ½ taza mantequilla, ½ taza azúcar y 2 tazas harina. Extiéndase la masa hasta que tenga ¼ pulgada (6 mm.) de espesor y córtese en cuadrados de 2 pulgadas (5 cm.). Colóquense en cada cuadrado 3 pasas previamente pasadas por agua caliente y secadas. Dóblese cada cuadrado en forma de un triángulo, colóquense éstos en un latón de hornear, sin grasa, y hornéense según la receta anterior. Se obtienen 4 docenas (aprox.).

Ingeborg Mortensen.

PALILLOS DE QUESO

1 taza harina
½ taza mantequilla
½ taza queso rallado
½ cucharadita paprika
½ cucharadita polvo "Royal"
1 huevo
una pizca sal

Ablándese la mantequilla; agréguense los demás ingredientes y amásese todo muy bien. Déjese reposar durante 10 minutos. Extiéndase la masa hasta que tenga ¼ pulgada (6 mm.) de espesor, píquese en tiras de 4 pulgadas (10 cm.) de largo por ¼ pulgada (6 mm.) de ancho, espolvoréense éstas con sal y cuézanse en un horno caliente durante 10 minutos.

Vi Grindlay.

RICHMOND MAIDS OF HONOR

4 eggs beaten until light
¼ cup flour
1 cup sugar
5 tablespoons butter
1 cup almonds, grated
1 tablespoon orange juice
1 teaspoon nutmeg
raspberry jam
one recipe for rich Venezuelan pastry (see p. 167)

Mix flour, sugar and add gradually to eggs, beating well after each addition. Add butter, which has been softened. Moisten almonds with orange juice, add to egg mixture and blend thoroughly. Add nutmeg. Line patty pans with thinly rolled pastry. Put 1 tablespoon of jam in the bottom, fill almost to the top with egg-nut mixture and bake at 400° F. for about 10 minutes. Reduce heat to 350° F. and bake another 10 minutes or until filling is firm to the touch. Yield, 24 tarts.

SCOTCH SHORTBREAD

1 cup butter
½ cup sugar
4 cups flour

Cream butter and sugar thoroughly and gradually work in the flour. Handle the dough as little as possible. Press into two 9 x 9 inch tins lined with waxed paper and cut into 1½ inch squares so that it may be broken on these divisions after baking. Prick each square with a fork. Bake until delicately brown for 25 to 30 minutes in a moderate oven (350° F.).

Note — this recipe does not call for salt, but if sweet butter is used, a little must be added.

A Danish recipe somewhat similar to the above: Envelopes (Konvolutter) — Mix together with the fingers, handling as little as possible, ½ cup butter, ½ cup sugar, 2 cups flour. Roll ¼ inch thick, cut into 2-inch squares. Place on each square 3 raisins which have been plumped in hot water and well dried. Fold into a triangle, place on ungreased cooky sheet, bake as above. Makes about 4 dozen.

Ingeborg Mortensen.

CHEESE STICKS

1 cup flour
½ cup butter
½ cup grated cheese
½ teaspoon paprika
½ teaspoon baking powder
1 egg
pinch of salt

Soften butter, add other ingredients and blend well. Allow to stand 10 minutes. Roll out to ¼-inch thickness, cut in strips (4 inches long by ¼ inch wide), sprinkle with salt and bake 10 minutes in a hot oven.

Vi Grindlay.

EMPANADAS

3 ¾ tazas harina
½ taza mantequilla
2 yemas de huevo
1 cucharadita polvo "Royal"
sal al gusto
agua fría
guiso de jamón o pollo, o cualquier conserva

Póngase la harina en una tabla, añádanse la mantequilla (apartándose 1 cucharada), las yemas, el polvo y la sal y amásese todo muy bien, agregándose agua suficiente para obtener una masa firme pero no pegajosa. Fórmese una pelota con la masa, tápese con un paño y déjese reposar durante 10 minutos. Extiéndase la masa hasta que tenga un espesor de ¼ pulgada (6 mm.), úntese con un poco de la mantequilla apartada, dóblese como un pañuelo y déjese reposar durante 10 minutos. Repítase este procedimiento una vez más. Extiéndase la masa hasta que esté muy delgada y córtese en redondeles de 3 pulgadas (7 cm.). Colóquese en cada redondel un poquito del guiso o de la conserva y dóblese el redondel por la mitad. Humedézcanse las orillas para que se peguen bien. Fríanse las empanadas en aceite abundante y caliente.

Mercedes E. de Rodríguez.

PASTEL DE MANZANAS SECAS

¼ kilo manzanas secas
1 taza azúcar (más al gusto)
mantequilla
nuez moscada
masa para pastel de 2 capas (véase p. 237)

Sepárense de las manzanas los restos de la corteza y los pedacitos duros. Lávense bien y remójense con agua fresca durante varias horas o desde la víspera.

Prepárense ambas capas para el pastel. Pónganse las manzanas dentro de la capa inferior y añádase ¼ taza del agua del remojo. Agréguense el azúcar y la nuez moscada y adórnese con punticos de mantequilla. Cúbrase con la capa superior y cuézase en un horno caliente de 400° F. (204° C.) durante 1 hora (aprox.).

Mary B. Wheeler.

PASTEL DE PASAS

1 taza jugo de naranja
2/3 taza agua
¼ cucharadita sal
3 cucharadas maicena
1 cucharada harina
3 cucharadas jugo de limón
½ taza miel de abejas
ralladura de ½ naranja
1 2/3 taza pasas sin semillas
1 cucharada mantequilla
masa para pastel de 2 capas (véase p. 237)

Combínense los jugos, el agua, la miel, la sal y la ralladura y caliéntense hasta que la mezcla rompa a hervir. Mójese la maicena con un poco de agua fría y agréguese a la mezcla caliente. Lávense las pasas, agréguense a la mezcla caliente y apártese ésta del fuego. Fórrese un molde hondo de pastel con la masa, espolvoréese con harina, añádase el relleno y adórnese con punticos de mantequilla. Cúbrase con la otra capa de masa y hornéese a 425° F. (218° C.) durante 35 minutos. Sírvase el pastel o caliente o frío. Tiene mejor gusto cuando esté frío. 8 cubiertos.

Elizabeth Sykes.

"EMPANADAS"

3¾ cups flour
½ cup butter
2 egg yolks
1 teaspoon baking powder
salt to taste
cold water
ham or chicken stew, or jam

Place flour on a board and gradually work in butter (reserving 1 tablespoon), egg, salt and baking powder, using water enough to produce a firm, but not sticky, dough. Shape dough into a ball, cover with a cloth and allow to stand for 10 minutes. Roll out thin, spread with some of the reserved butter, fold like a handkerchief, and allow to stand another 10 minutes. Repeat this procedure once more. Roll out thin, cut into 3-inch rounds and place a little ham, chicken or jam on one half of each round. Moisten edges, fold over top half and press edges firmly together. Fry in deep oil.

Mercedes E. de Rodríguez.

DRIED APPLE PIE

½ pound dried apples
1 cup sugar (more to taste)
butter
nutmeg
pastry for double crust (see p. 253)

Clean all hard bits and skin from apples. Wash thoroughly and soak in fresh water for several hours or overnight.

Prepare both crusts. Place apples in the lower crust and add about ¼ cup of water in which apples have soaked, sugar and nutmeg. Dot with butter. Top with crust and bake in a hot oven (400° F.) for about 1 hour.

Mary B. Wheeler.

RAISIN PIE

1 cup orange juice
2/3 cup water
¼ teaspoon salt
3 tablespoons cornstarch
1 tablespoon flour
3 tablespoons lemon juice
½ cup honey
grated rind of ½ orange
1 ⅔ cups seedles raisins
1 tablespoon butter
pastry for double crust (see p. 253)

Combine juices, water, honey, salt and grated rind and heat to the boiling point. Moisten cornstarch with a little cold water and add it to the hot mixture. Rinse raisins, stir them into the hot mixture and remove from the fire. Line a deep pie pan with pastry, sprinkle with flour, add filling and dot with butter. Cover with top crust and bake at 425° F. for 35 minutes. Serve hot or cold, preferably cold. Serves 8.

Elizabeth Sykes.

PASTEL DE LIMON (FACIL)

1 pote leche condensada
jugo de 2 limones
2 huevos
2 cucharadas azúcar
cáscara rallada de 1 limón
masa para pastel de 1 capa (véase p. 239)

Combínense bien la leche, el jugo y la cáscara. Añádanse las yemas de huevo, ligeramente batidas. Viértase la mezcla dentro de la concha de pastel, ya cocida. Cúbrase con un merengue previamente hecho de las claras de huevo, batidas a punto de nieve, con el azúcar. Cuézase el pastel en un horno lento hasta que esté ligeramente dorado. Déjese enfriar antes de servirse.

Elena M. Brineman.

PASTEL DE MANI Y "BUTTERSCOTCH"

1 taza azúcar morena
3 cucharadas maicena
2 yemas de huevo
¼ taza agua fría
2 tazas leche
3 cucharadas pasta de maní
1 cucharada mantequilla
masa para pastel de 1 capa (véase p. 239)

Bátanse juntos el azúcar, la maicena, las yemas y el agua. Escáldese la leche en un baño María, agréguese ésta poco a poco a la mezcla de maicena. Añádase la pasta de maní y la mantequilla y cuézase en baño María, meneándose constantemente, hasta que la mezcla se espese y no le quede ningún sabor de maicena. Enfríese un poco y viértase en la concha de pastel ya cocida. Déjese enfriar y cúbrase con crema de leche batida (véase p. 233). Este pastel es empalagoso y debe servirse en raciones menudas.

EASY LEMON PIE

1 can condensed milk
juice of 2 lemons
grated rind of 1 lemon
2 eggs, separated
2 tablespoons sugar
pastry shell (see p. 253)

Combine thoroughly milk, lemon juice and rind. Add egg yolks, lightly beaten. Pour into baked pastry shell. Cover with meringue made of stiffly beaten whites and sugar. Bake in a slow oven until slightly brown. Chill before serving.

Elena M. Brineman.

PEANUT-BUTTERSCOTCH PIE

1 cup brown sugar
3 tablespoons cornstarch
2 egg yolks
¼ cup cold water
2 cups milk
3 tablespoons peanut butter
1 tablespoon butter
pastry shell (see p. 253)

Beat together sugar, cornstarch, egg yolks and water. Scald milk in a double boiler and add to cornstarch mixture gradually. Return to double boiler, add peanut butter and butter and cook until thickened and no taste of starch remains, stirring constantly. Cool slightly and pour into a baked pastry shell. Cool and top with whipped cream (see p. 249). This pie is very rich; serve in small portions.

TORTAS Y GALLETAS

PAN DE JENGIBRE

1 taza melaza (véase p. 222)
1/3 taza mantequilla
2⅓ tazas harina
½ cucharadita sal
1½ cucharadita bicarbonato
2 cucharaditas jengibre
½ cucharadita canela
¼ cucharadita clavos
¼ cucharadita nuez moscada
1 cucharadita vainilla
1 taza leche cortada (véase p. 235)
1 huevo, bien batido

Si se corta la leche con jugo de limón, prepárese esto con ½ hora de anticipación. Caliéntese la melaza junto con la mantequilla hasta que la mezcla rompa a hervir y enfríese un poco. Ciérnanse juntos los ingredientes secos. Agréguese la mezcla de melaza y entonces la leche. Añádanse la vainilla y el huevo, batiéndose todo durante 1 ó 2 minutos. Viértase la mezcla en un molde de 9 x 9 pulgadas (23 x 23 cm.), bien enmantequillado, y hornéese a 375° F. a 400° F. (190° C. a 204° C.) durante 30 ó 40 minutos.

También se puede hornear la mezcla en los moldes de molletes. Se obtienen 18 molletes grandes.

Si se desea, se pueden añadir algunas pasas. Espárzanse éstas encima de la mezcla antes de hornearse ésta.

Dorothy Kamen-Kaye.

Pan de jengibre con agua caliente — 2 huevos, ¾ taza melaza, ¾ taza azúcar morena o blanca, ¾ taza grasa derretida (Crisco o mantequilla), 2½ tazas harina, 2½ cucharaditas polvo "Royal", ¾ cucharadita bicarbonato, 2 cucharaditas jengibre, 1½ cucharadita canela, ½ cucharadita clavos, ½ cucharadita nuez moscada, 1 taza agua hirviendo, una pizca sal. Combínese el azúcar, la melaza y la grasa; añádanse los huevos y los ingredientes secos, previamente cernidos juntos. Agréguese el agua. Viértase la mezcla en un molde grande y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 40 minutos; o viértase en los moldes de molletes y hornéese durante 25 minutos (aprox.).

Mary B. Wheeler.

Azucarados para el pan de jengibre — éstos adornan el pan y lo varían. **(1)** Mezcla espumosa de queso crema y naranja — bátanse juntos 3 onzas (⅓ taza) de queso crema, 1 cucharada de jugo de naranja y 1 cucharada de leche; incorpórese ½ cucharadita de ralladura de naranja. **(2)** Jalea espumosa — bátase a punto de nieve una clara de huevo y añádase ¼ taza de jalea de grosella, o de manzana o de guayaba. **(3)** Azucarado de frutas — mézclense 2½ tazas de albaricoques en pote (pote Nº 2) con su almíbar, 1 taza de azúcar y 1/3 taza de agua caliente; cuézase la mezcla hasta que esté en punto de jalea y enfríese un poco. Colóquese encima del pan caliente unas rebanadas de cambur y viértase encima de éstas la mezcla de albaricoques. (Se puede usar también la salsa de albaricoques sola). **(4)** Píquese el pan en dos capas y rellénese con queso crema y dátiles picados; con helado de vainilla; con salsa fría de manzanas; con pasta de manzanas, fría; o con crema de leche batida (sencilla o mezclada con ralladura de naranja). **(5)** Se recomienda para el pan de jengibre cualquiera salsa espumosa. Puede ser ésta de naranja, de almendras, de vainilla o de coñac.

CAKES AND COOKIES

GOLDEN GINGERBREAD

1/3 cup butter
1 cup molasses (see p. 223)
2⅓ cups flour
½ teaspoon salt
1½ teaspoons soda
1 cup sour milk (see p. 251)
2 teaspoons ginger
½ teaspoon cinnamon
¼ teaspoon clove
¼ teaspoon nutmeg
1 teaspoon vanilla
1 egg, well beaten

If milk is to be soured with lemon juice, prepare it a half hour before beginning to make the gingerbread. Heat molasses and butter to the boiling point; cool. Meanwhile mix and sift together all the dry ingredients. Add molasses with butter to these, then the milk. Add vanilla and egg, beat vigorously a minute or two. Bake in a well buttered 9 x 9 inch pan for 30 to 40 minutes in a 375° F. to 400° F. oven.

This recipe yields 18 large cupcakes.

If raisins are added, sprinkle them on the surface just before placing gingerbread in oven.

Dorothy Kamen-Kaye.

A good Hot Water Gingerbread — 2 eggs, ¾ cup molasses, ¾ cup brown or white sugar, ¾ cup melted shortening (Crisco or butter), 2½ cups flour, 2½ teaspoons baking powder, ¾ teaspoon soda, 2 teaspoons ginger, 1½ teaspoons cinnamon, ½ teaspoon cloves, ½ teaspoon nutmeg, 1 cup boiling water, pinch salt. Add beaten eggs to sugar, molasses and melted shortening; add flour sifted with other dry ingredients; add hot water last. Bake in large pan in a moderate oven (350° F.) about 40 minutes, or as cupcakes about 25 minutes.

Mary B. Wheeler.

Toppings for Gingerbread — to dress it up and give variety. **(1)** Fluffy orange cream cheese — beat together 3 ounces of cream cheese (½ cup) 1 tablespoon orange juice, 1 tablespoon milk; fold in ½ teaspoon grated orange rind. **(2)** Foamy jelly — beat stiff one egg white, add ¼ cup currant, apple or guava jelly, beat until it stands in peaks. **(3)** Fruit frosting — mix 2½ cups canned apricots (no. 2 can) with their syrup, 1 cup sugar, 1/3 cup hot water; boil until thick like jam; cool. Put banana slices on hot gingerbread, pour apricot mixture over all. (Or use apricot sauce alone). **(4)** Split gingerbread and fill like a sandwich with cream cheese and chopped dates; with vanilla ice cream; with cold apple sauce; with apple butter; with whipped cream (plain or with grated orange peel in it). **(5)** A foamy pudding sauce is good, flavored with orange, almond, vanilla or brandy.

TORTA CRIOLLA DE QUESO

1 taza azúcar — **1 cucharadita polvo "Royal"**
3 tazas (¼ kilo) queso blanco (llanero) rallado
8 huevos

Las yemas y las claras se baten separadamente, luego se reunen y se les añade el azúcar y el queso rallado. Se bate todo muy bien y se agrega el polvo "Royal". Se hornea la mezcla en un molde enmantequillado en un horno caliente de 400° F. (149° C.) durante 45 minutos o hasta que esté dorada; la torta está lista cuando un palillo, al introducirse en el centro de la torta, sale seco. Se sirve la torta en cuadrados.

Belén de Behrens.

Otra receta: 6 tazas (½ kilo) queso blanco (llanero) rallado, 2¼ tazas (½ kilo) azúcar, 5 huevos, 2 cucharadas harina, 4¼ tazas (1 litro) leche. Colóquense el queso rallado y el azúcar en un tazón, añádase la leche y déjese reposar durante una hora. Añádanse la harina y los huevos batidos. Viértase la mezcla en un molde enmantequillado y hornéese a 300° F. (149° C.) durante 2 horas o hasta que esté lista (véase arriba). También se puede hornear la mezcla en 2 moldes de 9 x 9 pulgadas (23 x 23 cm.).

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

TORTA ESPONJOSA

1¼ taza azúcar — **1 cucharadita vainilla**
1 taza agua — **1 cucharadita jugo de limón**
6 huevos — **1 taza harina**
1 cucharadita crémor tártaro

Hágase un almíbar con el azúcar y el agua y cuézase hasta que esté en punto de hilo. Viértase encima de las claras de huevo, batidas a punto de nieve, batiéndose la mezcla hasta que esté fría. Añádanse las yemas, bien batidas, la vainilla y el jugo de limón. Ciérnanse juntos la harina y el crémor tártaro e incorpórense en la mezcla. No se debe batir la mezcla. Hornéese a 320° F. (160° C.) en un molde de "chimenea" durante 20 a 30 minutos. Colóquese el molde boca abajo y déjese enfriar la torta antes de sacarse del molde.

Esta torta se guarda muy bien y queda sabrosa cubierta de jalea, conserva, helado o una salsa dulce.

Anna Gibson.

TORTA ESPONJOSA "HUNTING LODGE"

2 tazas azúcar — **1 cucharadita polvo "Royal"**
1 taza leche hirviendo — **ralladura de 1 limón**
4 huevos — **una pizca sal**
2 tazas harina (medidas antes de cernir)

Esta torta resulta húmeda y firme, no seca y espumosa. Se guarda bien durante varios días.

Póngase el azúcar en un tazón y viértase la leche encima. Añádase la sal y déjese la mezcla enfriar un poco. Agréguense las yemas de huevo y bátase la mezcla con el batidor mecánico hasta que esté liviana y de color claro. Ciérnanse juntos tres veces

VENEZUELAN CHEESE CAKE

1 cup sugar — **1 teaspoon baking powder**
3 cups (about ½ pound) grated white cheese ("llanero")
8 eggs, separated

Beat yolks and whites of eggs separately, then add yolks to whites. Add sugar and cheese and beat well. Fold in baking powder. Bake in a buttered mold in a hot oven (400° F.) for 45 minutes or until cake is browned and a toothpick inserted in the center comes out clean. Cut into squares to serve.

Belén de Behrens.

Another recipe: 6 cups (about 1 pound) grated white cheese ("llanero"), 2¼ cups sugar, 5 eggs, 2 tablespoons flour, 4¼ cups milk. Place the grated cheese in a bowl, add sugar and milk and allow to stand for an hour. Add flour and beaten eggs. Pour into a buttered mold and bake at 300° F. for 2 hours or until a toothpick inserted in the center comes out clean. (Two 9 x 9-inch pans may be used for the baking).

Beatriz S. de Vaamonde Santana.

SPONGE CAKE

1¼ cups sugar — **1 teaspoon vanilla**
1 cup water — **1 teaspoon lemon juice**
6 eggs, separated — **1 cup flour**
1 teaspoon cream of tartar

Boil sugar and water until the mixture spins a thread. Pour gradually onto stiffly beaten egg whites and beat until cold. Blend in well beaten yolks, vanilla and lemon juice. Sift flour and cream of tartar together and fold into mixture. Do not beat. Bake in a chimney pan for 20 to 30 minutes in a 320° F. oven. Invert pan and cool before removing cake. This cake keeps well and is very good served with jelly, jam, ice cream or a sweet sauce on top.

Anna Gibson.

HUNTING LODGE SPONGE CAKE

2 cups sugar — **1 teaspoon baking powder**
1 cup boiling milk — **grated rind of a lemon**
4 eggs, separated — **pinch salt**
2 cups flour (measured before sifting)

This is a firm, moist cake—not a dry, fluffy sponge. It keeps well for several days.

Measure sugar into a bowl and pour milk over it. Add salt. When this is cool, add egg yolks and beat with rotary beater until light and lemon-colored. Sift the measured flour three times with

la harina y el polvo "Royal" y agréguese esto a la mezcla de las yemas, revolviéndose todo rápida y ligeramente. Añádase la ralladura e incorpórense las claras de huevo batidas a punto de nieve. Viértase la mezcla en un molde de 14 x 20 pulgadas (35 x 50 cm.), forrado de papel encerado, y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 45 minutos (aprox.). La torta está lista cuando se dore y se desprende de los lados del molde. Sáquese del molde sin invertirse, usándose una espátula. Quítese el papel cuando la torta esté un poco fría. Para servirse, rómpase en pedazos con un tenedor.

Bettie Blanche Cowley.

ENROLLADO DE CHOCOLATE

5 huevos
1 taza azúcar en polvo
3 cucharadas cacao soluble
1 cucharada vainilla
una migajita sal

Bátanse bien las yemas de huevo y agréguense el azúcar, el cacao, la sal y la vainilla. Incorpórense las claras de huevo batidas a punto de nieve. Extiéndase la mezcla en un molde chato, previamente enmantequillado y forrado de papel encerado. Hornéese a 350° F. (176° C.) durante 10 minutos. Sáquese del molde y colóquese sobre un paño húmedo. Quítese el papel y córtense las orillas. Untese con 1 taza de crema de leche, ya batida con ¼ taza de azúcar granulada, o con relleno de menta (véase p. 186). Enróllese antes de que se enfríe y colóquese dentro de la refrigeradora, envuelta en el paño, durante 1 hora. Empólvese con azúcar antes de servirse. 6 cubiertos.

Mary Z. O'Connor.

TORTA DE DULCE DE CHOCOLATE

3 huevos
1¼ taza azúcar
1 taza crema de leche cortada (véase p. 235)
1 cucharadita bicarbonato
1¼ taza harina para tortas
112 gramos chocolate amargo, (½ taza chocolate rallado)
una pizca sal
1 cucharada agua hirviendo
1 cucharadita vainilla

Bátanse las claras de huevo a punto de nieve y agréguese el azúcar. Bátase la mezcla durante 5 minutos y añádanse las yemas previamente bien batidas. Agréguense la mitad de la crema y la harina. Deslíase el chocolate y añádase a éste, poco a poco, el resto de la crema. Combínense las dos mezclas. Agréguense la sal, el bicarbonato desleído en el agua hirviendo, y la vainilla. Viértase la mezcla en un molde cuadrado de 8 x 8 x 2 pulgadas (20 x 20 x 5 cm.) y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 50 minutos. También se puede hornear en dos moldes de capas de a 8 pulgadas (20 cm.). En tal caso, hornéese durante 25 ó 30 minutos y úntense las capas con azucarado de chocolate o de vainilla.

Mary Z. O'Connor.

the baking powder and sift again into the sugar-milk-egg mixture, stirring lightly and quickly. Add grated rind of lemon. Beat egg whites stiff and fold in lightly but thoroughly. Pour into a pan about 14 x 20 inches lined with waxed paper and bake in a 350° F. oven about ¾ hour. When the cake is golden brown, springs back when touched and shrinks from the sides of the pan, it is done. Slip it out of the pan with a spatula, top up. When it has cooled a little, pull the paper off. Serve broken in pieces with a fork.

Bettie Blanche Cowley.

CHOCOLATE ROLL

5 eggs, separated
1 cup powdered sugar
3 tablespoons cocoa
1 tablespoon vanilla
few grains salt

To well beaten egg yolks, add sugar, cocoa, salt and vanilla. Fold in stiffly beaten egg whites. Spread in a shallow pan that has been buttered and lined with waxed paper. Bake for 10 minutes in a moderate oven (350° F.). Remove from pan and place on a damp cloth. Remove paper and crisp edges. Spread with 1 cup of heavy cream which has been whipped with ¼ cup of granulated sugar or with Peppermint Filling (see p. 187). Roll like a jelly roll while still warm. Place in the refrigerator, in the cloth, for 1 hour. Sprinkle with powdered sugar before serving. Serves 6.

Mary Z. O'Connor.

FUDGE CAKE

3 eggs, separated
1¼ cups sugar
1 cup sour cream (see p. 251)
1 teaspoon soda
1 tablespoon boiling water
1¼ cups cake flour
4 squares chocolate or 8 tablespoons chocolate
few grains salt
1 teaspoon vanilla

Add sugar to stiffly beaten egg whites. Beat 5 minutes, then add well beaten yolks. Stir in ½ cup of the sour cream and the flour. Melt chocolate. Add to it the other ½ cup of sour cream, gradually. Combine the two mixtures. Add salt, soda dissolved in boiling water, and vanilla. Bake in a loaf pan (8 by 8 by 2 inches) at 350° F. for 50 minutes. Or bake in two 8-inch layer pans for 25 to 30 minutes. If baked in layers, frost with vanilla or chocolate frosting.

Mary Z. O'Connor.

TORTA DE CHOCOLATE (PARA FIESTA)

2½ tazas harina "Swansdown"
1 cucharadita bicarbonato
¼ cucharadita sal
1 taza leche cortada (véase p. 235)
5 huevos, bien batidos
1 taza mantequilla o Crisco
2 tazas azúcar
84 gramos chocolate amargo derretido (6 cucharadas chocolate rallado)
2 cucharaditas vainilla

Ciérnase la harina, mídase y agréguense el bicarbonato y la sal y ciérnase esto tres veces. Ablándese la mantequilla y añádase el azúcar poco a poco, batiéndose bien. Agréguense los huevos, mézclese todo muy bien e incorpórese el chocolate. Agréguese la harina alternativamente con la leche, por poquitos, batiéndose la mezcla hasta que esté lisa. Añádase la vainilla. Viértase la mezcla en tres moldes de a 9 pulgadas (23 cm.) y cuézase en un horno moderado de 325° F. (163° C.) durante 20 minutos (aprox.).

Ivy Bogle.

TORTA DE CHOCOLATE "DIABLO"

2/3 taza mantequilla
2 tazas azúcar
3 huevos, bien batidos
1 taza leche
1 taza cacao soluble
3 tazas harina para tortas
1 tableta levadura Fleischman disuelta en ¼ taza agua tibia
1 cucharadita bicarbonato
¼ taza agua tibia
1 cucharadita vainilla

Ablándese la mantequilla y añádase el azúcar poco a poco. Agréguense los huevos y bátase la mezcla hasta que esté liviana y espumosa. Ciérnase la harina, mídase y ciérnase junto con el cacao. Añádase esto a la primera mezcla alternando con la leche. Agréguense la levadura disuelta y la vainilla. Cúbrase la mezcla con papel grueso encerado, o tápese, y déjese en la refrigeradora durante 1 ó 2 días. Antes de hornearse, añádase el bicarbonato desleído en el agua tibia y mézclese bien. Viértase la mezcla en 4 moldes de capas de a 8 pulgadas (20 cm.), engrasados, o en 3 de a 9 pulgadas (23 cm.) y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 30 ó 40 minutos.

Iola Morgan.

TORTA FINA DE TERESITA

1 taza azúcar
½ taza mantequilla
2 tazas harina (medidas antes de cernir)
1 cucharadita polvo "Royal"
⅛ cucharadita sal
½ taza leche
4 huevos
1 cucharadita vainilla

Ablándese la mantequilla y agréguese el azúcar poco a poco, batiéndose hasta que la mezcla esté liviana y espumosa. Añádanse las yemas, una por una, mezclándose muy bien. Ciérnanse juntos, tres veces, la harina, la sal y el polvo "Royal" y agréguese esto a la primera mezcla, alternando con la leche. Añádase la vainilla e incorpórense las claras de huevo batidas a punto de nieve. Viértase la mezcla en un molde de "chimenea", engrasado,

CHOCOLATE HOLIDAY CAKE

2½ cups Swansdown flour
1 teaspoon soda
¼ teaspoon salt
1 cup shortening
1 cup sour milk (see p. 251)
2 cups sugar
5 eggs, well beaten
2 ounces bitter chocolate, melted (6 tablespoons grated chocolate)
2 teaspoons vanilla

Sift flour, measure, add soda and salt and sift together three times. Cream butter thoroughly, add sugar gradually and cream well. Add eggs and beat well, then chocolate. Add flour alternately with milk, a small amount at a time, beating after each addition until smooth. Add vanilla. Bake in three greased 9-inch layer pans in a very moderate oven (325° F.) about 20 minutes.

Ivy Bogle.

YEAST DEVIL'S FOOD CAKE

2/3 cup butter
2 cups sugar
3 eggs, well beaten
1 cup milk
1 cup cocoa
3 cups cake flour
1 yeast cake soaked in ¼ cup warm water
1 teaspoon baking soda in ¼ cup warm water
1 teaspoon vanilla

Cream butter and sugar. Add eggs and beat until light and fluffy. Sift flour, measure and sift with cocoa. Add this to the creamed mixture alternately with the milk. Mix in the dissolved yeast and the vanilla. Cover with heavy waxed paper or cap and store in the refrigerator for one or two days. Before baking, add soda dissolved in warm water and mix well. Pour into four 8-inch or three 9-inch oiled cake tins and bake at 350° F. for 30 to 40 minutes.

Iola Morgan.

TERESITA'S FINE CAKE

1 cup sugar
½ cup butter
2 cups flour (measured before sifting)
1 teaspoon baking powder
⅛ teaspoon salt
½ cup milk
4 eggs, separated
1 teaspoon vanilla

Cream butter well and add sugar gradually, beating until light and fluffy. Add egg yolks one by one, beating each in well. Sift flour, salt and baking powder twice and sift into above mixture alternately with milk—mixing well but lightly. Add vanilla. Fold in stiffly beaten egg whites. Turn into a greased and floured "chimney" pan and bake at 350° F. until brown and shrunken from

y hornéese a 350° F. (176° C.) hasta que se dore y se desprende del molde. Esta receta se recomienda para una torta de cumpleaños. Es rica y no muy costosa.

María Teresa Betancourt S. de Ferris.

PASTA DE ARENA

4 tazas sulú de papas
2¼ tazas mantequilla
2 cucharaditas polvo "Royal"
2¼ tazas azúcar
10 huevos
1 cucharadita vainilla
¼ cucharadita sal

Se ablanda la mantequilla, se le va agregando el azúcar por poquitos, batiendo muy bien. Se añade la vainilla y los huevos, uno a uno, batiendo muy bien después de agregar cada huevo. Por último se añaden el sulú, el polvo y la sal, ya cernidos juntos y por poquitos, hasta conseguir un batido bien grueso. Si es necesario, se puede agregar un poco de leche para que el batido se pueda menear. Esto depende del tamaño de los huevos y la condición del sulú. Se hornea a 350° F. (176° C.) durante una hora (aprox.).

María Hinde.

TORTA DE PASAS CON ESPECIAS

1 taza pasas
2 tazas agua
½ taza mantequilla
1¾ taza harina
½ cucharadita sal
1 cucharadita bicarbonato
1 taza azúcar
1 huevo, bien batido
1 cucharadita de canela, otra de clavos y otra de nuez moscada

Hiérvanse las pasas en el agua durante 10 minutos. Añádase la mantequilla y enfríese la mezcla. Ciérnanse juntos la harina, la sal, el azúcar, el bicarbonato y las especias. Combínense estos con la mezcla de pasas. Agréguese el huevo. Cuézase la mezcla en un horno moderado de 350° F. (176° C.) durante 40 minutos. Si se desea, añádase ½ taza de nueces picadas. Sírvase la torta sola o con cualquier azucarado.

Eleanor D. Brisley.

TORTA ESPECIADA DE CIRUELAS PASAS (O DATILES)

½ taza mantequilla
1 taza azúcar morena
2 huevos, bien batidos (ó 3 si son pequeños)
1 taza ciruelas pasas (o dátiles) picaditas
2 tazas harina para tortas
1 taza nueces picadas
1 taza leche cortada, (véase p. 235)
1 cucharadita bicarbonato
1 cucharadita clavos
½ cucharadita de jengibre, otra de canela, otra de pimienta guayabita una pizca de sal

Ablándese la mantequilla y agréguese el azúcar poco a poco. Añádanse los huevos. Ciérnase y mídase la harina, luego ciérnase junto tres veces con el bicarbonato, la sal y las especias. Agréguese esto a la primera mezcla, alternando con la leche. Incorpórense las ciruelas pasas (o los dátiles), enharinadas, y las nueces. Viértase la mezcla en un molde de "chimenea" y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 45 ó 50 minutos. Cúbrase con azucarado espumoso (véase p. 190).

Vi Grindlay.

sides of pan. This recipe is good for a birthday cake. It is rich, like a pound cake, but less expensive to make.

María Teresa Betancourt S. de Ferris.

SAND CAKE

3⅔ cups potato flour
2 cups butter
1¾ teaspoons baking powder
2 cups sugar
9 eggs
¼ teaspoon salt
1 teaspoon (scant) vanilla

Cream butter and sugar, adding sugar gradually and beating well. Blend in vanilla and eggs, one at a time, beating well after each addition. Sift together flour, salt and baking powder and stir into the mixture little by little. The batter should be very heavy. Add a little milk if necessary, so as to be able to stir the batter. This will depend on the size of the eggs and the condition of the potato flour. Bake at 350° F. for about one hour.

María Hinde.

RAISIN SPICE CAKE

1 cup raisins
2 cups water
½ cup butter
1¾ cups flour
½ teaspoon salt
1 teaspoon soda
1 cup sugar
1 egg, well beaten
1 teaspoon each of cinnamon, cloves and nutmeg

Boil raisins in water for 10 minutes. Add butter and cool. Sift flour with salt, sugar, soda and spices. Stir into raisin mixture. Blend in the egg. Bake 40 minutes in a moderate oven (350° F.). ½ cup chopped nuts may be added. Serve plain or with any desired frosting.

Eleanor D. Brisley.

PRUNE (OR DATE) SPICE CAKE

½ cup butter
1 cup brown sugar
2 well beaten eggs (a third, if small)
2 cups cake flour
1 cup finely chopped prunes or dates
1 cup chopped walnuts
1 cup sour milk (see p. 251)
1 teaspoon soda
1 teaspoon cloves
½ teaspoon each of ginger, allspice and cinnamon
a pinch of salt

Cream butter and add sugar gradually. Add beaten eggs. Sift and measure flour, then sift three times with soda, salt and spices. Add to first mixture alternately with milk. Stir in floured prunes, or dates, and nuts. Bake in a "chimney" pan at 350° F. 45 to 50 minutes. Frost with Seafoam Frosting (see p. 191).

Vi Grindlay.

TORTA TOSTADA CON ESPECIAS

½ taza mantequilla
1 taza azúcar morena, cernida
2 yemas de huevo
1 cucharadita bicarbonato
1 cucharadita vainilla
2⅓ tazas harina
1 cucharadita polvo "Royal"
1 cucharadita clavos
1 cucharadita canela
¾ cucharadita sal
1¼ taza leche cortada (véase p. 235)

Ablándese la mantequilla, agréguese el azúcar poco a poco y añádanse las yemas. Deslíase el bicarbonato en la leche y añádase esto a la mezcla, alternando con los ingredientes secos previamente cernidos juntos. Viértase la mezcla en un molde cuadrado.

Azucarado: bátanse las claras de 2 huevos y añádase 1 taza de azúcar morena. Extiéndase esto encima de la primera mezcla, antes de hornearse ésta, y espolvoréese la superficie con ½ taza de nueces picadas o con coco rallado. Hornéese todo a 350° F. (176° C.). Sírvase la torta en cuadrados.

Mary Z. O'Connor.

TORTA DE CAMBURES

¼ taza mantequilla o Crisco
½ taza azúcar
1 taza harina
1 cucharadita polvo "Royal"
½ cucharadita sal
2 huevos, bien batidos
cambures pelados y cortados a lo largo
azúcar y jugo de limón

Ablándese la mantequilla y agréguese el azúcar poco a poco. Añádanse los huevos y la harina previamente cernida con la sal y el polvo "Royal". Mézclese bien. Extiéndase la mezcla en un molde y cúbrase con los cambures. Espolvoréese con azúcar y jugo de limón. Cuézase en un horno moderado de 350° F. (176° C.) durante ½ hora (aprox.). Se pueden usar otras frutas en vez de los cambures. La torta se debe comer el mismo día. 6 cubiertos.

Eleanor D. Brisley.

TORTA DE NARANJA PARA FIESTA

3½ tazas harina para tortas
4½ cucharaditas polvo "Royal"
2 tazas azúcar granulada
1 taza leche
1 cucharada ralladura de naranja
4 huevos
½ cucharadita sal
¾ taza mantequilla (o la mitad mantequilla y la mitad Crisco)

Téngase la mantequilla a la temperatura del cuarto. Ablándese y añádase el azúcar, poco a poco, batiéndose muy bien. Agréguense las yemas de huevo, una por una, batiéndose muy bien. Ciérnanse juntos (por lo menos 4 veces) la harina, el polvo "Royal" y la sal. Agréguese esto a la primera mezcla, alternando con la leche. Añádase la ralladura e incorpórense las claras de huevo batidas a punto de nieve. Viértase la mezcla en 3 moldes grandes de capas, forrados de papel encerado, y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 20 minutos (aprox.).

Relleno de "lemon" y naranja. Combínense 3 cucharadas de maicena, ¾ taza de azúcar y una pizca de sal. Agréguense ½ taza de jugo de "lemon" y ½ taza de agua. Cuézase la mezcla en baño María, o a fuego muy lento, me-

TOASTED SPICE CAKE

½ cup butter
1 cup brown sugar, sifted
2 egg yolks
1 teaspoon soda
1¼ cups sour milk (see p. 251)
2⅓ cups flour
1 teaspoon baking powder
1 teaspoon cloves
1 teaspoon cinnamon
¾ teaspoon salt
1 teaspoon vanilla

Cream butter and sugar and add egg yolks. Dissolve soda in sour milk and add this to the mixture alternately with the dry ingredients which have been sifted together. Turn into a square pan.

Frosting: use whites of 2 eggs beaten with 1 cup of brown sugar. Spread over uncooked batter and sprinkle with ½ cup broken nut meats or grated coconut. Bake at 350° F. Cut in squares to serve.

Mary Z. O'Connor.

QUICK BANANA CAKE

¼ cup butter or Crisco
½ cup sugar
1 cup flour
bananas peeled and halved
1 teaspoon baking powder
½ teaspoon salt
2 eggs, well beaten
sugar and lemon juice

Cream butter and sugar. Add eggs, then flour sifted with baking powder and salt. Spread in a pan and cover with banana halves. Sprinkle with sugar and lemon juice. Bake about ½ hour in a moderate oven (350° F.). Other fruits may be substituted for bananas. This cake must be eaten fresh. Serves 6.

Eleanor D. Brisley.

ORANGE PARTY CAKE

3½ cups cake flour
4½ teaspoons baking powder
2 cups granulated sugar
1 cup milk
1 tablespoon grated orange rind
4 eggs, separated
½ teaspoon salt
¾ cup butter
(½ butter, ½ Crisco may be used)

Let butter soften at room temperature, cream and add sugar, beating very well. Add egg yolks one at a time, beating well after each addition. Sift together at least 4 times the flour, baking powder and salt. Add alternately with the milk to the first mixture. Then add orange rind. Fold in egg whites, beaten stiff. Bake in 3 large layer tins that have been lined with wax paper, at 350° F. for about 20 minutes.

Lemon-Orange Filling. Combine 3 tablespoons cornstarch, ¾ cup sugar, pinch salt. Stir in ½ cup lemon juice and ½ cup water. Cook over very low heat or over hot water until thick, stirring constantly. Add a well-beaten egg,

neándose constantemente, hasta que esté espesa. Agréguese un huevo bien batido y cuézase la mezcla durante un minuto más. Bájese del fuego y añádanse 2 cucharadas de mantequilla y 1 cucharadita de ralladura de "lemon". (Si no se consiguen "lemons", úsense ¼ taza de jugo de limón y ¼ taza de jugo de naranja en vez de la ½ taza de jugo de "lemon").

Cúbrase la torta con azucarado de siete minutos al cual se añade, después de cocido, 1 cucharada de ralladura de naranja y 2 gotas de colorante vegetal amarillo.

Anne White.

TORTICAS DE MANI

1/3 taza mantequilla
1½ taza azúcar morena
1 cucharadita vainilla
½ taza pasta de maní
2 huevos bien batidos
2 tazas harina para tortas
½ cucharadita sal
2½ cucharaditas polvo "Royal"
¾ taza leche

Ablándese la mantequilla y agréguense 1 taza del azúcar, la vainilla y la pasta de maní, reuniéndose todo muy bien. Bátanse los huevos, agréguese el resto del azúcar y añádase esto a la primera mezcla. Ciérnanse juntos la harina, el polvo "Royal" y la sal y añádase esto a la mezcla, alternando con la leche. Bátase la mezcla hasta que esté lisa. Viértase en los moldes de molletes, bien engrasados, y hornéese a 350° F. (176° C.) durante 25 minutos (aprox.). Se obtienen 18 torticas de buen tamaño.

RELLENO DE MENTA

1 taza azúcar
1/3 taza agua
1 clara de huevo
3 cucharadas melado blanco, (Karo) o miel de abejas
8 ó 10 gotas esencia de menta

Combínense, en una paila, el azúcar, el melado y el agua. Cuézase la mezcla, meneándose constantemente, hasta que todo esté desleído. Sígase cocinando hasta que esté en punto de bola suave (pruébese la mezcla echándose un poquito de ésta en agua fría). Bátase la clara de huevo a punto de nieve. Viértase la mezcla caliente sobre la clara, batiéndose constantemente. Añádase la menta. Si la mezcla se espesa demasiado, agréguense unas gotas de agua caliente.

Dorothy B. Crease.

RELLENO DE NARANJA

½ taza azúcar
1 cucharada maicena
1 taza jugo de naranja
cáscara rallada de 2 naranjas
3 huevos
1 cucharada harina
1 cucharada mantequilla derretida

Mézclense el azúcar, la maicena y la harina. Agréguense las yemas de huevo, el jugo y la mantequilla. Cuézase la mezcla en baño María hasta que esté espesa. Añádanse las claras, bien batidas, y la cáscara. Córtese la torta en dos capas. Untese una capa con el relleno. Tápese con la otra capa y cúbrase la torta con papel encerado. Déjese enfriar en la refrigeradora.

Mary Z. O'Connor.

cook one minute longer. Remove from heat and add 2 tablespoons butter and 1 teaspoon grated lemon rind. (If lime juice instead of lemon is used, use half lime and half orange juice).

Ice this cake with seven-minute frosting into which has been beaten after it is cooked 1 tablespoon orange rind and 2 drops of yellow coloring.

Anne White.

PEANUT BUTTER CUPCAKES

1/3 cup butter
1½ cups brown sugar
1 teaspoon vanilla
½ cup peanut butter
2 eggs, well beaten
2 cups cake flour
½ teaspoon salt
2½ teaspoons baking powder
¾ cup milk

Cream together butter, 1 cup of the sugar, vanilla and peanut butter. Add the eggs, previously beaten light with the remaining half cup of sugar. Sift flour, baking powder and salt together and add alternately with the milk. Beat until smooth. Bake in well-greased muffin pans in a 350° F. oven for about 25 minutes. Makes 18 large cupcakes.

PEPPERMINT FILLING

1 cup sugar
1/3 cup water
1 egg white
3 tablespoons white corn syrup (Karo) or honey
8—10 drops oil of peppermint

Combine sugar, corn syrup and water in a saucepan. Cook, stirring constantly, until dissolved. Continue cooking until a soft ball is formed when a small amount is dropped into cold water. Beat egg white stiff. Pour hot syrup slowly onto egg white, beating constantly. Add peppermint. If the filling becomes too hard before using, add a few drops of hot water.

Dorothy B. Crease.

ORANGE CUSTARD FILLING

½ cup sugar
1 tablespoon cornstarch
1 cup orange juice
3 eggs, separated
1 tablespoon flour
1 tablespoon melted butter
grated rind of 2 oranges

Mix sugar, cornstarch and flour. Add egg yolks, orange juice and butter. Cook in a double boiler until thick. Add egg whites, stiffly beaten, and rind. Split cake and spread with filling. Cover with waxed paper and chill in the refrigerator.

Mary Z. O'Connor.

RELLENO DE PASAS Y ALMENDRAS

½ taza azúcar
3 cucharadas harina
1 cucharada ralladura de naranja
½ taza jugo de naranja
¾ taza agua
2 tazas pasas sin semillas, molidas
2/3 taza almendras, mondadas, tostadas y picadas

Combínense los primeros 5 ingredientes y déjense cocinar a fuego lento durante 5 minutos, meneándose constantemente. Añádanse las pasas y las almendras y enfríese la mezcla. La receta da relleno suficiente para una torta de 9 pulgadas (23 cm.). Usese cualquier azucarado. Se pueden utilizar pecanas o nueces en vez de las almendras.

Ivy Bogle.

RELLENO DE COCO

½ taza coco rallado
1 taza azúcar
1 taza agua
3 rajas canela
ralladura de 1 limón

Hiérvanse juntos todos los ingredientes durante ½ hora o hasta que la mezcla quede casi seca.

Azucarado de coco: espolvoréese, con bastante coco rallado, toda la superficie de la torta previamente untada con azucarado cocido (véase abajo).

RELLENO Y AZUCARADO COCIDO

2 tazas azúcar granulada
1 taza agua
2 claras de huevo
una pizca crémor tártaro
1 cucharadita esencia cualquiera

Hiérvanse juntos el azúcar, el agua y el crémor tártaro hasta que el almíbar esté en punto de hilo. Viértase encima de las claras de huevo ya batidas a punto de nieve, batiéndose constantemente. Sígase batiendo hasta que la mezcla esté fría; añádase la esencia y bátase la mezcla hasta que quede de la consistencia para poderse esparcir. Se obtiene cantidad suficiente para rellenar y azucarar una torta de 2 capas.

AZUCARADO DE "MARSHMALLOW"

⅛ kilo "marshmallows"
1 taza crema de leche

Córtense los "marshmallows" en cuatro con tijeras. Añádase la crema y póngase la mezcla en la refrigeradora durante 1 hora o más. Bátase hasta que esté esponjosa. Usese para torta de chocolate o de especias.

AZUCARADO DE CHOCOLATE

4 cucharadas (56 gramos) chocolate amargo, rallado
1 cucharadita vainilla
2 cucharadas mantequilla
4 cucharadas leche
1 huevo
3½ tazas azúcar en polvo

Derrítanse juntos el chocolate y la mantequilla. Añádanse los demás ingredientes. Si es necesario, agréguese más azúcar hasta tal punto que la mezcla se pueda extender sin que corra.

RAISIN ALMOND FILLING

½ cup sugar
1 tablespoon grated orange rind
3 tablespoons flour
½ cup orange juice
¾ cup water
2/3 cup almonds, blanched, toasted and chopped
2 cups seedless raisins, ground

Combine the first five ingredients and cook gently for 5 minutes, or until thickened, stirring constantly. Add raisins and almonds and cool to lukewarm. Makes sufficient filling for a 9-inch layer cake. Use any frosting. Other nuts may be substituted for almonds.

Ivy Bogle.

COCONUT FILLING

½ cup grated coconut
1 cup sugar
1 cup water
3 sticks cinnamon
grated rind of 1 lemon

Boil all ingredients together for ½ hour or until the mixture is almost dry.

Coconut Frosting: sprinkle plenty of grated coconut over surface of cake which has been frosted with boiled frosting (see below).

BOILED FILLING AND FROSTING

2 cups granulated sugar
1 cup water
2 egg whites
1 teaspoon flavoring
pinch of cream of tartar

Boil together sugar, water and cream of tartar until the mixture spins a thread. Pour slowly over stiffly beaten egg whites, beating constantly. Continue beating until mixture cools, add flavoring and beat until thick enough to spread. Yield is enough to fill and frost a 2-layer cake.

MARSHMALLOW FROSTING

¼ pound marshmallows
1 cup cream

Cut marshmallows into quarters with scissors. Add cream and chill in refrigerator for 1 hour or longer. Whip until light. For spice or chocolate cake.

CHOCOLATE FROSTING

2 ounces bitter chocolate (4 tablespoons, grated)
1 teaspoon vanilla
2 tablespoons butter
4 tablespoons milk
1 egg
3½ cups powdered sugar

Melt chocolate and butter together. Add all other ingredients. If necessary add more sugar until frosting will spread without running.

Variedad: espolvoréese la superficie del azucarado (antes de que se endurezca) con cáscara de naranja rallada.

Vi Grindlay.

AZUCARADO ESPUMOSO

½ taza azúcar morena
1 taza azúcar granulada
5 cucharadas agua
1 cucharada café fuerte frío
¼ cucharadita crémor tártaro
2 claras de huevo
⅛ cucharadita sal
¼ cucharadita polvo "Royal"

Hiérvanse juntos los primeros 5 ingredientes hasta que el almíbar esté en punto de hilo. Retírese del fuego; por otra parte bátanse las claras de huevo a punto de nieve; viértase el almíbar encima de las claras, batiéndose constantemente. Añádase la sal. Bátase la mezcla hasta que esté espesa; agréguese el polvo "Royal" y sígase batiendo la mezcla hasta que esté del espesor para poderse esparcir. Se obtiene mezcla suficiente para una torta de 3 capas.

AZUCARADO DE AZUCAR QUEMADA

2/3 taza crema de leche o leche evaporada
2 tazas azúcar morena
½ cucharadita vainilla
1 cucharada (o más) crema de leche o leche evaporada
⅛ cucharadita sal

Hiérvanse juntos el azúcar, la vainilla, la sal y la leche (2/3 taza), hasta que el almíbar esté en punto de hilo. Retírese del fuego y déjese enfriar sin revolverse. Bátase, añadiéndose la cucharada de leche por poquitos hasta que quede de color claro y de la consistencia para poderse esparcir.

"BROWNIES" RICOS

1½ taza nueces picadas
4 huevos, bien batidos
2/3 taza mantequilla
1¼ taza harina
2 tazas azúcar
2 cucharaditas polvo "Royal"
1 cucharadita vainilla
una migajita sal
112 gramos chocolate amargo (½ taza chocolate rallado)

Bátanse los huevos y añádase el azúcar poco a poco. Derrítanse el chocolate y la mantequilla en baño María y agréguense estos a la primera mezcla. Reúnase todo muy bien. Añádanse la harina, previamente cernida con el polvo "Royal", la vainilla y las nueces. Viértase la mezcla en un molde engrasado de 7 x 11 pulgadas (18 x 27 cm.) y hornéese a 250° F.—275° F. (121° C.—135° C.) durante 45 ó 50 minutos. Píquese en cuadrados antes de que se enfríe.

Ivy Bogle.

GALLETAS DE MANI

1 huevo
½ taza azúcar morena
½ taza azúcar granulada
½ taza mantequilla
½ taza pasta de maní
½ cucharadita bicarbonato
1 cucharadita vainilla
1¾ taza harina

Ablándese la mantequilla, agréguese el azúcar y bátase la mezcla muy bien. Añádase el huevo, batiéndose bien; agréguense

Variant: grate the rind of an orange over frosting before it sets.

Vi Grindlay.

SEAFOAM FROSTING

½ cup brown sugar
1 cup granulated sugar
5 tablespoons water
1 tablespoon strong coffee
¼ teaspoon cream of tartar
2 egg whites
⅛ teaspoon salt
¼ teaspoon baking powder

Have coffee cold; add it to sugars, water and cream of tartar and boil all together until the mixture spins a thread. Remove from fire; pour over stiffly beaten egg whites, beating constantly. Add salt and beat until thick; add baking powder and beat until thick enough to spread. Yield is enough to frost a 3-layer cake.

CARAMEL FROSTING

2 cups brown sugar
2/3 cup cream or evaporated milk
½ teaspoon vanilla
1 tablespoon (or more) cream or evaporated milk
⅛ teaspoon salt

Boil together sugar, vanilla, salt and milk (2/3 cup) until the mixture spins a thread. Remove from fire and allow to cool without stirring. Beat, adding rest of milk a little at a time until mixture is light colored and of the right consistency for spreading.

RICH BROWNIES

4 eggs
⅔ cup butter
1 ¼ cups flour
1 ½ cups chopped nuts
2 cups sugar
2 teaspoons baking powder
1 teaspoon vanilla
dash salt
4 ounces bitter chocolate (½ cup, grated)

Beat eggs well, gradually beat in sugar. Melt chocolate and butter together over boiling water, add to first mixture, blend well. Add flour mixed with baking powder, then vanilla and nuts. Pour into a buttered 7 x 11 inch pan and bake in a 250° F. - 275° F. oven for 45 to 50 minutes. Cut into squares while cake is still warm.

Ivy Bogle.

PEANUT BUTTER COOKIES

1 egg
½ cup brown sugar
½ cup white sugar
½ cup butter
½ cup peanut butter
½ teaspoon baking soda
1 teaspoon vanilla
1¾ cups flour

Soften butter, add sugar and beat very well. Add egg, beat well. Add peanut butter and vanilla; sift flour and soda together and

la pasta de maní y la vainilla. Ciérnanse juntos la harina y el bicarbonato y añádanse estos a la mezcla. Colóquese ésta, por cucharaditas, sobre una plancha de hornear y aplástense las galletas con un tenedor. Hornéense a 350° F. (176° C.) durante 8 ó 10 minutos.

Galletas de fantasía — adórnense las galletas con maníes salados o añádanse unas pasas a la mezcla.

Anne White.

GALLETAS DE NUEZ

½ taza mantequilla
½ taza azúcar
¾ taza harina
1 huevo, bien batido
nueces peladas
1 cucharadita vainilla

Ablándese la mantequilla y agréguese el azúcar poco a poco; añádanse el huevo, la harina y la vainilla. Colóquese la mezcla, por cucharaditas, sobre las planchas de hornear engrasadas, dejándose bastante espacio entre cada cucharadita de la mezcla. En cada galleta colóquese una nuez pelada y cuézanse las galletas en un horno lento durante 10 ó 15 minutos.

Sybil Fulcher.

SUSPIROS

6 claras de huevo
2 tazas azúcar, bien seca
unas gotas de vainilla o de limón

Se baten muy bien las claras y se les va agregando el azúcar pooo a poco. Se sigue batiendo hasta que la mezcla esté bien dura y se le agrega la esencia. Se va colocando por cucharaditas sobre papeles puestos en azafates y se hornea a 200° F. (93° C.—el horno debe ser sumamente lento—se puede hasta dejar la puerta abierta). Pruébese un suspiro levantándose del papel con un cuchillo. Si está listo, se levanta fácilmente. Los papeles se quitan de los azafates. Los suspiros se dejan enfriar y entonces se quitan de los papeles.

Mercedes E. de Rodríguez.

GALLETAS "S" (PARA NAVIDAD)

1 taza mantequilla
1¼ taza azúcar
2 huevos enteros
2 yemas de huevo
2 claras de huevo
3¾ tazas harina
½ cucharadita polvo "Royal"
ralladura de 1 limón
azúcar en polvo para el merengue

Combínense la mantequilla y el azúcar; añádanse los huevos enteros y las yemas de huevo, ya ligeramente batidos juntos. Agréguense la harina, previamente cernida con el polvo "Royal", y la ralladura. La masa quedará tan firme que habrá que trabajarse con las manos. No se debe batir la masa. Una vez bien reunida, enfríese durante varias horas o de un día para otro.

Hágase un azucarado duro con las claras de huevo, sin batirse éstas, y el azúcar en polvo. Cójanse pedacitos de la masa del tamaño de una nuez; extiéndase cada pedacito entre las manos en forma de un macarrón y colóquese en la plancha de hornear, dándose la forma de la letra "S". Sepárense las galletas bastante porque, al hornearse, crecen al doble de su tamaño original. Un-

add. Drop by teaspoonfuls on a cooky pan, flatten with a fork. Bake 8 to 10 minutes at 350° F.

For a fancier cooky — decorate tops with chopped salted peanuts. Add raisins to the dough.

Anne White.

NUT COOKIES

½ cup butter
½ cup sugar
¾ cup flour
1 egg
nut meats
1 teaspoon vanilla

Cream butter and sugar, add well-beaten egg, then flour and vanilla. Drop from a teaspoon well apart on a greased cooky sheet. Place a nut on each. Bake in a slow oven 10 to 15 minutes.

Sybil Fulcher.

KISSES

6 egg whites
2 cups sugar (must be dry)
a few drops vanilla or lemon juice

Add sugar gradually to stiffly beaten egg whites, beating until mixture is thick. Add vanilla or juice. Drop by teaspoons on paper-covered baking sheets and bake at 200° F., leaving oven door open, for 20 to 30 minutes. Kisses are done when one may be lifted from paper with knife. Remove paper from baking sheets, allow kisses to cool before lifting all from paper.

Mercedes E. de Rodríguez.

BUTTER "S" (A CHRISTMAS COOKY)

1 cup butter
1¼ cups sugar
2 whole eggs
2 yolks of egg
2 whites of egg
3¾ cups flour
½ teaspoon baking powder
grated rind of a lemon
XXXX sugar for meringue

Work butter and sugar together; add the two whole eggs and two yolks, lightly beaten together. Add flour mixed with baking powder; add lemon rind. This should make a stiff dough that finally must be worked with the hands. It should not be beaten at any time. Chill for several hours or overnight.

Make a stiff icing of the other two egg whites, unbeaten, and XXXX sugar. Pinch off pieces of the cooky dough about the size of a small walnut; roll between palms, quickly, to a cylinder a little bigger around than a lead pencil; lay on cooky sheet in S form. Allow spaces between S's, as they double in bulk when

tese cada una con el azucarado, empleándose para esta operación un cepillo para pasteles o un pincel grande. Cuézanse las galletas en un horno moderado hasta que el merengue y las orillas de las galletas se doren. Se obtienen 12 docenas (aprox.).

Anne W. Allers.

"KLETSKOPJES" (GALLETAS HOLANDESAS)

1½ taza azúcar morena o papelón
1 taza, menos 1 cucharada, harina
5 cucharadas mantequilla
1 taza, más 1 cucharada, almendras, peladas y picadas, no muy finas

Combínense todos los ingredientes para hacer una masa firme. Fórmense peloticas de la mezcla de 1 pulgada (2½ cm.) de diámetro y colóquense éstas en una bandeja de hornear, dejando 3 pulgadas (7½ cm.) de espacio entre cada pelotica. Hornéense a 450° F. (232° C.) durante 8 minutos. En este momento y si es necesario, aplástense las galletas con una espátula. Hornéense durante 12 minutos, reduciéndose la temperatura a 250° F. (121° C.), o hasta que las galletas estén bien doradas. Deben de quedarse chatas con un nido de almendras en el centro de cada una.

Catalina María van Egmond.

BOLLUELOS DE DATILES

2/3 taza manteca o mantequilla
1¼ taza azúcar
2 tazas dátiles picados
½ taza nueces picadas
2 huevos, bien batidos
1½ cucharadita polvo "Royal"
¼ cucharadita sal
1½ taza harina
1 cucharadita vainilla

Ablándese la manteca y agréguese el azúcar poco a poco. Añádanse los huevos. Ciérnase la harina antes de medirla y entonces ciérnase junto con el polvo "Royal" y la sal. Agréguense los dátiles y las nueces a la mezcla y luego la harina. Bátase bien. Tápese la masa y guárdese dentro de la refrigeradora de un día para otro. Al sacar la masa para hornearla, fórmense peloticas de ½ pulgada (1¼ cm.) de diámetro. Pónganse éstas sobre una plancha de hornear engrasada, aplastándolas un poco con una espátula. Hornéense a 350° F. (176° C.) durante 6 ú 8 minutos. Se obtienen 8 docenas de bolluelos. Se guardan muy bien y por esto son muy propios para la época de Navidad.

Mary Z. O'Connor.

BOLLUELOS NEVADOS

1 taza mantequilla
6 cucharadas azúcar en polvo
1 cucharadita vainilla
2 tazas harina
1 taza pecanas picadas (u otras nueces)

Ablándese la mantequilla y agréguese el azúcar poco a poco. Añádase la vainilla. Incorpórese la harina por poquitos, y entonces las pecanas. Cójanse porciones pequeñas de la mezcla y fórmense en pedazos de la medida del pulgar. Cuézanse a 250° F. (121° C.) durante 10 minutos. Apáguese el horno, pero sígase horneando los bolluelos durante 20 minutos más. Empólvense con azúcar. Se obtienen 3 docenas (aprox.).

Anne White.

baked. Brush each S with icing, using a pastry brush or a thick watercolor brush. Bake in a moderate oven until meringue and edges are golden brown. Yield, about 12 dozen.

Anne W. Allers.

KLETSKOPJES (SORE HEADS)

1½ cups brown sugar or "papelón"
5 tablespoons butter
1 cup less 1 tablespoon flour
1 cup and 1 tablespoon almonds, blanched and coarsely chopped

Blend all ingredients to make a firm dough. Take small balls about 1 inch in diameter and place on a greased baking sheet about 3 inches apart. Bake at 450° F. for 8 minutes. At this time and if necessary, flatten cookies with a spatula. Bake at 250° F. for another 12 minutes or until cookies are well browned all over. They should be quite thin and the almonds should form a nest in the center of each cooky.

Catalina María van Egmond.

DATE DROPS

⅔ cup shortening
1¼ cups sugar
2 cups chopped dates
½ cup chopped nuts
2 eggs, well beaten
1½ teaspoons baking powder
¼ teaspoon salt
1½ cups flour
1 teaspoon vanillla

Cream shortening, add sugar gradually, then the eggs. Sift flour once, measure and sift together with baking powder and salt. Add nuts and dates to the mixture, then the flour. Blend thoroughly. Cover dough and place in the refrigerator overnight. When ready to bake, form into balls about ½ inch in diameter. Flatten on a greased baking sheet and bake at 350° F. for 6 to 8 minutes. Makes 8 dozen small cookies. They are especially nice for Christmas because they keep well.

Mary Z. O'Connor.

SNOW DROPS

1 cup butter
6 tablespoons powdered sugar
1 teaspoon vanilla
2 cups flour
1 cup chopped pecans (or other nuts)

Cream butter and sugar and add vanilla. Blend in the flour slowly, then add nuts. Take small portions and shape into thumb-sized pieces. Bake at 250° F. for 10 minutes. Turn off all oven heat and continue to cook in the cooling oven another 20 minutes. Roll in powdered sugar. Makes about 3 dozen.

Anne White.

GALLETAS ARENOSAS "LOCKWOOD"

4½ tazas harina
2½ tazas azúcar
1¼ taza mantequilla
3 huevos

Azucarado

1 huevo, ligeramente batido
nueces picadas
¼ taza azúcar mezclada con una cucharadita canela

Mézclense el azúcar y la harina e incorpórese la mantequilla, usándose las manos, hasta que la mezcla esté arenosa. Agréguense los huevos, uno por uno y sin batirse. Reúnase todo muy bien y enfríese la masa. Extiéndase hasta que tenga 1/8 a 1/4 pulgada (4 a 7 mm.) de espesor, añadiéndose harina (lo menos posible). Córtese la masa en las formas que se deseén. Untense las galletas con el huevo batido, espolvoréense con la mezcla del azúcar y la canela y adórnense con las nueces picadas. Colóquense sobre las planchas de hornear, sin engrasar éstas, y cuézanse en un horno moderado hasta que estén doradas. Guárdense en unos envases con tapas, los cuales se colocan en un sitio fresco.

Elena M. Brineman.

GALLETAS (MASA REFRIGERADA)

2 tazas azúcar morena
1 taza mantequilla
2 huevos, bien batidos
3½ tazas harina
1 cucharadita bicarbonato
¼ cucharadita sal
1 cucharadita vainilla
1 taza nueces o pecanas, bien picaditas
½ taza dátiles, bien picados

Ablándese la mantequilla, añádanse el azúcar, poco a poco, y los huevos. Ciérnanse juntos la harina, el bicarbonato y la sal. Combínense las dos mezclas y agréguense la vainilla, las nueces y los dátiles. Mézclese todo muy bien. La mezcla debe quedarse muy firme. Fórmense dos cilindros largos, envuélvanse estos en papel encerado, y colóquense en la refrigeradora. Para cocer, píquese la masa en rebanadas finísimas con un cuchillo bien afilado y hornéese a 375° F. (190° C.) durante 10 minutos. Cuézase solamente la cantidad que se vaya a usar y sírvanse las galletas calientes al sacarse del horno.

Anne White.

LOCKWOOD SANDTARTS

4½ cups flour
2½ cups sugar
1¼ cups butter
3 eggs

Topping

1 egg, slightly beaten
nut meats
¼ cup granulated sugar mixed with 1 teaspoon cinnamon

Mix together flour and sugar and work in butter—using the fingers—till the mixture is like sand. Add the eggs one at a time, unbeaten. Mix thoroughly and chill. Roll thin (1/8 to 1/4 inch), using as little additional flour as possible. Cut into any shapes desired. Brush the tops of the cookies with egg, sprinkle with sugar and cinnamon mixture, decorate with nut meats. Place on ungreased cookie sheet, bake in moderate oven until golden brown. Store in tightly closed tins and keep in a cool place.

Elena M. Brineman.

ICE BOX COOKIES

2 cups brown sugar
1 cup butter
2 eggs, well beaten
3½ cups flour
1 teaspoon soda
¼ teaspoon salt
1 teaspoon vanilla
1 cup walnut or pecan meats, finely chopped
½ cup dates, finely chopped

Cream butter and sugar well and add eggs. Sift together flour, baking soda and salt. Combine mixtures, add vanilla, nuts and dates. Mix well. This mixture should be very stiff. Form into 2 long rolls. Wrap each in waxed paper and place in refrigerator. To bake, slice thin with a very sharp knife and bake at 375° F. for about 10 minutes. Cook only the quantity needed and serve fresh and crisp from the oven.

Anne White.

UNFAMILIAR FOODSTUFFS

Books consulted in compiling this information:
(A) — Alvarado, Lisandro — **Glosario de Voces Indígenas de Venezuela** (Manrique y Ramírez Angel, Caracas, 1921)
(B) — Alvarado, Lisandro — **Glosarios del Bajo Español en Venezuela** (Litotip. Mercantil, Caracas, 1929)
(C) — José A. Díaz — **El Agricultor Venezolano** (Imprenta Nacional de M. de Briceño, Caracas, 1861)
(D) — **Same,** Imprenta de Melquiades Soriano, 1864
(E) — José E. Machado, **Cancionero Popular Venezolano** (Lib. Española, Cacacas, 1922)

Articles described: **Bakery Products** — Productos de panadería; **Cassava** — Casabe; **Cheeses** — Quesos, **Color** — Onoto; **Corn** — Maíz; **Sugar** (brown) — Azúcar moscabada; **Sugar** (molded, crude) — Papelón; **Arrowroot,** etc. — Sulú; **Miscellaneous.**

Azúcar moscabada — brown sugar. Moscabada (-o) or mascabado (-a) — muscovada, unrefined. "Moist, dark-colored unrefined sugar left after evaporation from cane-juice and draining off from the molasses" (Larousse, Cassell). "Brown sugar" is translated as "azúcar morena" in this book. Azúcar moscabada is not as damp as the brown sugar used in these recipes; it tastes less of molasses. To make it more like the familiar brown sugar, add a teaspoon of melado (see papelón, below) to each cup of sugar used.
Casabe (cazabe, manioc) — cassava. Flour, or bread made from the flour, of Manihot utilissima. This is called yuca amarga, while that used in hervido, etc., is yuca dulce (Manihot Aipi). For preparation of cassava, see "El Agricultor Venezolano" (C). The products of grating cassava roots are: (1) flour or farine, of which the tortas are made; (2) a piquant sauce called cassareep in Trinidad, cativia in Venezuela, made by boiling down the yare or poisonous juice squeezed from the grated root; (3) starch or almidón and (4) tapioca. "The roots contain a glucoside poison produced by an enzyme, but this is dissipated when thoroughly roasted. The so-called 'sweet cassava' contains this poison principally in the outer rind, while in the so-called 'bitter cassava' it is more evenly distributed through the root". (Kew Bull. Add. Series XII, 1936). Díaz ("El Agricultor Venezolano") says that through personal experience, repeated twice "with happy results", he can recommend as antidote to this poison sugar-cane molasses or a piece of papelón eaten as quickly as possible.

Cassava flour is not generally sold in Caracas but the tortas, about 2 feet in diameter, and the torticas, about 8 inches in diameter, can be bought in the market and in many neighborhood stores. These are combined with meat to make everyday dishes; they are used in soup; they are toasted and eaten with butter. They are the principal ingredient of two favorites among Venezuelan sweets — torta de casabe (recipes in this book) and naiboa. Naiboa is more often made in the interior than in Caracas, since the freshly made cassava cakes should be used. These are baked in the usual way and immediately spread with melado or scraped papelón and grated white cheese (see papelón and queso, below) and rolled like a jelly roll. Aniseed is sometimes sprinkled on top or mixed with the filling. Naiboa or naigoa is the indigenous name of the yuca.

Maíz — corn. From the atole or gruel fed to the sick, through a whole series of dishes sweet and salt, to the covering of the traditional Christmas Eve hallaca, corn plays a most important part in the Venezuelan dietary. The variety of dishes made possible by the versatility of the corn, bewilders a newcomer. Grouped under the forms of corn used in them, however, the most important may be classified as follows:

Maíz pilado (yellow or white; the white by far the more generally used) made into masa. "In a pilón (mortar) of wood the corn is pounded with a little water until the skin comes off; it is winnowed... washed in two or three waters... put to cook for a time until it softens enough to be ground between two stones — once, twice — so that it becomes a smooth dough" (C). This is the old way, still the country way; in Caracas the corn is bought ready to be cooked and is ground in a grinder similar to a meat grinder except that instead of knives it has a pair of metal discs between which the corn is forced. Or, already ground, the masa is sold in balls about the size of tennis balls, in the market.

The most important food made from masa is the arepa. "The indigenous name of bread made from corn dough which, round and flat, is cooked on a clay plate called budare. From cumanagoto 'erepa', 'maíz'" (E). Though the arepa is properly the poor man's bread, it also appears on the breakfast tables of the well-to-do. It is delicious hot, with a toasty-crisp crust. (There seems to be a knack to making masa and arepas; certain it is, that many arepas are soggy and sour inside, while others have just the right consistency and taste. It is said that Caracas cooks cannot make good arepas — it is the women from the interior who have the secret). The arepa not only starts the day; filled with cheese and toasted, it is a favorite between-meal bite, called tostada. Leftover arepas are utilized — usually combined with grated cheese — in the home kitchen in the preparation of several dishes.

Masa to which a little papelón (see below) and cheese are added is made into small cakes flatter than arepas, fried in deep fat. These arepitas, fried on the spot in a little iron kettle, on a brazier, are — with small cups of sweetened black coffee — the chief stock of curbstone vendors outside churches at religious festivals. Pedro Angel González has made a charming etching, "Misa de Gallo" showing a group buying at a stand — characteristic of the misas de aguinaldo just before Christmas.

Masa is also made into hallaquitas, mixed with lard and seasoned with a little anise, cheese or chicharrón (crackling). It is wrapped in dried leaves from the corn cob (corotos de maíz) and tied in such a way that it is squeezed in the middle. When unwrapped after cooking, it looks like a fat white bow tie.

Masa, suitably seasoned, is part of that indispensable fiesta food, the hallaca (see index). Its everyday uses range from thickening soup to forming the base of dishes like polenta (see index) or of desserts such as manjarete. This, usually spelled and called majarete, is masa cooked with coconut milk, melado and a tender orange twig, to the consistency of baked custard. When done, it is sprinkled with cinnamon and served cool.

Harina de maíz — corn-flour, crudo or raw, is called funche. It is yellow or white, is like coarse cornmeal, and may be used in cormeal recipes. Tostado or toasted, it is called harina de gofio. A sweet also called gofio is made of it mixed with molasses. A finer and more delicate corn-flour is harina de maíz Cariaco (name of variety of corn), also to be had both crudo and tostado. There is a carato (see index for definition) made of toasted corn-flour and papelón, flavored with ginger, and a similar drink is called pitraque. A much-liked everyday dessert, tequiche, is made of this flour with coconut milk, papelón syrup, butter and ginger. It also gives its rich flavor to pan de horno (see Productos de panadería, below).

Sprouted corn is used to make carato de acupe (see index).

Jojoto — young corn. This is the chief ingredient of the cachapa. "The corn is cut from the cob with a knife and made into a paste. This is wrapped in green leaves from around the cob....and cooked in unsalted water. Also it is cooked on a griddle between plantain leaves" (C). In the first case it is shaped like a hallaquita and is sometimes called hallaquita de jojoto for this reason. It is also called cachapa de olla because it is cooked in a pot; or de hoja because

it is wrapped in a leaf. In the second, it is called cachapa de budare because it is cooked on a budare; it looks like a griddle cake. Both forms are popular with the purchasers of between-meal bites from street vendors or in shops.

The milk taken from ground jojotos in the same way as it is taken from a coconut, is used to make another favorite among Venezuelan desserts — mazamorra. Combined with sugar or a light papelón syrup and a dash of salt, it is cooked to the consistency of boiled custard.

Onoto — color; roucou (T'dad); achiote — pronounced achote — (Pto. Rico); annatto. (Bixa Orellana). "The seeds are covered with a red pigment which is soluble in greases... used in Venezuela as saffron is used in Europe" (A). When sold as a brick-red powder in tiny packets, it is called color; the dried seeds with their red coating are sold as onoto.

Papelón — "Brown sugar in cones or loaves of variable weight (from 1 to 5 pounds" (A). The usual weight is 1½ kilos or about 3.3 pounds (Ed. note). Papelón is a product of sugar-cane (Saccharum officinarum, L.) obtained by cooking the cane-juice which upon reaching the necessary stage is molded in wooden forms, generally in conical shape, from which it is removed when cool" (E). Daniel Mendoza defines papelón as brown, unrefined sugar and adds that in other parts of America it is called raspadura. ("El Llanero", Tip. Cultura Venezolana, Caracas, 1922).

The same sugar called papelón when molded in cones is called panela in some parts of Venezuela, where it is molded into flat, square bricks. (In Guárico there is still another form sold — squat, four-sided pyramids of a very dark sugar). There are many grades and shades of papelón; when buying to make a dulce, most cooks insist on claro or light. Some prefer colorado — reddish in shade. These have a more pleasant taste and contain fewer impurities than the very dark; there is little difference in price between these and the dark.

Guarapo is correctly defined as "the juice extracted from sugar-cane" (Larousse), but in Venezuela is understood to mean water sweetened with papelón and boiled for a few minutes. It is called aguamiel in the part of Venezuela adjacent to Colombia. Guarapo is used with coffee. Sometimes the coffee is made with guarapo instead of water or guarapo may be served with the coffee, to be added to it as desired.

Melado (popular spelling and pronunciation, melao) is correctly defined as "the sap of sugar-cane converted into a heavy syrup" (Larousse), but in Venezuela usually refers to the heavy syrup obtained by boiling papelón or sugar with water. It is used in the confection of everyday desserts. Others in addition to those noted in the descriptions of cassava and corn, above, are: torta bejarana, arroz con coco, dulce de plátano, dulce de lechosa, and juansabroso.

Note: a sweet made at the trapiche or sugar-mill when molasses is about to be made into papelón is alfondoque (also called mono). The molasses is beaten to a creamy, honey-colored paste; anise, cheese or other flavorings are usually added.

Productos de panadería — bakery products — used in the confection of puddings and other desserts, not bought to be used as sold. Four are bought in bakeries: (1) Bizcocho — a slightly sweet rusk shaped like a home-made pan roll, about 3½ inches high and 3 inches square at the base. Sold dried, ready for grating. (2) Bizcocho de manteca — unsweetened. Of the same general shape but about 5 inches high and 1½ inches square at the base. (3) Bizcochuelo — fresh sponge cake. The size selling for a real is that usually specified in Venezuelan recipes and measures about 5 x 3 x 1½ inches. An interesting variant made only in San Joaquín — a little town near Valencia — is panela de San Joaquín. It seems to be a sponge cake made with brown sugar which after baking is cut into strips and dried. It can be found in Caracas in one or two stores near the market. (4) Plantillas — halves of lady fingers; various sizes. (5) Pan de horno (sometimes written pandehorno) "a ring-shaped crisp cake of corn-flour dough with sweetening and fat. The corn-flour dough is flour of Cariaco corn carefully prepared; the sweetening is brown sugar or papelón; and the fat is suet or marrow" (B). These cookies are found in two sizes. Sometimes they are flavored very slightly with anise. They are not sold in bakeries, but by street vendors or in shops where light lunches and tidbits are sold.

Quesos — cheeses. Native cheeses made of cow's milk are divided by Díaz (D) into two classes — uncooked and cooked. Of those generally sold in Caracas the uncooked include those called as a class queso blanco — white cheese. There are three types, depending on hardness: llanero, hard, used for grating; Maracay, softer, used for frying, tostadas, etc; and cuajada, like a very firm cottage cheese with whey oozing out of it. All are spongy in texture. (Díaz also mentions queso de palma metida, so called because its softness takes the impression of the fern or palm leaves in which it is wrapped for transportation. This is also called queso de cincho because it is molded and pressed in a band woven like a basket). The cooked cheese is queso de mano, in round, flat cakes and queso de cartera in rectangular cakes. These are laminated, smooth, moist.

A cow's-milk cheese made in the Andes near Mérida is formed into rough cubes and is wrapped in the leaves of the frailejón lanudo (Espeletia Schultzii) which impart to it their characteristic aromatic flavor.

A goat's-milk cheese — queso de tapara — is made commercially in Carora, near Barquisimeto. It is so called because it is gourd shaped, with a tough skin. It is very good fresh, but by the time it arrives in Caracas it is often hard and dry.

Imported cheeses: American or Argentine cheddar is called queso amarillo or yellow cheese; an Edam or Dutch type cheddar, queso patagrás; Sweitzer cheese, queso gruyere; Parmesan, parmesano.

Sulú — "flour used in the feeding of invalids or in the preparation of certain sweet doughs" (A). Originally this was made of arrowroot (Maranta arundinacea, L.); at present sulú is also made of potatoes (Solanum tuberosum, L.) and of apio (Arracacia xanthorrhiza, Bancr.).

Miscellaneous — other flours that may be found in Caracas: harina de trigo — of native wheat, raw or toasted; harina de plátano — plantain flour; harina de ocumo — ocumo flour (root related to taro); arroz molido — ground rice; arvejas molidas — ground peas.

D. K-K.

COOKING WITH KEROSENE AND CHARCOAL

Compared with electricity or gas as a fuel for cooking food, kerosene and charcoal seem impossibly inefficient, troublesome and awkward to use. Yet not so very many years ago, charcoal, when it replaced firewood in Caracas kitchens, was considered a great improvement; and kerosene in its turn was welcomed with delight. To-day, in the majority of Caracas town houses, these two fuels (and gasoline) are widely used, while in the more modern houses — particularly in the suburbs — Shellane gas and electricity have superseded them.

Kerosene and charcoal have some advantages which atone in a measure for their disadvantages; let us consider both.

First, the disadvantages: (1) Utensils get sooty; in the case of charcoal especially, the kitchen ceiling is blackened. (2) Time must be allowed for heat to develop before food begins to cook. (3) Both fuels are unpleasant to handle, one because of the soot, the other because of the smell — which is liable to get into food. (4) The cook must remember to renew the fuel instead of relying on an automatic supply.

The advantages of charcoal and kerosene: (1) Both are much less expensive to use — in Caracas — than gas or electricity. Kerosene is sold by the litre (app. 1 quart); by the 20-litre can; and by the 200-litre drum. Charcoal is sold by the 1-kilo (2.2 pound) bag or the 25-kilo sack. Buying large quantities is both a saving and a convenience, as the price is lower and the supply of fuel requires less frequent attention. In the case of charcoal, a better quality seems to come in the large sacks than in the small bags. (2) Both charcoal and kerosene are used with fixtures which require a comparatively low cash outlay. The charcoal "stove" is a solid shelf into which are sunk cast-iron "hornillas" or grates of several sizes. Below each, in the side of the shelf, is an opening for the removal of ashes. Charcoal is also burned in "anafes" or braziers of cast-iron or tin. All these units for burning charcoal range from Bs. 2 to Bs. 6 in price. Kerosene stoves used in Caracas range from a burner that can be stood on a table to a large 4- or 5-burner (plus oven) stove; prices for these are much lower than for a gas or electric stove of equal usefulness. Primus stoves are also widely used with kerosene (or gasoline). Both these and the braziers have the advantage of being moved easily from one place to another in the house. Not only are these fixtures inexpensive, but replacements are correspondingly inexpensive and can be installed by anyone with a little mechanical ability. The services of a mechanic, who usually presents a sizeable bill, are needed neither for replacements nor repairs. In the case of charcoal replacements are infrequent indeed — and the fixture has no part that can get out of order. (3) Charcoal has the added advantage that the cast-iron utensils used with a "fogón" are both inexpensive and long-wearing. The tenazas (tongs) with which the "carbones" (pieces of charcoal; coals) are placed in the "hornilla" (grate); the "calderos" kettles) of various sizes; the "budare" (griddle); and the "sartén" (frying pan) cost on an average less than Bs. 6 apiece. The "ollas" (pots) of "barro" (clay) also used with charcoal are surprisingly durable and their cost is negligible. (4) Both charcoal and kerosene are safe in the hands of even the simplest and least experienced among servants. (5) Both are excellent for the long, slow cooking required by tough meat, peasant-type soups, legumes — all dishes to be recommended not only because of local custom but also because of the available raw materials.

There are a few details anyone who has not had experience with these two fuels, should learn. **A few points about kerosene:**
(1) When the stove is installed see that it is not placed in a draft and that it is level. Some stoves have tiny levels built in; others can be set up with the help of a carpenter's level. On most, leg lengths can be adjusted to compensate for an uneven floor.

(2) If the stove is not the type with constant flow, turn the handle to start the fuel to the wick and light a minute or so later; allow at least 3 minutes for the burner to begin heating.
(3) An asbestos mat under pots will keep them clean — but more fuel will be required for cooking.
(4) Before a long cooking operation, check the fuel tank to avoid having to fill it at an inconvenient time.
(5) Follow the manufacturer's instructions about cleaning wicks etc.

Concerning charcoal:
(1) There are several ways to light a charcoal fire. Two are suggested. One — place a few twigs or shavings in the grate and when they are burning well, add a few small pieces of charcoal. Always handle charcoal with the "tenazas" or tongs. Fan the fire. As the flames grow stronger, add larger pieces of charcoal. The largest pieces may be added when the fire is well established. (Instead of wood, a bit of rag soaked in kerosene or grease may be used to start the fire but makes a good deal of smoke). Another way — place long "carbones" along the four sides of the "hornilla" and fill in the center of the nest thus formed with smaller pieces. Leave plenty of air space. (A sharp rap with the side of the "tenazas" will break the charcoal up). On and among the smaller pieces, place scraps and slivers of charcoal until the "hornilla" is brimming. Sprinkle the top with a tablespoon of ashes and pour gently over these about a quarter cup of kerosene. Light. As a result of either of these operations there should be a gay fire, with leaping flames which later subside into a bed of glowing coals. As the fire dies down, these are pushed to the center of the "hornilla" and new "carbones" added around its sides. If the fire refuses to burn, add more kerosene, **carefully**, because when lit with a match it will flare up suddenly. Sometimes, due to the "hornilla" being too tightly packed or the "carbones" being badly placed, the fire must be re-built. If a fire, once burning well, begins to smoke, there is a "carbón" in it that has not been sufficiently charred and is "palo". Remove it with the "tenazas" and douse in water.

Charcoal-conscious cooks soon learn to "aprovechar el carbón" — to take advantage of the charcoal — when it is not being used to cook a meal. Drinking water is boiled, a "dulce" is made, bread is dried for crumbs. Or, simply keeping a kettle on, is a good idea for the always-needed hot water. However, the charcoal fire can be banked by covering it with its own ashes. To start it again, move the coals so the ashes fall through the grate, add small bits of charcoal, etc.

E. K. H. and **D. K. K.**

IMPORTANT FISH IN THE CARACAS MARKET

SPANISH	SCIENTIFIC	ENGLISH
Albacora o Barrilete	Gymnosarda alleterata	**False Albacore**
Bonito	Sarda Sarda	**Common Bonito**
Bacalao — Codfish (see Cazón, below)		
Candil	Holocentrus ascensionis	**Squirrel Fish**
Carite	Scomberomorus regalis	**Painted Mackerel**
Carite	Scomberomorus cavalla	**Kingfish**
Cojinúa	Seriola dumerili	**Great Amber Jack**
Cachicato	Haemulon sciurus	**Blue-striped Grunt**
Corocoro o Parguete	Haemulon flavolineatus	**Yellow Grunt**
Chicharro	Decapterus punctatus	**Scad**
Chucho	Aetobatus narinari	**Spotted Whip Ray**
Cazón	Mustelus canis	**Dogfish**

Note — any young, tender Shark (no matter what species) is called Cazón and its meat, when fresh, sold as Cazón; when dry-salted it is sold as Bacalao or Codfish. The true Codfish is not obtainable in Venezuelan waters; some, dry-salted, is imported.

Dorada	Coryphaena hippurus	**Dolphin**
Jurel	Caranx hippos	**Common Jack**
Lamparosa o Pez Luna	Selene vomer	**Look-down**
Lebranche	Mugil brasiliensis	**Brazilian Mullet**
Lenguado	Platophrys lunatus	**Peacock Flounder**
Lisa	Mugil cephalus	**Striped Mullet**

Note — the eggs of this species, known as huevas de Lisa, are sold dry-salted and are in great demand.

Macabí	Albula vulpes	**Bonefish**
Machete o Tajalí	Trichiurus lepturus	**Cutlass Fish**
Mero	Epinephelus morio	**Red Grouper**
Mero Guasinuco	Neomaenis aya	**Red Snapper**
Mojarra	Eucinostomus pseudogula	**Mojarra**
Ojo Gordo	Caranx ruber	**Skip Jack**
Pargo	Lutianus analis	**Muttonfish**
Parguete o Corocoro (see Corocoro above)		
Pez Luna o Lamparosa (see Lamparosa above)		
Picúa o Picuda	Sphyraena barracuda	**Great Barracuda**
Pámpano	Trachinotus falcatus	**Round Pompano**
Palometa	Trachinotus glaucus	**Palometa**
Perro Pargo	Lachnolaimus maximus	**Hog-Fish**
Peto	Acanthocybium solandri	**Wahoo**
Robalo	Centropomis undecimalis	**Snook**
Salmonete	Upeneus maculatus	**Spotted or Red Goatfish**
Sol	Alectis ciliaris	**Threadfish**
Sierra	Scomberomorus maculatus	**Spanish Mackerel**
Sábalo	Tarpon atlanticus	**Tarpon**
Sardina	Sardinella anchovia	**Spanish Sardine**
Sebadal	Neomaenis griseus	**Gray Snapper**
Tajalí o Machete (see Machete above)		
Langosta	Palinurus guttatus or Palinurus vulgaris	**Crayfish**
Camarón	Penaeus brasilensis	**Common Shrimp**
Ostra	Ostrea parasitica	**Oyster**

Sr. Walter Dupuy, Director,
Museo de Ciencias Naturales, Caracas.

LAS CARNES PRINCIPALES
del mercado de Caracas

PRINCIPAL MEATS
in the Caracas Market

CARNE DE RES — BEEF

Cuarto trasero	Hind Quarter	**Cuarto delantero**	Fore Quarter
lagarto	shin	**solomo abierto**	neck, chuck
chocozuela, pollo		**retablón**	muscle covering solomo abierto
ganzo, pulpa negra	round	**codillo**	muscle covering retablón
punto trasero	rump	**pecho**	brisket, upper part of foreshank
lagarto la reina	special part of shank	**papelón**	foreshin
muchacho	special part of rump	**mano de res**	forefoot
lomito, lomo	tenderloin	**Desperdicios**	Organs
solomo cuerito	loin, porterhouse, prime ribs	**riñón**	kidney
guaro	muscle covering solomo cuerito	**panza, mondongo**	tripe
refaldeta	muscle covering guaro	**bofe**	lights
rabo	tail	**vaso, pajarilla**	spleen
pata	foot	**hígado**	liver
		corazón	heart
		lengua	tongue
		seso	brain
		manteca de res o de ganado	suet

CERDO, COCHINO, MARRANO — PORK

chuletas	chops
costillas	ribs
tocino	salt pork
tocineta	bacon
paticas	trotters
morro, hocico	head, chaps
chicharrón	crackling

AVES — FOWL

pollo	chicken
gallina	hen
gallineta	guinea fowl
pato	duck
pavo	turkey
paloma	pigeon

TERNERA — VEAL

Landras	**Sweetbreads**

CARNERO — MUTTON

Pernil	**Leg**

CHIVO, CABRA — GOAT

CORDERO — LAMB

CAZA — GAME

Venado	Venison
Cachicamo (Dasypus novemcinctus)	Armadillo
Lapa (Coelogenys paca)	Paca

ESPECIAS, HIERBAS, SEMILLAS — SPICES, HERBS, SEEDS

Pimienta guayabita	Allspice
Anís	Anise
Laurel	Bayleaf
Manzanilla	Camomile
Alcaparra	Caper
Alcaravea	Caraway
Comino holandés	
Cardamomo	Cardamom
Apio España	Celery
Sal de apio España	Celery Salt
Canela	Cinnamon
Clavo de especie	Clove
Color, Onoto	
Achiote	Color
Culantro	Coriander
Crémor tártaro	Cream of Tartar
Comino	Cumin
Curry	Curry
Guijones	Dill
Hinojo	Fennel
Ajo	Garlic
Sal de ajo	Garlic Salt
Jengibre	Ginger
Rábano picante	Horseradish
Macis	Mace
Mejorana	Sweet Marjoram
Orégano	Wild Marjoram
Hierbabuena	
Yerba buena	Mint
Mostaza	Mustard
seca	dry
preparada	prepared
Nuez moscada	Nutmeg
Cebolla	Onion
Sal de cebolla	Onion Salt
Pimentón, Paprika	Paprika
Perejil	Parsley
Especias para pasteles	Pastry Spice
Pimienta	Pepper
negra	black
blanca	white
roja	red, cayenne
Esencia de menta	Peppermint
Especias para encurtidos	Pickling Spice
Especias para aves horneadas	Poultry Seasoning
Especias para pasteles de auyama	Pumpkin Pie Spice
Romero	Rosemary
Azafrán	Saffron
Salvia	Sage
Ajedrea	Savory
Ajonjolí	Sesame
Albahaca	Sweet Basil
Tomillo	Thyme
Cúrcuma	Tumeric

TERMINOS DE COSTURA ..... SEWING TERMS

GENERALES — GENERAL..... La aguja, needle — **el hilo,** thread or cotton — **las tijeras,** scissors — **las tijeras de pico,** pinking shears — **el dedal,** thimble — **los alfileres,** pins — **la cinta métrica,** tape measure — **la máquina de coser,** sewing machine — **coser,** to sew — **zurcir,** to darn — **bordar,** to embroider — **embeber,** to gather — **hilbanar,** to baste — **sacar hilos,** to pull threads — **repulgar,** to hemstitch — **forrar,** to line — **sobrehilar,** to overcast — **zafar o desbaratar,** to rip or to undo — **al sesgo,** on the bias — **al hilo,** on the straight of goods — **el patrón,** pattern — **el dibujo,** the design

REMIENDOS y PRUEBAS — REPAIRS AND FITTING... **los ojales,** buttonholes — **pegar botones,** to sew on buttons — **el cuello,** collar — **los puños,** cuffs — **los bolsillos,** pockets — **las mangas,** sleeves — **las almohadillas,** shoulder-pads — **los cuchillos de la falda,** gores of the skirt — **apertura,** placket — **el dobladillo,** hom — **los pliegues,** pleat — **las alforzas,** tucks — **fruncido,** gathered — **el estambre para zurcir,** darning wool — **el hilo para** zurcir, darning cotton — **las medias,** socks or stockings

TELAS — MATERIALS..... la tela de algodón, cotton cloth — **la tela de hilo,** linen — **la lana,** woolen cloth — **la seda,** silk — **el terciopelo,** velvet — **el encaje,** lace — **las pieles,** furs — **la cinta,** ribbon — **el cuero,** leather

MEDIDAS — MEASUREMENT..... 100 centímetros = 1 metro, 100 centimeters = 1 metre — **2½ centímetros = 1 pulgada,** 2½ centimeters = 1 inch — **36 pulgadas = 1 yarda,** 36 inches = 1 yard — **39 pulgadas = 1 metro,** 39 inches = 1 metre

IMPORTANT FRUITS AND VEGETABLES IN THE CARACAS MARKET

The following list provides a trustworthy means of identification, although the botany of some of these fruits and vegetables is still confused. When popular names fail to establish identity, the scientific names will always provide the necessary key.

VENEZUELAN NAME	SCIENTIFIC NAME	OTHER NAMES
Acelga	Beta vulgaris var. Cicla, L.	**Chard**
Aguacate	Persea americana, Mill.	**Avocado, Palta**
Ají caribe	Capsicum frutescens, L.	**Bird Pepper**
Ají dulce (Pimentón)	Capsicum annuum, L.	**Sweet or Bell Pepper**
Ajo	Allium sativum, L.	**Garlic**
Ajoporro	Allium Porrum, L.	**Leek, Puerro**
Alcachofa	Cynara Scolymus, L.	**Artichoke**
Anón (Venez., Riñon)	Annona squamosa, L.	**Sugar-Apple, Sweet-spp**
Apio	Arracacia xanthorrhiza, Bancr.	**Arracacha, Arracacia**
Apio España	Apium graveolens, L.	**Celery**
Arveja o Guisante	Pisum sativum, L.	**Pea**
Auyama	Cucurbita maxima, Duch.	**Autumn and Winter-Squash**
Batata	Ipomoea Batatas, Lam.	**Sweet-Potato, Camote, Boniato**
Berenjena	Solanum Melongena, L.	**Eggplant, Boulanger, Melongene**
Berro	Nasturtium officinale, R. Br.	**Water-Cress**
Bróculi	Brassica oleracea var. botrytis, L.	**Broccoli**
Cabello de Angel	Cucurbita melanosperma, Gasp.	**Zapallo, Angel's Hair, Pampanita, Calabazita**
Cacao	Theobroma cacao, L.	**Cocoa**
Café	Coffea arabica, L.	**Coffee**
Caimito	Chrysophyllum Cainito, L.	**Star-Apple**
Calabaz	Cucurbita Pepo, L.	**Pumpkin**
Calabazita o Pampanita	(see Cabello de Angel and Buying Guide)	
Cambur	Musa paradisiaca, L. var. sapientum, Kuntze (see Buying Guide for varieties)	**Banana, Guineo**

Cebolla	Allium Cepa, L.	**Onion**
Chayote	Sechium edule, Sw.	**Tayote, Christophine**
Chirimorriñón (Venez.)	Annona Cherimola, Mill.	**Cherimoya, Custard-Apple**
Chirimoya (Venez.)	Annona reticulata, L.	**Corazón, Bullock's Heart**
Coco	Cocos nucifera, L.	**Coconut**
Coliflor	Brassica oleracea var. botrytis, L.	**Cauliflower**
Colinabo	Brassica caulorapa, Pasq.	**Kohlrabi**
Cotopriz	Talisia olivaeformis (Kth.) Radlk.	**Yellow Genip**
Dato	Lemaireocereus sp.pl.	**Cactus Fruit (red)**
Durazno	Prunus Persica, L.	**Peach, Melocotón**
Escarola	Chichorium Endivia, L.	**Escarolle or Endive**
Espinaca	Tetragonia expansa, Murr.	**New-Zealand-Spinach**
Fresa	Fragaria vesca, L.	**Strawberry, wild**
Fruta de Pan		**Bread-Fruit (seeds)**
Pan de Ñame o Pan de Año	Artocarpus communis, Forst.	**Bread-Fruit (seedless)**
Granada	Punica Granatum, L.	**Pomegranate**
Grapefruit	Citrus maxima, Merr.	**Grapefruit, Shaddock, Pummelo**
Guanábana	Annona muricata, L.	**Soursop**
Guayaba	Psidium Guajava, L.	**Guava, Goiaba**
Haba	Phaseolus lunatus, L. var. macrocarpus Benth.	**Lima Bean**
Hicaco	Chrysobalanus Icaco, L.	**Coco-Plum**
Higo	Ficus carica, L.	**Fig**
Hinojo	Foeniculum vulgare, Mill.	**Fennel**
Icaco (see Hicaco)		
Jobo	Spondias lutea, L.	**Yellow Mombin, Hog-Plum**
Jobo de indio	Spondias cytherea, Sonn. (S. dulcis, Forst.)	**Otaheite-Apple, Ambarella**
Jojoto (see Maíz)		**Green Corn**
Lechosa (-za)	Carica Papaya, L.	**Pawpaw, Papaya, Fruta de Bomba**
Lechuga	Lactuca sativa, L.	**Lettuce**
Leiren	Calathea Alluia, Lindl.	**Sweet Corn Root, Lerén**
Lima, Limón	Citrus aurantifolia, Swingle	**Lime**
Limón criollo (var., Limón francés)	Citrus Limonia, Osbeck	**Lemon** (Rough Lemon)
Maíz	Zea Mays, L.	**Corn**
Malanga	Colocasia antiquorum, Schott	**Taro, Eddo, Dasheen**

Mamey (-ei)	Mammea americana, L.	**Mamee-Apple, Mamey de Sto. Domingo**
Mamón	Melicocca bijuga, L.	**Spanish-Lime, Genipe**
Mandarina	Citrus nobilis, Lour. var. deliciosa, Swingle	**Tangerine, Mandarin**
Mango	Mangifera indica, L.	**Mango**
Maní	Arachnis hypogaea, L.	**Peanut, Cacahuete**
Manzana	Pyrus Malus, L.	**Apple**
Mapuey	Dioscorea trifida, L.	**Cush-Cush, Yampee**
Melón	Cucumis Melo, L.	**Muskmelon**
Membrillo	Cydonia vulgaris, L.	**Quince**
Merey (-ei)	Anacardium occidentale, L.	**Cashew, Marañón, Pajuil**
Mora o Zarzamora	Rubus sp.pl.	**Blackberry**
Nabo	Brassica Rapa, L.	**Turnip**
Naranja	Citrus sinensis, Osbeck	**Orange, China**
Naranja cajera	Citrus Aurantium, L.	**Seville Orange**
Níspero	Achras Sapota, L.	**Sapodilla, Naseberry**
Níspero del Japón	Eriobotrya japonica, Lindl.	**Loquat**
Ñame	Dioscorea alata, L.	**Yam**
		Rascadera, X. sagittifolium
Ocumo	Xanthosoma sagittifolium, Schott	**Tanier (Tannia), Yautia** Xanthosoma sp.pl.
		Ocumo morado — Xanthosoma violaceum, Schott
Papa	Solanum tuberosum, L.	**Potato**
Parcha	Passiflora ligularis, A. Juss.	**Sweet Granadilla**
Parcha granadina or Badea	Passiflora quadrangularis, L.	**Giant Granadilla, Barbadine**
Patilla	Citrullus vulgaris, Schrad.	**Watermelon, Sandía**
Pepino	Cucumis sativus, L.	**Cucumber**
Pepino Andino	Cyclanthera pedata, Schrad.	**Achucha, Caifa**
Pera de Agua	(see Pomagás)	
Perejil	Petroselinum hortense, Hoffm.	**Parsley**
Pimentón (see Ají dulce)		
Piña	Ananas comosus, Merr.	**Pineapple**
Plátano	Musa paradisiaca, L.	**Plantain**
Pomagás	Eugenia malaccensis, L.	**Pomerac, Ohia**
Pomarosa	Eugenia Jambos, L.	**Rose-Apple**
Quimbombó	Hibiscus esculentus, L.	**Okra, Gumbo, Ladies' Fingers**
Quinchoncho	Cajanus indicus, Spreng.	**Gandúl, Pigeon Pea**
Rábano	Raphanus sativus, L.	**Radish**

Remolacha	Beta vulgaris, L.	**Beet, Beet-Root**
Repollo	Brassica oleracea var. capitata, L.	**Cabbage**
Repollo de Bruselas	Brassica oleracea, L. var. gemmifera, Zenker	**Brussels Sprouts**
Riñón (see Anón)	Annona squamosa, L.	**Sugar-apple, Sweet-sop**
Salsifí	Tragopogon porrifolius, L.	**Salsify, Oyster-Plant**
Tamarindo	Tamarindus indica, L.	**Tamarind**
Tomate	Lycopersicum esculentum, Mill.	**Tomato**
Tomate francés	Cyphomandra betacea, Sendt	**Tree-tomato**
Toronja	Citrus medica, L.	**Citron**
Tuna	Opuntia sp.pl.	**Cactus Fruit**
Uva	Vitis vinifera, L.	**Grape**
Uva de Playa	Coccoloba uvifera, L.	**Seaside Grape**
Vainita	Phaseolus vulgaris, L.	**String Bean, Habichuela**
Yuca dulce	Manihot Aipi, Pohl	**Sweet Cassava**
Zanahoria	Daucus Carota, L. var. sativa DC.	**Carrot**

Dorothy Kamen-Kaye,
Víctor M. Badillo,
(Servicio Botánico del Ministerio de Agricultura y Cría, Caracas, Venezuela).

Books consulted in compiling this list:

Axtmayer, Joseph H. and **Cook, Donald H.**, Manual de Bromotología (Oficina Sanitaria Panamericana, Washington, D. C. Pub'n Nº 186)

Bailey, L. H., Manual of Cultivated Plants (Macmillan, N. Y., 1938)

Pittier, H., Manual de las Plantas Usuales de Venezuela (Lito. del Comercio, Caracas, Venezuela, 1926) y Suplemento a las Plantas usuales de Venezuela (Ed. Elite, Caracas, 1939)

Pittier, H., New or Noteworthy Plants from Colombia and Central América (Contribs. from U. S. Nat. Herbarium Vol. XII pt. 5 Smithsonian Inst., Wash. Gov't Pr. Off., 1909)

Popenoe, Wilson, Manual of Tropical and Subtropical Fruits (Macmillan, N. Y., 1938)

Seymour, E. L. D., Ed., The New Garden Encyclopedia (Wm. H. Wise and Co., N. Y., 1934)

Williams, R. O. and Williams, R. O. Jr., The Useful and Ornamental Plants in Trinidad and Tobago (Revised, 3rd. Ed'n. Pr. and Pub. by A. L. Rhodes, Gov't Printer, 1941)

BUYING GUIDE FOR FRUITS AND VEGETABLES

The following are a few hints for the housewife who, upon investigating the possibilities of the local market, finds many unfamiliar fruits and vegetables as well as many familiar ones that do not look quite the same as they do "at home". To them, we add this advice: try the things you are not familiar with — ou are almost certain to like them. They not only vary menus but also help to provide a balance of vitamins.

Instead of potatoes — try "mapuey", plantain, "ñame" or "ocumo". Instead of familiar cream soups — have "apio" soup, black bean soup, plantain soup.

Instead of familiar vegetables (many of which, not being native to Venezuela, may be inferior in quality and high in price) — try "topochos", "pampanitas", bread-fruit, green "lechosa". **For dessert** — try Venezuelan fruits. Raw: ripe "lechosa", "mamey", pineapple, mango, "níspero", "chirimoya". Made into "dulces" with sugar or "papelón": green "lechosa", "mamey", green fig, "hicaco", guava.

And — instead of a "coke", have your cook make you a "refresco" of "tamarindo", "guanábana", "parcha granadina" or "chiriguata".

Among the fruits and vegetables found all the year or practically all the year, the following require a word of explanation:

Aguacate — sold as "for to-day" or "for two days from now" etc. Best bought hard and — wrapped in newspaper or buried in the family rice or bean sack — allowed to ripen. This ripening takes from 2 days onwards depending on the avocado. They should be examined daily to catch them at just the right point — that is, when a slight pressure shows they are softened. Experience is the best teacher here. The shake-it-to-see-if-the-stone-is-loose test is not infallible.

Anón — (riñón, chirimoya, corazón) — very soft when ripe. Be sure the skins are not broken when they are bought. Best eaten very cold.

Apio — not to be confused with "apio España" (celery). It is a root tasting a little like very delicate yellow turnip; is used by Venezuelans as a thick soup, in "hervido", as a vegetable instead of potato, and as the principal ingredient of a "dulce" called "buñuelo". **(Celery,** incidentally, is small, not bleached, but of good flavor).

Arveja — large, mealy peas — hulled or in pods. The tiny tender ones we call garden peas are hulled and sold by the kilo — measured in a gourd or "totumo" rather than being actually weighed — as "petits pois". These also are sometimes to be found in the pod.

Batata — two kinds, "blanca" (white) and "rosada" (pink). The former is pale yellow. The latter is the more similar of the two to the sweet potato we know; it is orange-yellow. It exudes a pink juice when cut raw.

Cambur — most of the varieties of banana grown in Venezuela can be found in the Caracas market; the **Manzano, Titiaro, Pigmeo, Cuyaco** and **Topocho** are those most generally sold. Of these the first four are eaten raw, the Titiaro raw or cooked, and the Topocho cooked only. According to Pittier (see Fruit and Vegetable List Bibliog.) the varieties of Musa paradisiaca var. sapientum, L., found in Venezuela are: Guineo — known in the Antilles as Gros Michel, exported in large quantities to Europe and the United States; Cuyaco — large, scarcely differing from the Guineo: Manzano — small, rounded fruit with pale yellow, thin skin, to which the odor of apples is attributed; Cambur morado — shaped like the Manzano but with a deep- or light-purple skin (this variety lends itself best to conversion into "cambures pasados" or desiccated bananas); Cambur rosado — smaller, sweeter than the morado, is edible but it is said that for some individuals is a mortal poison if eaten together with red wine; Cambur negro or criollo — small, slender, green skin with black spots, can be eaten raw but is better cooked; Cambur resplandor — large, with pink flesh, very pleasant taste; Topocho — short, thick, triangular with sharp edges to the angles, between plantain and banana in taste; Titiaro — called "ladies' fingers" in the English islands, very sweet, has a delicious flavor. Another variety is the Titiarito (subs. troglodytarum, L.), smallest of all, and similar to the Titiaro. Another, the Cambur pigmeo or chino (Musa Cavendishii) — called "pygmy"

because of the size of the plant, which seldom reaches 2 meters in height) — looks and tastes like the average banana but is not as large and full as the Cuyaco.

Chayote — sometimes spelled "chayota" or "challota", in which case it becomes gramatically feminine; green or cream white. In addition to being prepared as a vegetable it is very useful for filling with meat or cheese mixtures.

Durazno — some white, most yellow, all clingstone type, ranging in size from walnut to golf ball; are picked when green (with very few exceptions) and even the largest and ripest are fit only for cooking.

Espinaca — not the familiar rosette of shiny dark green leaves, but the New Zealand variety with fleshy, fuzzy leaves on a thick stem. These — and also the hard buds — must be picked off (near the tip, stem and all may be used) and parboiled, even for salad. When cooked, it tastes like other spinach.

Granada — not as delicious a fruit as the pomegranate of oriental countries; hard and dry, with little pulp around the seeds.

Grapefruit — available are seeded, seedless, pink as well as yellowish pulp; looks like but is not the same as the "toronja", which is used only for "dulces".

Guayaba — almost invariably wormy, due to the presence of an insect the grubs of which hatch in the growing fruit. Although guavas may be eaten raw, most are made into "dulces", among which are "cascos de guayaba" and various 'pastas".

Higo — small, green, used for "dulce"; occasionally ripe ones reach the market.

Jojoto — not real "sugar corn" but can be found of the degree of tenderness North Americans like for "corn on the cob". The Venezuelans use it in "hervido" and a few other dishes but corn between the milk and the hard stages is most commonly used grated, to make "cachapas", etc. (See Unfamiliar Foodstuffs).

Lechosa (-za) — an excellent substitute for the morning melon, or cut up with other fruits, for lunch dessert. Tastes, at its best, like melon plus honeysuckle. Be sure it has no bruises or soft places and is just turning from green to yellow when bought. Score it lightly down the ridges from end to end with the back of a knife and cut a thin slice off at the point and stem end. A milky juice is exuded. Allow to ripen for a day or two, then ice before eating.

Mamey — tastes very like peach or apricot; can be eaten raw or as a "dulce". In either case great care must be taken not to include any of the white membrane between rind and orange-colored flesh, in the part eaten. It puckers the mouth the way persimmons do.

Mango — green ones, cooked, are a good substitute for apple sauce. Of the green ones, also, Venezuelan cooks make a delicious dessert. There are two versions — one, cooked very little, is light and spongy; the other is denser, like very firm gelatin. Of the ripe ones eaten in hand or prepared as a dessert fruit, the fruit regarded as choice is small, yellow with a rosy cheek, called "mango de bocado".

Manzana — gnarled, small, misshapen — like windfalls; a passable apple sauce can be made from them — they are not good for eating raw, as they are woody in texture and not particularly agreeable in flavor.

Mapuey (-ei) the "morado" (purple) is prefered by Venezuelans to the "blanco", as being superior in flavor.

Membrillo — choose the medium-sized; the large are woody and tasteless.

Merey (-ei) the cashew-apple is good raw or cooked, though somewhat astringent. The nut must be roasted to decompose the cardol and anacardic acid substances which the shell contains. Care must be taken to roast the nuts well. The vapor from the roasting should not be allowed to reach the face or hands.

Níspero — buy when slightly hard and allow to ripen in a warm place. If bought already ripe they are soft and the skin usually breaks if they are handled.

Do not ice; the cold kills the flavor — which has been described as pears-and-brown-sugar.

Pan de Ñame — seedless breadfruit is called by this name in Caracas, although it is also known as "pan del año" and "pan de pobre"; it is not sold extensively. The seeds of the other variety are more frequently seen, sold either raw or boiled. If they are boiled with a little sugar in the water they taste very like and may be used in recipes calling for chestnuts.

Papa — the "rosada" with a rosy skin, is preferred to the white which is yellowish inside and sticky rather than mealy when cooked. It is difficult to get potatoes that have a good flavor, large enough for baking.

Pepino Andino — is tenderer and has a better flavor, when young. Generally used to stuff and serve hot — but is also a delicious salad stuffed with cottage cheese or slaw.

Piña — two kinds are found in the market. The commoner is orange-red, rather acid. A less-frequently found pineapple is purple-red, larger and longer than the other, and far more pleasantly flavored. It is very perishable — and deceptive, too, as it rots from the inside.

Plátano — According to Pittier, three varieties of Musa paradisiaca subs. normalis are found in Venezuela. Besides the **plátano común** there are the **dominico** (brought to América by a Dominican friar) and the **plátano guineo** (also called **chocheco**). When fully ripe, this last may be eaten raw; the others must be cooked. Plantains are bought for different purposes according to degree of ripeness. "Verde" — green all over; hard — used for "tostones" or (peeled) for roasting. "Pintón" — yellow with black spots; still firm to the touch — used for boiling, filling with cheese, etc. "Maduro" — black skin; soft to the touch — for frying, filling with meat, cheese,etc., making "dulce", roasting. "Pasado" — skin is black and withered, moldy in places; very soft to the touch — for "torta de plátano", baking.

Tomate — two kinds, the "manzano" which is the tomato we know, and "criollo", which is small, seedy, deeply ridged. The "criollo" is used for cooking.

Yuca — sweet, not the kind used for making cassava (see Unfamiliar Foodstuffs). If not used the day it is bought, it must be kept either in water or buried in earth. If it is dropped, it bruises and begins to rot at once, is unfit for use.

The following are a few of many fruits which appear in the market only for a few days or weeks, as they come in season. They are interesting experiments in flavor and furnish a welcome addition to the resources of the table. Notice and try them.

Uva de playa — looks like a big purple grape, is sold in a cornucopia made of its own big leaf.

Cotopriz — something like a mamón, but smaller.

Caimito — a firm rind, filled with fragrant jelly.

Dato and **Tuna** — one purple-red, the other green, from a cactus. Mellow pulp.

Guama — pulp-covered seeds in a big pod.

Jobo — pungent, sweet pulp.

Níspero del Japón — yellow skin, firm flesh, refreshing flavor.

Pomagás, Pomarosa and **Pera de agua** — chiefly interesting for crunchy, crisp flesh — unusual in tropical fruit.

Zarzamora — rather seedy, but good in blackberry recipes.

D. K.-K.

TEMPERATURAS PARA HORNEAR

149° C. = 300° F.	190° C. = 375° F.
163° C. = 325° F.	204° C. = 400° F.
176° C. = 350° F.	232° C. = 450° F.

260° C. = 500° F.

Para probar el calor del horno sin usar el termómetro — póngase un poquito de harina en un plato refractario y colóquese éste dentro del horno. Si la harina se dora ligeramente en 5 minutos el horno es lento (121° C. — 163° C.). Si la harina se dora del color de oro en 5 minutos, el horno es moderado (176° C. — 190° C.). Si la harina se pone bien obscura en 5 minutos, el horno es caliente (204° C. — 232° C.). Si la harina se pone muy obscura en 3 minutos, el horno es muy caliente (232° C. — 260° C.).

La temperatura del horno se reduce rápidamente colocándole adentro una olla con agua fría.

La temperatura del horno varía según el recipiente que se emplea. Por ejemplo, usándose un recipiente de vidrio o de barro, se necesitan 14 centígrados de calor menos de los que pide la receta. Esto es cierto también si se usan recipientes de metal de mucho uso y de color quemado. Los recipientes nuevos de metal y los que tienen brillo necesitan 14 centígrados de calor más de los que pide la receta hasta que pierden el brillo.

Cocimiento en alturas grandes sobre el mar. Caracas tiene 1.000 metros de elevación sobre el mar. A esta altura se usan los mismos procesos que se usan al nivel del mar. Al nivel del mar el agua hierve a 100° C. y para cada 165 metros de elevación la temperatura de agua que hierve baja medio centígrado. Así es que en Caracas el agua hierve a 97° C. (aprox.). A elevaciones menos de 2.000 metros, no es preciso hacer cambio alguno en la temperatura del horno. Al nivel del mar la temperatura de los dulces y los azucarados en punto de bola suave es de 113° C. A 1.000 metros la bola se forma a 108° C., a 1.500 metros se forma a 106° C. y a 2.000 metros se forma a 104° C. Por esto se ve que no es posible, en Caracas, hacer pruebas exactas con el termómetro de dulces y azucarados.

PREPARACION DE:

Preparación de migas de pan

Migas suaves — úsese pan viejo pero blando. Sáquense las cortezas y desbarátese la parte interior con los dedos o con un tenedor o córtese en cubos. (Para rellenos, budines, etc.).

Migas de pan secas — pan rallado — úsese pan viejo y seco. Se puede secar, sin que dore, en el horno. Desbarátese con el rodillo o rállense y ciérnanse las migas antes de usarlas. (Para envolver las viandas o para espolvorear la superficie de los platos horneados).

Migas de pan enmantequilladas — mézclese un poco de mantequilla derretida con las migas de pan secas, en proporción de 2 cucharadas de mantequilla para cada media taza de migas. (Para los platos horneados y para espolvorear la superficie de las legumbres. En el último caso se doran y se sazonan las migas).

OVEN TEMPERATURES

300° F. = 149° C.	375° F. = 190° C.
325° F. = 163° C.	400° F. = 204° C.
350° F. = 176° C.	450° F. = 232° C.

500° F. = 260° C.

To test an oven without a thermometer — put a little flour in a pie plate and place in the heated oven. A slow oven (250° F. — 325° F.) turns the flour delicate brown in 5 minutes. A moderate oven (350° F. — 375° F.) turns the flour golden brown in 5 minutes. A hot oven (400° F. — 450° F.) turns the flour a deep, dark brown in 5 minutes. A very hot oven (450° F. — 500° F.) turns the flour deep, dark brown in 3 minutes.

Oven heat can be reduced quickly by placing a pan full of cold water in the oven.

Oven heats differ with utensils used. Glass and enamel utensils require 25 degrees Fahrenheit less heat than usually recomended for cakes and bread. This holds also for old, darkened tins. New tin and shiny-bottomed pans require 25 degrees Fahrenheit more heat than specified, until the shine wears off.

High altitude cooking. Caracas is approximately 3.000 feet above sea level. At this altitude there is only a negligible difference from sea level in cookery processes. The sea level boiling point of water is 212° F.; for every 500 feet of ascent the temperature drops one degree. Thus, in Caracas, water boils at about 206° F. In the baking of meats and vegetables the oven heat can be regulated regardless of altitude except above 7.000 feet. Candies and frostings cannot be tested accurately by thermometer in Caracas because the soft-ball stage (236° F. up to 1.000 feet) is 226° F. at 3.000 feet. (At 5.000 feet it is 223° F. and at 7.000 feet it is 220° F.).

PREPARATION OF:

To Prepare Breadcrumbs

Soft bread crumbs — use stale but soft bread. Remove crusts, crumble between fingers or tear with fork, or cut in cubes. (For stuffings, puddings, etc.).

Dry bread crumbs — use very dry bread, drying (but not browning) in the oven if not crisp. Roll, crush, or grind; sift. (For coating food or to top scalloped or baked dishes).

Buttered crumbs — mix melted butter with sifted dry crumbs, allowing 2 tablespoons butter to ½ cup crumbs. (For covering scalloped or baked dishes, scattering — browned and seasoned — over vegetables).

Preparación de melado de papelón

Esto se usa en vez de la melaza indicada en recetas norteamericanas: cómprese un papelón claro y píquese en pedazos usándose un cuchillo y alguna cosa pesada, por ejemplo el rodillo. Mídase una taza de papelón por el sistema de desplazamiento de agua (si se desea 1 taza de papelón, escójase un recipiente de 2 tazas de capacidad y viértase en éste 1 taza de agua; agréguense pedazos de papelón hasta que el agua llegue al borde del recipiente; la cantidad de papelón agregada es de 1 taza; déjese escurrir el agua). Añádase al papelón ½ taza de agua y cuézase hasta que empiece a espesarse. Quítese la nata; déjese reposar durante unos momentos y viértase en un frasco (con cuidado para que no pase el sedimento). Para 2 tazas de melado se necesitan aprox. la tercera parte de un papelón y 3 tazas de agua.

Para acaramelar un molde

Póngase una taza o más de azúcar granulada en una sartén de metal pesada y mójese con agua usando ½ taza de ésta para cada taza de azúcar. Déjese reposar unos momentos. Arrímese al fuego y caliéntese sin removerse hasta que se obtenga un melado grueso de color de oro (después de unos 10 minutos). Es necesario que el cocimiento tenga el debido tiempo; si se cocina demasiado, la mezcla resulta amarga; si no se cocina bastante no sabe a azúcar quemada. En el momento en que la mezcla esté lista, viértase en el molde que se desée acaramelar y remuévase éste hasta que toda la superficie interior quede cubierta del melado.

Precauciones: no hay nada más caliente que el azúcar quemada; cuídese de no quemarse los dedos. No se debe vertir el melado en una fuente fría — caliéntese ésta de antemano con agua caliente, séquese y entonces póngase el melado.

Para abrir un coco — agujeréese el coco por los tres ojos y déjese salir el agua dentro de una taza. Sóplese el coco por los agujeros y láncese contra una superficie dura.

Para separar la pulpa del coco de la corteza — remójense los pedazos del coco con agua fría durante 10 minutos; entonces se separan la corteza y la pulpa fácilmente con un cuchillo.

Para sacar la leche de un coco — rállese la pulpa del coco y envuélvase la ralladura en un linón; mójese con ¼ taza (aprox.) de agua (o de leche) caliente y exprímase la leche del coco, apretándose el linón. Se puede repetir el procedimiento con más agua caliente pero es mejor sacar la leche del coco la más concentrada posible.

Para hacer piña fresca parecida a la de pote — pélese la piña, sáquese el corazón y córtese en rebanadas. Colóquense éstas en una olla honda que se pueda tapar bien. Añádase una taza de azúcar (si la piña es de tamaño mediano) y cuézase a fuego muy lento durante varias horas hasta que la piña esté blanda. Para el éxito de este procedimiento es preciso que el cocimiento sea lento y que la olla quede bien tapada.

To Make "Papelón" Syrup

This syrup — called "melado" — is a substitute for molasses in most recipes: ask for a "papelón claro" or light-colored. Break it into small pieces with a knife and something heavy — a rolling pin, for example. Measure a cup of "papelón" by the water-displacement method (take a 2-cup measure and fill it with water to the level of 1 cup. Add pieces of "papelón" until water reaches level of 2 cups. Amount of "papelón" added is equal to 1 cup. Drain off water). Add ½ cup water and boil until syrup begins to thicken; remove scum. Let stand a few minutes so that sediment will settle, then pour into a jar. (Roughly it takes about one third of a "papelón" and 3 cups of water to make a pint of syrup).

To Caramelize a Mold

Put a cup or more of granulated sugar into a heavy metal pan and moisten with half as much water. Let stand a few minutes, then place on fire and cook without stirring until it turns to syrup and turns golden brown (about 10 minutes). It is important to cook it just the right length of time — too much, and it is bitter; too little and it is tasteless. When it reaches the desired shade of brown, pour at once into the mold to be caramelized, tilting it back and forth to coat sides.

Cautions — there is nothing hotter than caramelized sugar; be careful not to burn yourself. Do not pour it into a cold Pryex dish — let hot water stand in the dish for a few minutes before the caramel is ready, dry thoroughly, then pour it in.

To open a coconut — pierce the three indentations in the end and let the water run out into a cup. Then blow into the holes and dash the coconut down onto a hard surface.

To loosen coconut meat from the hard outer shell — allow the pieces of the broken coconut to soak in cold water for 10 minutes; it may then be pried loose easily.

To get the milk out of a coconut — grate and place the grated coconut in a piece of muslin; moisten with about ¼ cup of hot water or milk and squeeze. The operation may be repeated, but the more concentrated the coconut milk is, the better.

To prepare fresh pineapple as a substitute for canned — peel pineapple, take out hard center, slice. Place in well cooker or heavy saucepan with tight lid. Add a cup of sugar (to a medium sized pineapple) and cook very slowly for several hours until soft. The success of this method depends on a tightly closed container and very slow cooking.

PREPARACION DE LENGUA SALADA

1 cucharadita sal de nitro	3 ó 4 clavos de especie
2/3 taza sal molida	jugo de 1 limón
1 cucharadita azúcar morena	agua caliente

1 lengua

Lávese y ráspese la lengua y sepárense los pedacitos pendientes. Para sacar la baba, rocíese la lengua por todos lados con el jugo de limón y frótese con la cáscara del limón. Déjese reposar durante ½ hora por lo menos. Lávese. Mézclense los demás ingredientes en un tazón y añádase la lengua con agua suficiente para cubrir ésta. Un peso liviano, por ejemplo un plato, puede ponérsele encima pero el tazón no debe estar bien tapado. Colóquese el tazón en el fondo de la refrigeradora y voltéese la lengua cada 24 horas. La lengua debe permanecer en el líquido de 5 a 7 días.

Cocimiento: lávese bien la lengua, cúbrase de agua fría y caliéntese hasta que rompa a hervir. Sancóchese durante 5 minutos; sáquese la nata y déjese cocinar, a fuego lento, tapada, durante 3 ó 4 horas, o hasta que esté blanda. Déjese enfriar en el caldo hasta que se pueda manipular; pélese y acomódese la punta gruesa. Sírvase o caliente o fría con una salsa. 6 a 8 cubiertos.

Carne de res salada — síganse las instrucciones de la receta anterior suprimiéndose el jugo de limón y el uso de éste. Las cantidades indicadas son apropiadas para salar 2 kilos de carne. Se usa o pecho o pulpa negra en vez de la lengua. (Véase p. 211).

Anne White y Dorothy Kamen-Kaye.

Preparación de la manteca de ganado

Antes de usar esta manteca hay que despellejarla y quitarle todo lo que no sea manteca. Es entonces cuando se pesa o se mide. Es más fácil picar la manteca si ésta se espolvorea primero con harina.

Otra manera de preparar la manteca — se corta en trozos sin despellejarla, se coloca en una fuente dentro del horno caliente. En cuanto se deslíe la manteca se vierte en otra fuente; se deja endurecer y se guarda espolvoreada con harina.

Para aumentar el volumen de la mantequilla — déjese reposar ½ kilo de mantequilla hasta que tenga la temperatura del cuarto y que esté algo blanda. Póngase en un tazón, córtese en pedacitos y bátase con un batidor mecánico o eléctrico o con una cuchara de madera hasta que esté cremosa. Añádase 1 taza de leche cremosa, mezclándose escrupulosamente. Se obtiene ¾ kilo de mantequilla suave, la cual se ablanda fácilmente. Si el color que queda es algo blanco, se le puede añadir un poquito de amarillo vegetal.

TO CORN A TONGUE

1 teaspoon saltpeter	3 or 4 cloves
2/3 cup kitchen salt	juice of a lemon
1 teaspoon brown sugar	hot water

1 tongue

Wash and scrape the tongue well and remove all hanging bits. To remove the slimy coating, squeeze the lemon all over it, rubbing with the rind. Let stand at least a half hour with the lemon on it. Wash. Mix all the other ingredients in a bowl. Place the tongue in it with enough liquid to cover. A weight — a plate for example — may be necessary, but the bowl should not be covered tightly. Place in the lower part of the refrigerator; turn every day. It should stay in the solution for 5 to 7 days.

To prepare: wash thoroughly, place in cold water, bring slowly to boil and boil 5 minutes. Skim and allow to simmer, covered, 3 to 4 hours or until tender. Cool in stock until cold enough to handle; skin and trim root end. Serve hot or cold, with a sauce. Serves 6 to 8.

To corn beef — use the same ingredients (except lemon) and method. This amount of mixture will corn 2 kilos (about 5 pounds) of beef. Brisket or round are good cuts for corning. (See p. 211).

Anne White and Dorothy Kamen-Kaye.

To Prepare Suet for Use

Remove all skin and gristle from suet before weighing or measuring.
To chop — sprinkle a little flour over it to prevent sticking.

Another way to prepare — cut up roughly without skinning it, put into a pan in a hot oven. As it melts, pour it off and allow to harden; dust a little flour over it. It will keep for a long time.

To stretch butter — leave a pound of butter at room temperature until it is slightly softened. Place in bowl, cut into small sections and beat with electric or rotary beater or a wooden spoon until it is creamy. Beat in 1 cup of top milk, blending thoroughly. By this means a pound of butter is stretched to a pound and a half. The creamy spread that results softens quickly. If the ivory white color that it acquires is not pleasing, a little yellow vegetable coloring may be added.

PREPARACION DE QUESO "COTTAGE" CON LECHE EN POLVO

Si la leche se cuaja por intervención de microbios inapropiados resulta un queso de tejido malo y de sabor desagradable. Por esto y para evitar la pérdida de la leche, se recomienda empezar con la preparación de una pequeña cantidad.

Prepárese una taza de leche (véase p. 235) y déjese cortar. Esto necesitará de uno a dos días; depende del estado atmosférico. Tápese la leche con un linón, colóquese cerca de la estufa y déjese reposar sin tocarse. Cuando esté sólida píquese con un cuchillo; si el requesón está liso y firme, se puede proceder con la preparación de una cantidad mayor.

Mézclense 4 tazas de leche (1 taza de polvo con 4 tazas de agua **recién hervida**). Déjese enfriar hasta que esté tibia. Combínese con esto la taza de leche cortada, mezclándose todo muy bien. Tápese y déjese reposar por lo menos durante 24 horas.

Cuando un requesón firme y liso se haya formado, póngase todo en baño María y caliéntese poco a poco; es necesario que el requesón se caliente lentamente. Revuélvase a menudo con cuchara de madera. Cuando la mezcla llegue a una temperatura un poco más alta que la del cuerpo humano (será después de unos 5 minutos) bájese del fuego, sáquese del baño María y déjese reposar hasta que el requesón se cuaje. Luego colóquese un cuadrado grande de linón dentro de un tazón y viértase la mezcla en éste; cójase el linón por las cuatro esquinas, amárrense éstas y cuélguese encima del tazón para que la mezcla pueda escurrirse. Este procedimiento ocupará unas 3 horas. Sáquese el queso del linón y añádase una cucharadita de sal. Guárdese el queso tapado dentro de la refrigeradora en la parte que tiene menos frío. Se obtiene 1½ taza (aprox.).

Omitiendo el cocimiento del requesón, se obtiene "fromage á la creme" de la cocina francesa. Síganse las instrucciones arriba indicadas pero póngase la mezcla a escurrirse sin haberla calentado. Para evitar la pérdida del requesón que queda muy suave, déjese la mezcla escurrir durante ½ hora sobre un colador antes de colgarla. Sírvase el queso sin sal y mezclado con un poquito de crema de leche. Este queso gusta más y se parece más al queso crema que el tipo que se calienta.

Dorothy Kamen-Kaye y Mary B. Wheeler.

Queso "cottage" rápido — agréguese a 2 tazas de leche fría ½ taza de jugo de limón y déjese la mezcla reposar durante una hora; la leche se habrá cortado. Añádase agua hirviendo en cantidad suficiente para cubrir la mezcla y déjese reposar hasta que se haya formado una cuajada (aprox. ½ hora). Amárrese dentro de un linón y cuélguese para que pueda escurrirse. Sazónese con sal y pimienta. El sabor del limón no se aprecia en el queso.

Mildred Hackett.

Nota importante: cuídese de que todo lo que se usa en la preparación de los quesos esté escrupulosamente limpio. Lávese el linón inmediatamente después de usarlo y enjuáguese éste bien con agua hirviendo. Se recomienda el uso de una cuchara de madera en vez de una de metal. El queso no se debe guardar en un recipiente de metal.

TO MAKE COTTAGE CHEESE FROM POWDERED MILK

If the wrong bacteria get into milk left to sour, a curd of poor texture or unpleasant taste results. It is therefore wise to make a "starter" with a small quantity of milk rather than use a large quantity that may have to be discarded.

Mix a cup of milk (see p. 251) and allow it to sour. This will take from one to two days, depending on the weather. It should be covered with a bit of cheesecloth, placed near the stove, and not disturbed during the souring. When it is solid, cut down through the curd with a knife; if it is smooth and firm, proceed with the larger lot.

Mix a quart of milk (1 cup powder to 4 of **freshly boiled** water). Stir the cup of soured milk into this when it is tepid, mixing well. Cover and let stand for 24 hours more. (It may take longer).

When a firm, smooth curd has formed, place the contents of the bowl in the top of a double boiler. Let the water in the bottom heat gradually; the curd must heat slowly. Stir it up from the bottom frequently with a wooden spoon. When it reaches a temperature a little above body heat (this should take about 5 minutes) remove from the fire and from the bottom of the double boiler and allow to stand until the curd sets. Lay a large square of cheesecloth in a bowl and pour the curd in; gather up the four corners of the cloth, tie, and hang to drain over the bowl. It will take about 3 hours. Remove from cloth and add to it a teaspoon of salt. Keep in a covered container in the least cold part of the refrigerator. About 1½ cups.

Uncooked, this is the fromage à la crême of the French cuisine. The procedure is the same but instead of heating first, the curd is placed directly to drain. It is served mixed with a little cream and is not salted. The curd is so soft, that if the bag is hung up immediately, much of the solid comes through with the whey. It is better tied into the bag and left in a colander for a half hour — then hung up. The cheese that results from this procedure is more like a cream cheese in taste and texture than that which is heated.

Dorothy Kamen-Kaye and Mary B. Wheeler.

Quick Cottage Cheese — to 1 pint (2 cups) cold milk, add ½ cup lime juice. Let stand for at least an hour; the milk will be curdled. Add boiling water to cover and let stand until the milk has formed a thick curd — about a half hour. Place in a cloth to drain, add salt and pepper to taste. The taste of the lime juice is not noticeable in the cheese.

Mildred Hackett.

Important note: Be sure everything that comes into contact with these cheeses is scrupulously clean. Wash the cloth at once after using and rinse thoroughly in scalding water. A wooden spoon is better than a metal one for handling the cheese. It should be stored in a non-metallic container.

LAS LEGUMBRES Y LAS FRUTAS CRUDAS DE CARACAS

(edición inglesa — p. 231)

La mayoría de las frutas que se venden en Caracas se producen cerca de la ciudad; las legumbres se cultivan, en mayor parte, en campos de hortaliza en los alrededores de Caracas. En todo caso que sea posible y antes de comprar los productos frescos y mandarlos a la mesa (sobre todo en caso de las legumbres que crecen cerca de la tierra) la ama de la casa debe asegurarse sobre tres cosas:

1 — que la tierra en que los productos nacen esté libre de organismos infecciosos y que no ha sido contaminada con el agua de las cloacas y que los abonos usados sean apropiados.
2 — que el agua de regadío esté libre de organismos infecciosos.
3 — que los manipuladores de los productos estén sanos y que todas las precauciones hayan sido tomadas para evitar que los productos se contaminen en el trayecto del campo al consumidor.

Si existen las condiciones indicadas, no hay más que lavar las frutas y las legumbres para quitarles la tierra. Si no existen estas condiciones, se recomienda tomar las precauciones siguientes:

Frutas crudas — no se deben comer si la piel está rota y se come la piel únicamente al cojerse la fruta del árbol. Si la fruta se come en la mesa es mejor pelarla en la mesa, y no en la cocina de antemano, para evitar que las moscas la contaminen. Véase abajo para maneras de desinfección.

Ensaladas crudas, etc. — se recomienda no comerlas, pero si se desea gozar de los beneficios de éstas y al mismo tiempo correr un riesgo mínimo, se sugiere tomar las siguientes precauciones:
1 — En todos los casos que sean posibles, pélense los productos y desinféctense (véase abajo).
2 — Remójense los productos en una solución de ⅛ cucharadita cristales de permanganato de potasio en 2 tazas de agua y lávense con agua previamente hervida y enfriada. (Este modo ha sido recomendado por el Dr. E. P. de Bellard de Caracas).
3 — Sumérjanse los productos durante ½ hora, por lo menos, en una solución que contiene "Zonite" en proporción de 1 cucharadita de éste para cada litro de agua; déjese escurrir la solución y remójense los productos durante otra ½ hora en agua hervida y enfriada para que el cloro pueda evaporarse. (El remojo no es indispensable ya que el cloro se evapora dejándose los productos reposar durante un rato).

Escaldar, cocer parcialmente y sancochar son, en el orden nombrado, los modos más seguros de evitar la infección. Usándose cualquiera de estos modos, las ensaladas crudas se convierten en ensaladas cocidas — pero si los productos se enfrían inmediatamente, permanecen bonitos y sabrosos. Si se usa una cantidad mínima de agua y si el tiempo empleado en el cocimiento es el más corto posible, el contenido de vitaminas se reduce muy poco (excepto la vitamina C).
1 — Escaldar — es decir, sumergir el producto en agua hirviendo durante 3 minutos — es suficiente para eliminar la mayoría de los parásitos que se encuentran en la superficie del producto.
2 — Cocer parcialmente — es decir, hervir el producto hasta que esté parcialmente cocido — durante 5 a 10 minutos.
3 — Sancochar — es decir, hervir el producto hasta que esté blando. (Hirviéndose el producto durante 6 a 10 minutos queda éste libre de todos los organismos infecciosos menos los que producen esporos). (Estos tres modos han sido recomendados por la Escuela de Medicina Tropical de la Universidad de Puerto Rico, San Juan).

Nota importante: Cualquiera que sea el modo de desinfección empleado, es preciso evitar que las viandas se contaminen por las moscas. Cómprense unos tapadulces y úsense éstos en los momentos en que las viandas estén enfriándose, escurriéndose o reposándose antes de irse a la mesa.

RAW FRUITS AND VEGETABLES IN CARACAS — YES OR NO?

(Spanish edition — p. 229)

Most of the fruits sold in Caracas are grown nearby; most of the vegetables come from truck gardens on the outskirts of the city. Whenever possible — and especially in the case of low-growing vegetables — the housewife should satisfy herself, before serving the products of such gardens without first disinfecting them by some dependable means, that:

1 — the soil in which they are grown is free from infection and is not fertilized with sewage products.
2 — the water used for irrigating them does not contain disease-producing organisms.
3 — the handlers of the foodstuffs are free from disease and that precautions are taken to protect the foodstuffs from contamination when they are prepared and offered for sale.

If the housewife can be certain these conditions are fulfilled, washing with water to remove sand, is enough. If not, the following precautions are suggested:

Raw Fruits — should never be eaten if the skin is broken. None should be eaten rind and all, unless straight off the tree. If eaten at table, they are safer peeled at table, not beforehand in the kitchen, as cooks are sometimes careless about protecting the peeled fruit from flies. See below for disinfection.

Raw Salads, etc. — are best not eaten. However, if the benefits derived from eating them raw seem to outweigh the results of possible infection, the following precautions are recomended:

1 — Peeling, when possible, then disinfecting as below.
2 — Immersing for a half hour in a solution of potassium permanganate (the proportions are easy to remember — a pinch to a pint. Or more accurately, ⅛ teaspoon of crystals to 2 cups of water). After soaking, wash the fruits or vegetables in boiled and cooled water. (Information from E. P. de Bellard, M. D., Caracas).
3 — Immersing for at least ½ hour in a solution of 1 teaspoon Zonite to 1 quart (4 cups) water; draining and immersing for at least ½ hour in freshly boiled and chilled water to disperse the chlorine. (After an interval, however, the chlorine will disperse without this rinsing).

Scalding, parboiling and boiling are, in the order named, more certain means than the above of avoiding infection. All these convert "raw salads", to cooked ones — but if the ingredients are chilled and thus re-crisped in the refrigerator, the result as far as palatability is concerned, is practically the same. If the shortest cooking time and the least water possible are used, the cooking does not reduce the vitamin content a great deal except in the case of vitamin C.

1 — Scalding — immersing in boiling water for 3 minutes — is sufficient to remove most of the common parasites which might exist on the surface of fruit or vegetables.
2 — Parboiling — boiling until partially cooked, only — for 5 to 10 minutes.
3 — Boiling — cooking until soft. (Boiling for 6 to 10 minutes will destroy all forms of bacteria except those which form spores).

(These 3 methods are recommended by the School of Tropical Medicine, Univ. of Puerto Rico, San Juan).

Important: no matter what method of disinfection is practiced, it is necesary to protect the food from flies while it is cooling, draining, standing ready to serve, etc. Wire or mosquito-net covers called "tapadulces" are sold in Caracas for this purpose. Several should be bought and their use insisted upon.

CONSEJOS CULINARIOS

(edición inglesa — p. 249)

Natillas

Para evitar que la natilla se corte — cuézase siempre en baño María, evitando que el agua hierva. Bájese del fuego en el instante que esté lista.

Por si acaso la natilla se corte — póngase la paila que la contiene dentro de otra llena de agua fría y bátase bien para redistribuir las partículas de huevo y de la porción sólida de la leche.

Natillas hechas con ácidos (jugos de limón, naranja, etc.) necesitan más yemas para obtener el mismo espesor de natillas sin ácido, porque el ácido caliente cuaja la yema y después de poco tiempo comienza a descocerla. Por lo tanto, para evitar que la natilla se aclare, bájese del fuego en el instante en que comienza a espesarse.

Para obtener una natilla de contextura suave y lisa, úsense únicamente las yemas de huevo — 4 yemas para cada taza de leche — y vigílese bien esta preparación porque se espesa muy de prisa.

Enfríese la natilla tapada; el vapor que contiene la paila evita que se forme una nata en la superficie de la natilla.

Una superficie bien dorada en una natilla horneada se obtiene batiendo los huevos muy bien; la espuma de los huevos es lo que se dora bien.

Leche y crema de leche

Preparación de la leche hervida — Proceso rápido — viértase la leche en una olla chata y arrímese al fuego para que hierva lo más pronto posible. Menéese constantemente y, cuando rompa a hervir, sepárese del fuego y enfríese rápidamente. La leche hervida, tanto como la pasteurizada, tiende más a echarse a perder que a cortarse.

Preparación de la leche pasteurizada — Proceso rápido — viértase la leche en un baño María y caliéntese hasta que llegue a una temperatura de 71° C. a 74° C. Manténgase esta temperatura durante medio o un minuto. Enfríese la leche lo más pronto posible y guárdese en un sitio fresco.

Proceso lento — caliéntese la leche hasta que llegue a una temperatura de 60° C. a 65° C. y manténgase esta temperatura durante media hora (aprox.). La leche pasteurizada, si se guarda demasiado tiempo, tiende más a echarse a perder que a cortarse. Si se desea cortar la leche pasteurizada, se recomienda mezclarla con un poquito de leche fresca ya cortada. Se deja esta mezcla reposar en un sitio cálido. La leche pasteurizada se cortará y entonces se podrá guardar, sin peligro, durante varios días.

Las ventajas del suero de manteca: contiene ácido lácteo (pero le falta manteca y vitaminas).

Las ventajas de la leche evaporada: ésta es una leche completa, concentrada hasta que tiene una riqueza doble — contiene todo el valor alimenticio de la leche completa — es sumamente buena para la alimentación de los infantes.

Leche evaporada batida — la lata de leche debe haber permanecido dentro de la refrigeradora desde la víspera o por lo menos durante varias horas. (Si hay apuro, se puede colocar la lata dentro de la caja de congelación de la refrigeradora durante una hora). Si se escalda la leche antes de helarla, el batido queda más grueso, pero esto no es necesario. Para escaldar la leche colóquese la lata sin destaparse ésta, en una paila de agua fría; caliéntese el agua y déjese hervir durante 5 minutos. El tazón y el batidor mecánico deben enfriarse antes de empezar la preparación, la cual se debe hacer con rapidez. La leche evaporada contiene manteca en porcentaje reducido (66% menos que la crema de leche fresca) y contiene una cantidad excesiva de sólidos. Por estas razones se recomienda el uso de leche evaporada batida para los postres con los cuales se completan comidas ricas.

Las ventajas de la leche en polvo: ésta tiene, en forma de polvo, la porción sólida de la leche fresca y contiene el valor alimenticio de la leche pasteuriza-

da — tiene muchos usos prácticos en la cocina, por ejemplo, (1) Si se desea una alimentación aumentada sin aumento de la cantidad de viandas, se puede usar la leche en polvo en doble cantidad. De esta manera se obtiene el valor alimenticio de 2 tazas de leche usando solamente una taza de líquido. (2) Se pueden aprovechar los minerales y las vitaminas que se deslíen en el agua del cocimiento de las legumbres usándose esta agua para mezclar leche en polvo y empleándose la leche que resulta para la preparación de salsas o de sopas cremosas, etc. (Prepárese la salsa para servir con un fricasé de pollo usándose la leche en polvo y un poco del caldo del pollo; la salsa resulta sabrosa y deliciosa. N. de R.) (3) Se ahorra tiempo: (a) guárdese a la mano una mezcla para salsa blanca — 1 taza harina, 2 tazas leche en polvo, 2 cucharaditas pimienta, 4 cucharaditas sal; mézclese todo y póngase en un frasco bien tapado; se obtienen aprox. 8 tazas de salsa blanca. Para una salsa blanca medianamente espesa, úsese 6 cucharadas de la mezcla con 1 taza de agua. (b) Prepárese una mezcla base para chocolate — ½ taza azúcar, 3 tazas leche en polvo, 6 cucharadas cacao soluble; mézclese todo y guárdese en un frasco tapado. Para hacer 1 taza de chocolate, úsense 5 cucharadas de la mezcla con 1 taza de agua.

Preparación de la leche en polvo — póngase siempre el polvo encima del agua. Bátase la mezcla con el batidor mecánico o con un batidor de alambre. También se pueden poner el agua y el polvo en un frasco con tapa o en una coctelera y agitarse la mezcla. Cantidades: 1 taza de agua con 4 cucharadas (¼ taza) de polvo; 4 tazas de agua con 16 cucharadas (1 taza) de polvo. Las medidas deben ser rasas.

A veces es posible usar el polvo seco de leche en una receta, por ejemplo: si la receta pide 1 taza de leche, agréguense a los ingredientes secos 4 cucharadas de leche en polvo y añádase 1 taza de agua en vez de la leche pedida por la receta. Cuando este procedimiento no sea practicable y hay que usar la leche en polvo, se debe preparar ésta de antemano para evitar que la cantidad de leche añadida sea mayor de la que pide la receta (4 cucharadas del polvo con 1 taza de agua dan más de 1 taza de leche).

Leche en polvo batida — póngase el agua, ya medida, en un tazón, agréguese la medida correspondiente de polvo y bátase la preparación con el batidor mecánico (o eléctrico) hasta que esté bien mezclada. Escáldese en baño María durante 3 minutos. Enfríese inmediatamente hasta que llegue a la temperatura de 52° F. (11° C.). Bátase con el batidor mecánico (o eléctrico). Esta leche no se pone tan firme como la crema de leche batida. Se aumenta tres veces en volumen. Cantidades: mezclándose ¼ taza de agua y 3 cucharadas de polvo, se obtiene 1 taza de leche batida; mezclándose ½ taza de agua con 6 cucharadas de polvo, se obtiene 2 tazas de leche batida.

La leche en latas, la leche en polvo y la leche hervida saben más a la leche fresca si se les agrega una pizca de sal.

Preparación de la leche cortada — añádase el jugo de ½ limón para cada taza de leche fresca y déjese reposar la mezcla durante ½ hora.

Crema de leche batida — la preparación es más fácil si la crema ha tenido, por lo menos, 12 horas de reposo mientras el cual adquiere un poco de ácido lácteo que le da cierto espesor. Crema fresca se bate fácilmente si se le agrega a cada 2 tazas de crema ½ cucharadita de ácido lácteo comercial.

La crema que está a punto de cortarse, se pone fresca de nuevo si se le añade una pizca de bicarbonato antes de batirla.

Carnes y aves

Se aumenta el sabor del pollo frotándole el pellejo, antes de cocinarlo, con jengibre en polvo.

Antes de asar un pollo a la parrilla — frótese las superficies interiores con la mitad de una naranja y con la mitad de un limón y luego espolvoréese el pollo con bastante sal, previamente machacada con medio diente de ajo. Asese el pollo a la parrilla mojándolo con mantequilla derretida. También se puede cocer el pollo, sazonado de la misma manera, en una cacerola.

La cacerola de carne molida con puré de papas adquiere un sabor más exquisito si se le agrega, entre la camada de carne y la de papas, una camada de pulpa de tomate.

La carne asada en marmita adquiere un sabor más rico y resulta más blanda si se le añade, en su cocimiento, 1 cucharadita de azúcar y 2 cucharadas de vinagre.

En Venezuela se vende la carne sin manteca alguna. Cuando se compra la carne para asados se debe comprar también la manteca de ganado. Añádase ésta en pedacitos cuando se enrolle la carne. Así quedará más tierna y tendrá mejor gusto.

La carne dura se ablanda un poco si se deja reposar durante un rato envuelta en hojas de lechoza machacada o cubierta de rebanadas de lechoza verde y cruda.

Sandwiches

Para picar pan tierno — caliéntese el cuchillo (se calienta fácilmente sumergiéndolo en agua caliente y secándolo inmediatamente).

El pan que esté demasiado tierno para picar, se puede enfriar en la refrigeradora. Se endurecerá lo suficiente para picarse pero se suavizará en poco tiempo.

El pan que se usa para sandwiches de fantasía rinde más si se pica a lo largo.

Tortas y Galletas

Los batidos para tortas se pueden preparar de antemano si se les omite poner el polvo "Royal" (y las claras de huevo si la receta pide que éstas se incorporasen por último). El polvo y las claras se agregan en el momento en que se hornea la torta. Este procedimiento se recomienda para batidos de torticas para la merienda.

El pan de jengibre se mezcla con rapidez teniéndose las especias ya medidas. Mídanse y mézclense las especias para varias recetas, envuélvanse en papelitos encerados y guárdense dentro de una lata con tapa.

La torta con frutas queda húmeda si se le pone encima rebanadas de manzana.

Las galletas de masa refrigerada obtienen una forma bonita y cuadrada si se guarda la masa en cartones encerados como los que traen mantequilla o galletas. Guardada de esta manera es fácil también de cortar las galletas en forma triangular.

Si los azucarados cocidos no se espesan es porque el almíbar no se ha cocido lo suficiente. Colóquese la fuente con el azucarado dentro de un tazón lleno de agua caliente y bátase hasta que se espese. Si el azucarado se espesa con demasiada rapidez, agréguesele un poquito de agua caliente y bátase hasta que adquiera la consistencia deseada. (Si el almíbar se cuece con una pizca de crémor tártaro no se volverá azúcar aunque se haya cocido durante demasiado tiempo).

Azucarado al momento — póngase encima de la torta, al sacerla del horno, una panelita de chocolate dulce.

El chocolate derretido ya esparcido sobre un azucarado blanco, no se cuartea si se le añade, al derretirlo, una cucharadita de mantequilla (u otra grasa) para cada 2 onzas de chocolate.

Brillos para los panes dulces y las tortas

1 — Caliéntense juntas 1 cucharada de azúcar blanca, 1 cucharada de leche y ½ cucharadita de mantequilla. Usese la mezcla caliente y tan pronto como los artículos horneados salgan del horno. Si se desea un brillo más claro, úsense 2 cucharadas de leche. 2 — Póngase en un tazón un poco de azúcar morena y agréguese agua suficiente para desleírla. Usese esto para panecillos o para pan de jengibre. Empléese azúcar blanca si los artículos horneados son de color claro. 3 — Porciones iguales de leche caliente y de melaza dan un buen brillo a panecillos, torticas para la merienda o pan de jengibre. 4 — A media lata de leche condensada dulce agréguense 2 tazas de leche hirviendo; cuando estén mezclados, añádase un huevo batido. Untense los artículos con la mezcla unos momentos antes de retirarlos del horno. (Cuídese que la mezcla no se queme). 5 — Bátase la yema de un huevo con azúcar suficiente para obtener una pasta, agréguese 1 cucharadita de mantequilla previamente desleída en ½ taza de leche caliente. Esta mezcla es buena para dar brillo a los panes de fantasía y de color claro. 6 — Un poco de melaza desleída con agua se usa para dar brillo a los panecillos, sobre todo en caso que éstos no se hayan dorado suficientemente.

Pasteles

Modo Crisco de preparar masa para pasteles norteamericanos (cantidad suficiente para un pastel de dos capas) — ciérnase la harina y mídanse 2 tazas;

añádase 1 cucharadita de sal, ciérnase la mezcla y colóquese en un tazón; sáquese del tazón 1/3 taza de la mezcla, colóquese en una taza y añádase ¼ taza de agua fría mezclándose hasta que se obtenga una pasta suave. A la harina en el tazón grande, agréguese 2/3 taza de Crisco y córtese la mezcla muchas veces con 2 cuchillos o machácquese con un tenedor hasta que el Crisco se convierta en pedazos del tamaño de una arveja pequeña. Añádase la pasta e incorpórese ligeramente pero escrupulosamente, hasta que la mezcla se amase y de ella se pueda formar una pelota. Divídase ésta en dos porciones y extiéndase cada una en un redondel de ⅛ pulgada (3 mm.) de espesor.

Concha de pastel cocida — hágase la mitad de la receta. Extiéndase la masa, colóquese en un molde de pastel, hínquese bien con un tenedor y hornéese. La concha retiene mejor su forma si se hornea entre dos moldes.

Para trasladar, sin romperla, la masa para pasteles ya extendida — enróllese la masa en el rodillo; sujétesela ligeramente y levántesela; desenróllese la masa sobre el plato en que se hará el pastel.

Los pasteles adquieren una corteza bien dorada si se hornean en recipientes de vidrio o de barro; la corteza no se dora usando un recipiente de metal liviano.

Una corteza lustrosa se obtiene rociando el pastel con leche cremosa antes de hornearse.

La masa para pasteles se desprende fácilmente del molde si se enharina la orilla de éste antes de hornear el pastel.

La capa inferior del pastel permanece seca si se unta ésta, antes de añadirle el relleno, con clara de huevo sin batir.

Un pastel que acaba de hornearse se debe dejar enfriar sobre una parrilla. Esto evita que la capa inferior sude y se ponga húmeda.

Budines (con manteca de ganado)

Budines horneados — la mezcla para un budín horneado siempre debe ser más húmeda que la mezcla para un budín sancochado o cocido al vapor.

Budines sancochados — el molde o el tazón debe estar seco y bien engrasado y debe llenarse completamente con la mezcla; se debe tapar el molde con un paño pasado por agua caliente y enharinado. Este paño se amarra en el borde de la boca del tazón, apretándolo si se hace un budín, pero aflojándolo un poco si se hace un enrollado; antes de sacar el budín del tazón, déjese reposar durante unos momentos para dejar escapar el vapor. El budín se desprenderá del molde y se romperá con menos facilidad.

Budines al vapor — el molde se debe llenar solamente hasta ¾ de su capacidad; se tapa el molde con dos hojas de papel, untadas de mantequilla u otra grasa para hacerlas impermeables, en vez del paño el cual impide que el budín crezca. (Es posible usar un paño, pero tiene que llevar pliegues para que el budín pueda crecer).

Pruebas para jaleas

1 — mójese un tenedor de plata en la jalea hirviendo y levántese con las puntas hacia abajo. Si la jalea se queda en los espacios entre las puntas del tenedor y los llena completamente, haciéndose tres pruebas seguidas, la jalea está lista. (Si la jalea está casi cocida en el momento de probarla, es mejor separarla del fuego mientras que se hacen las pruebas para evitar que se cueza demasiado). 2 — colóquese un poquito de la mezcla caliente sobre un plato frío. Si se cuaja cuando esté fría, la jalea está lista.

Secretos de procedimiento

Una cocinera prudente: calentará la cantidad de agua que necesite y no una cantidad enorme — bajará el fuego cuando las legumbres rompan a hervir — horneará más de una sola preparación cuando el horno se caliente (siempre se puede preparar o un budín o galleticas o una torta para otro día, véase también "las frutas secas", abajo).

Cuando la receta dice "meneándose constantemente" recuérdese que la cuchara toca la parte más caliente de la olla más a menudo si uno la mueve en forma de un "8".

Para apagarse las llamas de grasa en una sartén, ahóguese el fuego con harina.

Para evitar que el frito absorba mucha manteca, añádase a ésta 1 cucharadita de vinagre.

El repollo o la coliflor en su cocimiento sueltan un olor que se evita poniendo al agua una cucharada de jugo de limón y 1 cucharada de leche o la corteza de un pedazo de pan. La legumbre debe cocinarse destapada. (A veces este procedimiento falla pero nunca completamente, N. de R.).

El olor del pescado que se pega a las ollas se quita remojándose éstas con agua y vinagre durante 15 minutos.

El olor de la cebolla se quita, o se disminuye, si se frotan las manos con tomate crudo, con mostaza seca o con crema desodorante.

Se evitan olores en la refrigeradora colocándose en ésta un pedazo de papa cruda. Póngase un pedazo fresco cada día.

Cuando se mondan frutas, etc., se evitan manchas en los dedos si se usa un dedo cortado de un guante viejo de caucho.

El plátano verde no mancha las manos si se pela bajo el agua corriente.

Ingredientes y Procesos

El aguacate se debe preparar a última hora para que no se obscurezca. Retiene su color mejor si se le añade unas gotas de limón o si se le pone la semilla en la pulpa hasta el momento de servirse.

Las almendras se pelan con más facilidad si se colocan en agua fría y se calientan hasta que rompan a hervir.

Las almendras peladas adquieren el sabor de almendras verdes y se blanquean si se ponen en remojo con agua fría dentro de la refrigeradora durante una hora.

El budín de arroz (con arroz crudo y pasas) horneado, no se corta si se usa agua y leche en cantidades iguales para empezar el cocimiento. La última vez que se añada líquido, éste puede ser leche pura; con ésta el budín se dora muy bien.

El azúcar quemada se usa para dar color a las sopas.

El cereal cocido que sobra no adquiere una nata dura, si al guardarla, se cubre con un poco de agua.

Los clavos de especie obscurecen los líquidos únicamente si tienen la flor; sáqueseles ésta de antemano.

Los frascos de conservas se cierran herméticamente tapándolos con un papel de seda mojado en leche; cuando la leche se seca el papel parece pergamino.

Las espinacas que tienen mucha arena se limpian mejor con agua tibia.

Las frutas secas se pueden cocinar en el horno junto con otras preparaciones. Lávense las frutas, viértase agua hirviendo encima de ellas y déjense reposar hasta el momento de ponerlas en el horno. Agréguese el azúcar, tápese la olla y colóquese donde quiera dentro del horno.

La gelatina en hojas se remoja con agua fría (lo menos posible) o con un poco del líquido de la preparación y se deslíe en el líquido del cuajamiento, dejándola hervir durante 5 minutos, por lo menos.

La gelatina granulada se remoja con agua fría y se deslíe en agua hirviendo (o en el líquido de la preparación).

Los platos gelatinosos se recomiendan porque: (1) se pueden preparar de antemano y así se evita trabajo en la cocina a última hora; (2) con la gelatina se pueden utilizar restos de legumbres o carnes cocidas; (3) son apropiados para la familia en tiempo caluroso o en caso de enfermedad. **(Nota — la piña fresca y su jugo no se deben combinar** con la gelatina; escáldense la piña y el jugo y déjense enfriar; si se usa la piña fresca, la gelatina no se cuaja. Véase p. 222).

Con helado derretido se hace un postre delicioso: añádase 1 cucharada de gelatina para cada 2 tazas de líquido; añádanse también, si se desea, nueces picadas, dátiles, "marshmallows" o cerezas.

La gelatina se cuajará muy pronto si se prepara de la manera siguiente: remójese la gelatina en ¼ taza de agua fría, añádase 1 taza de agua caliente (u otro líquido) y menéese la mezcla hasta que la gelatina esté desleída; añádase ½ taza de agua fría (u otro líquido) y síganse las instrucciones de la receta. Colóquese la preparación en moldes pequeños y pónganse éstos dentro de la caja de congelación de la refrigeradora (o en una olla grande llena de cubitos de hielo; tápese la olla y póngase unos cubitos de hielo sobre la tapa).

Las cáscaras de huevos cocidos se rompen con menos facilidad si se añade 1 cucharadita de vinagre al agua del cocimiento.

Las claras de huevo batidas con un batidor de alambre aumentan más de volumen que si se baten en un tazón con el batidor mecánico.

La yema del huevo, si se cae, por casualidad, un poco de ésta entre las claras, se puede sacar tocándola con la punta de una toalla humedecida con agua fría; la yema se pega a la toalla pero la clara no.

Los limones sueltan más jugo si están calientes.

Los limones se guardan mejor en un frasco con tapa.

Se puede desalar manteca añadiéndole 1 taza de agua, 1 manzana y 1 papa, ambas en rebanadas; hiérvase la mezcla durante 5 minutos, cuélese, enfríese y déjese escurrir el agua, etc.

El queso no se reseca si se unta con mantequilla y se envuelve en papel encerado o en un paño.

De las papas que se sancochan en sus conchas se debe sacar una faja de la concha por el centro para admitir la penetración de la sal. Si se sirven las papas con conchas, la faja que llevan les da un buen aspecto.

Las papas cortadas para freír se deben secar con un paño.

Las papas cocidas y picadas en trozos se doran mejor y adquieren una corteza durita si se enharinan antes de freírse (2 cucharadas de harina para cada kilo de papas).

Las papas viejas se obscurecen con menos facilidad, si al cocerse, se les añade un poquito de leche.

El pescado sancochado permanece más blanco si se le añade en su cocimiento 1 cucharadita de vinagre.

Antes de freírse el pescado añádase a la grasa una pizca de sal; se evita que salpique la grasa.

Los petits pois pierden su color con menos facilidad si se les añade 1 cucharada de azúcar al agua de su cocimiento.

La piña y su jugo deben escaldarse antes de añadirse a cualquier mezcla de gelatina; la gelatina no se cuaja si se le añade la piña fresca.

Los platos horneados en salsa blanca se botan fácilmente de la fuente; para evitar el trabajo de limpiar el horno, colóquese una plancha de hornear bajo la fuente que lleva la preparación. Está lista ésta cuando las burbujas de salsa rompan la superficie.

La sal de cocina que se vende corrientemente en Venezuela a veces contiene arena y basuritas. Las legumbres siempre se deben sacar del agua de su cocimiento con una espumadera; nunca se debe dejar el agua escurrirse porque así lo sucio de la sal permanece en la olla junto con la legumbre.

Si la sal tiene mucha basura se puede limpiar de la manera siguiente: añádase a la sal agua suficiente para desleírla, cuélese por un linón fino y póngase la solución en una fuente chata; se usa o la solución limpia (en cantidades iguales como si fuera sal cristalizada) o se deja la sal cristalizarse antes de usarla.

La sal de mesa se humedece menos si se añade a los saleros unos granos de arroz crudo.

La carne de las salchichas se separa fácilmente de su piel remojándose las salchichas en agua fría durante unos momentos.

La sopa demasiada salada se puede desalar agregándole unas rebanadas de papa cruda y dejándola hervir un rato. Si no se desala bastante, se repite el proceso con otras rebanadas de papa.

La piel de los tomates se saca fácilmente si se asan éstos un momento o si se cubren con agua hirviendo, dejándolos reposar durante un ratico.

Para variar platos corrientes

Las zanahorias tendrán un sabor distinto si se les agrega un polvito de macis o de tomillo o un chorrito de jugo de limón.

Para enriquecer crema de pollo, espolvoréese la sopa con almendras ralladas.

Un puré de papas se pone espumoso agregándole un poco de polvo "Royal" (aprox. 1 cucharadita de polvo para cada 3 tazas de papas).

Las papas asadas y rellenas quedan deliciosas cuando se machaca la pulpa y se le añade un poco de salmón, de crema y sal y pimienta; se rellenan las papas de nuevo y se doran al horno.

Las legumbres sobrantes se pueden cortar en pedazos y servir mezcladas con una salsa blanca y gruesa; de la mezcla se forman croquetas que se pasan por huevo batido y pan rallado y que se fríen en manteca abundante. También se pueden calentar las legumbres sobrantes con una salsa gruesa de queso y servirse en tartaletas como primer plato.

Medidas

La "mantequilla del tamaño de un huevo" equivale (aprox.) a ¼ taza.

Una onza de chocolate rallado equivale a 2 cucharadas, es decir a ⅛ taza. Esta es la medida que lleva una onza (un cuadradito) de chocolate "Baker", indicada tantas veces en textos culinarios de Norteamérica. El "cacao puro" de Venezuela, que no tiene dulce, es el más parecido al chocolate de "Baker".

Cuando se usa harina dorada para cuajar líquidos, es preciso usar el doble de lo que se usaría de harina blanca para obtener el mismo espesor.

El cuidado de los utensilios de la cocina

Cacerolas — evítense grandes cambios de temperatura; no se debe colocar dentro de un horno caliente una cacerola que contiene viandas frías; no se deben colocar artículos refrigerados dentro de una cacerola caliente; no se debe manipular una cacerola caliente con un paño húmedo; o colocarla caliente sobre una mesa de mosaico o sobre una mesa húmeda; caliéntese una cacerola poco a poco y nunca úsese un calor excesivo (para el mejor resultado, las viandas se cuecen a fuego lento); destápese la cacerola para guardarla; la cacerola se limpia fácilmente si se le enmantequillan las orillas y las de la tapa antes de ponerse los ingredientes.

El lavaplatos grasoso se limpia fácilmente con un poco de harina de maíz.

Los mangos de los cuchillos no se deben remojar en agua caliente.

Las ollas usadas se deben remojar en seguida y así empiezan su limpieza solas.

Se evita la formación del sarro dentro de la tetera (la que se usa para hervir agua) si se le pone adentro medio metro de linón hecho en nudo flojo. El sarro se pega a la tela, la cual se renueva cuando sea necesario.

Los tamices y los ralladores se deben lavar en seguida que se hayan usado — si esto no es posible, se deben remojar. Esto evita que las viandas se sequen y se peguen a los utensilios, cosa que aumenta el trabajo del aseo. Se recomienda tener un cepillo especial para la limpieza de tamices y ralladores.

El recipiente en que se ha quemado azúcar se lava fácilmente llenándolo en seguida con agua caliente y dejándolo reposar. Por si acaso hay alguna dificultad, caliéntese hasta que el azúcar quemada se deslía de nuevo.

Para la casa

Una bolsa de guardar zapatos se usa en la cocina para guardar paños, cepillos, etc.

Las cortinas de malla se remiendan casi invisiblemente colocándoles, en la parte rota y al revés, un cuadrado de la malla remojado con almidón crudo y aplanchándolas con una plancha bien caliente. **Para evitar la rotura** de estas cortinas en el momento de colocarlas, póngase en la varilla un dedo cortado de un guante viejo.

Las escobas duran más tiempo si se sumergen en agua con jabón una vez a la semana.

Las hormigas que han invadido el azúcar se ahuyentan instantáneamente si se coloca el azúcar al sol.

Las instrucciones para el uso de cualquier aparato se deben guardar en un sitio especial y ponerlas allí en el momento de la compra de éste. Así se pueden consultar a cualquier hora en que surja alguna dificultad en su funcionamiento o que se necesite saber cómo cuidarlo o remendarlo.

Los aparatos eléctricos que se colocan provisionalmente — por ejemplo, tostadores o hierros para hacer barquillos que se ponen en la mesa del comedor, o una lámpara de pie que se usa fuera de su puesto diario — son peligrosos por razones de que los alambres están en pleno piso. En estos casos colóquese una alfombra pequeña encima de los alambres.

La pasta para matar cucarachas se emplea sin peligro alguno si se coloca dentro de cilindros de papel (úsense los que vienen en rollos de papel sanitario o en rollos de toallas de papel). Al fondo de los entrepaños donde se guardan viandas dentro de recipientes tapados se puede poner la pasta en placas de botellas.

Porta cabuya — úsese un embudo. Cuélguese encima de la mesa del oficio donde estará a la mano.

Las velas se pueden adaptar a cualquier candelabro si se remojan las bases de las velas con agua muy caliente antes de forzarlas dentro de las aperturas.

Las velas y el jabón se endurecen con el tiempo y entonces no se deslíen tan rápidamente; cómprense éstos en cantidad y déjense secar un poco antes de usarse.

Ropa

Las agujas no se oxidan si se guardan en una franela remojada en parafina y secada.

Los botones sometidos a mucha tensión se deben pegar con hilo dental.

Las lanas se guardan muy bien dentro de una lata nueva para basura poniéndole a ésta bastante naftalina en bolas o en hojas y cerrando la lata con una faja de adhesivo.

Los retazos de tela, de la cual se han hecho uniformes para el servicio o vestidos lavables, se deben lavar de vez en cuando para que sirvan después para hacer remiendos.

Un "sweater" se seca sin perder su forma si se cuelga a la sombra con una cabuya que pase por las dos mangas. Se estira la cabuya al fijarse ésta.

Los velos para sombreros se ponen tiesos de nuevo si se aplanchan o humedecidos con agua endulzada o encima de un papel grueso de cera.

Si se tiñe algún vestido, tíñase también un carretel de hilo y tendrá a la mano el hilo para remiendos.

Los zapatos mojados se secan sin perder su forma si se llenan con papel de periódico bien prensado.

Fuera de casa

Para limpiar las manos durante un "picnic" llévese un paño húmedo colocado en un frasco con tapa.

Para el viaje un tubo de crema de afeitar es más práctico, como "jabón", que un pedazo de jabón.

El cuarto del enfermo

Para el aseo del cuarto déjese permanecer allí una bandeja grande. Colóquense en ella todas las cosas que se acumulan dentro del cuarto — vasos, platos, juguetes, libros, etc. — y sáquense en un solo viaje.

Para entretener a un niñ enfermo — vístalo de pijamas nuevas; cómprele pantuflas de fantasía; empléense juegos de las preguntas (durante cortos ratos porque el enfermito se cansa) tales como: (1) ¿Quién soy yo? Soy pequeño; cuido la casa y meneo el rabo, etc. Me voy a una isla grande de la cual nadie conoce el centro; (2) Hágase un maniquí usando una pelota vieja para la cabeza y una toalla, con agujeros para los dedos, para el vestido; (3) Empléese el juego de escondite, en la imaginación — el niño se hace pequeño y se esconde bajo el reloj, etc.; (4) El enfermo puede hacer un pequeño jardín— una zanahoria sembrada en agua o unas arvejas o una rama de una mata de fruta. (5) Otras diversiones — dando comida a los pájaros que vienen al alféizar de la ventana; recibiendo cartas de amigos; tocando el fonógrafo; pegando dibujos de color en un plato de papel; usando barro para modelar; cortando muñecos de papel; empleando lápices de color o un libro de pintar.

Para la comodidad y el alivio del enfermo — si éste no está muy grave déjele reposar durante el día encima de la cama, arropado ligeramente (se sentirá menos enfermo). Para sus juegos dele una mesa que pueda ser adaptada o de una mesa de "bridge" o de una tabla de aplanchar sujetada por dos sillas o de un cartón grande. La hora del baño y de la comida deben fijarse un poco antes de que el enfermo se acueste. Báñelo y dele de comer, entonces juegue un poco con él y se dormirá más tranquilo.

Para preparar compresas frías póngase el hielo en un tamiz colocado en un tazón y enfríense las compresas sobre el hielo.

Para exprimir compresas calientes úsese un despaturrador de papas.

COOKERY AND KITCHEN HINTS

(Spanish edition — p. 233)

Custards

To prevent custard curdling — always cook surrounded by water slightly below the boiling point. Remove from heat the moment it is done.

If custard curdles — remove immediately from heat, set pan containing it in cold water and beat hard to redistribute particles of egg and milk solids.

Custards made with acid (lemon or orange juice, etc.) require more egg than other custards to secure the same degree of thickness, because hot acid coagulates egg and very soon begins to digest it. Therefore, to prevent thinning the custard, it should be removed from the heat the moment it begins to thicken.

An especially velvety, fine grained custard results if egg yolks alone — 4 to a cup of milk — are used. It must be watched carefully as it thickens fast when cooking.

When cooling boiled custard, keep the lid on the double boiler; the conserved **team will** keep a "skin" from forming.

A lovely brown top on a baked custard comes from beating the eggs well instead of slightly; it's the foam that does it.

Milk and Cream

To boil milk (Flash Method) put into a shallow pan and place over direct heat so that it is brought as rapidly as possible to the boiling point. Stir constantly. When it has boiled up once, remove from the fire and cool as rapidly as possible. Like pasteurized milk, boiled milk spoils rather than sours.

To pasteurize milk (Flash Process) put into a covered container set over hot water. Heat until it reaches a temperature of 160° F. to 165° F. Hold at this temperature for one-half to one minute. Cool as quickly as possible; keep in a cool place. **(Holding Process)** heat until milk reaches 140° to 150° F. Hold at this temperature for about 30 minutes. Pasteurized milk, if kept too long, may putrify instead of souring. If it is mixed with a little sour milk and set in a warm place it will sour and may then be kept for some days.

Advantages of butter milk: it is valuable for its lactic acid (but is deficient in butter fats and vitamins).

Advantages of evaporated milk: it is a whole milk concentrated to double richness — has all the nutritive value of whole milk — is an especially suitable food for babies.

To whip evaporated milk — the can of milk should have stood in the refrigerator over night or at least several hours. (If it is needed in a hurry, however, it can be placed directly in the freezing compartment for an hour). Scalding the milk, then chilling it, makes it whip stiffer, but is not necessary. To scald: cover unopened can with cold water, bring to boil, boil 5 minutes. Bowl and rotary beater should be thoroughtly chilled and the whipping should be done quickly. Evaporated milk has only about 1/3 the fat contained in whipping cream and has a much greater content of whole milk solids. It is thus an ideal ingredient for a dessert which completes an already rich meal.

Advantages of powdered (dry) milk: it has milk solids in powder form with the food value of pasteurized milk — its practical uses in the kitchen are many, for instance, (1) when an increase in nourishment without an increase in quantity of food is desired, powdered milk can be mixed double strength. In this way the value of two cups of milk is obtained with the use of one cup. (2) To take advantage of vitamins and mineral elements left in water in which vegetables have been cooked, mix powdered milk with this water and use the mixture for gravy, sauces or cream soups. (Try mixing powdered milk with chicken stock when making white sauce for fricasseed chicken; it makes a delicious, tasty sauce. Ed. note) (3) To save time: (a) keep a standard white sauce mixture on hand — 1 cup flour, 2 cups powdered milk, 2 teaspoons pepper, 4 teaspoons salt; mixed well and kept in an air-tight jar makes about 8 cups of white sauce. Use 6 tablespoons of mixture to 1 cup of water for a medium sauce. (b) keep a standard cocoa mixture on hand — ½ cup sugar, 3 cups powdered milk, 6 tablespoons cocoa; mixed and kept in a tin. Use 5 tablespoons of mixture to 1 cup of water for each cup of cocoa desired.

To mix powdered milk — always place the powder on top of the water. Then beat in with a rotary beater or wire whip, in a bowl. Or place powder and water in a jar or shaker and shake together. Proportions: 1 cup water to 4 tablespoons (¼ cup) powder; 4 cups water to 16 tablespoons (1 cup) powder. All measurements level.

Sometimes powdered milk may be used dry in a recipe. Mix powder with the dry ingredients and add the amount of water, instead of milk, specified in the recipe, for example: recipe calls for 1 cup milk — add 4 tablespoons powder to dry ingredients, add 1 cup water. When this is not practicable and it is necessary to use powdered milk, mix before measuring for this reason: 1 cup water plus 4 tablespoons powder yields more than 1 cup mixed milk.

To whip powdered milk — place required amount of water in bowl, add required amount of powdered milk and beat with rotary beater until blended. Place in top of double boiler and scald over boiling water for 3 minutes. Chill immediately to at least 52° F. Whip with rotary or electric beater. (It will not get get as stiff as whipped cream often does). It triples in bulk when whipped. Proportions: ¼ cup water to 3 tablespoons powder will yield 1 cup whipped "cream". ½ cup water to 6 tablespoons powder will yield 2 cups "cream".

Canned, dried or boiled fresh milk is improved in flavor by the addition of a pinch of salt; this helps restore the "fresh" flavor.

To sour milk when in a hurry — add juice of ½ lime per cup of milk and allow to stand ½ hour before using.

To whip cream — is easier if the cream is at least 12 hours old, when it has developed lactic acid, which thickens it. Fresh cream may be whipped easily if a half teaspoon of commercial lactic acid is added to each pint of cream.

Cream on the turn can be whipped and will be sweet and good, if a pinch of baking soda is added to it before whipping.

Meat and Fowl

The flavor of chicken is improved if powdered ginger is rubbed into the skin before cooking.

Before broiling a chicken — rub the inside surfaces with half an orange and half a lime, then sprinkle generously with salt pounded with half a clove of garlic. Broil as usual, moistening with melted butter. Try also cooking a chicken, thus flavored, in a casserole.

Shepherd's pie is more richly flavored if a layer of tomato pulp is added to the top of meat mixture before adding topping of mashed potato.

Pot roast is more flavorsome and tender if a teaspoon of sugar and two tablespoons of vinegar are added to it.

Surplus fat is removed from meat before it is sold, in Venezuela. Ask for suet (manteca de ganado) when you buy meat for a roast. Lard the roast or add bits of suet when rolling or shaping it. The meat will be more tender and have a better flavor.

Tough meat may be made more tender by wrapping for a time before cooking in bruised "lechosa" leaves or by covering with slices of raw green "lechosa".

Sandwiches

To cut new bread — heat the knife. (This is easily done by plunging the knife into a jug of very hot water and drying it quickly on a cloth).

Bread too fresh to cut well for sandwiches may be chilled in the refrigerator and hardened enough, temporarily, to make slicing easy.

Fancy sandwiches are cut with less waste if the bread is sliced lengthwise of the loaf.

Cakes and Cookies

Cake batter can be mixed hours ahead of baking using all ingredients except the baking powder (and egg whites if these are to be added last). These ingredients are added when the cake is to be baked. Especially good idea for teatime cupcakes.

Gingerbread takes far less time to mix if, when spice assortment is measured for one recipe, several more are measured onto small squares of waxed paper. These are kept in a small tin and used as needed.

Fruit cake can be kept moist by placing sliced apples all over the top.

Ice box cookies have a neat, square shape if dough is packed in waxed cartons from butter or crackers. Dough may also be cut into triangles for baking.

Boiled frostings that won't thicken are stubborn because the syrup has not been cooked long enough. Set the frosting in a bowl of very hot water and continue beating until it thickens. When boiled frosting thickens too quickly, stir in a little hot water and beat until the right consistency is obtained. (If syrup is boiled with a pinch of cream of tartar, it will not sugar even if a trifle overcooked).

Jiffy cake icing — a chocolate candy bar placed on cake when hot from oven.

Melted chocolate over white frosting will not crack when cut if a teaspoon of butter (or other shortening) is added to each 2 ounces of chocolate when melting.

Glazes for Sweet Breads and Cakes

1 — Heat together 1 tablespoon of white sugar, 1 tablespoon of milk and ½ teaspoon of butter. Use while hot as soon as the articles are baked. If a lighter glaze is desired, double the quantity of milk. 2 — Put some brown sugar into a basin, add enough water to just melt it. For buns or thick gingerbread. Use white sugar for light colored articles. 3 — Equal parts of hot milk and molasses are good for plain buns, teacakes or gingerbread. 4 — Add to a half tin of sweetened condensed milk, 2 cups of boiling milk; when mixed, add a beaten egg. Put this wash on the articles just before they are taken from the oven. (Watch when returned to set; it burns easily). 5 — Beat the yolk of 1 egg and sugar to make a paste; add ½ cup of hot milk with 1 teaspoon of butter melted in it. A good wash for light-colored fancy bread. 6 — A little dark molasses thinned with water makes a useful wash for plain buns, especially if not quite as brown as they should be.

Pies

To blend piecrust "the Crisco way" (double crust measurements) — mix 2 cups sifted flour with 1 teaspoon salt in a bowl. Put 1/3 cup of this mixture into a small bowl and mix in ¼ cup cold water to form a paste. To the remaining 1 2/3 cups flour add 2/3 cup Crisco and cut in with 2 knives or a fork until the pieces are the size of small peas. Add flour paste to this mixture, mixing lightly but thoroughly until the dough comes together and can be shaped into a ball. Divide in half; roll out both crusts about ⅛ inch thick.

Prebaked pastry shell — make up half the above recipe, shape and trim on pie pan, prick well with a fork and bake. Shell will maintain a better shape if baked between two pie pans.

To lift piecrust dough onto pie plate, without tearing — roll dough onto rolling pin, hold lightly in place, lift over plate, unroll.

Pies will have a crisp, nicely browned crust if baked in glass or carthenware; light metals will not produce this crust.

A nice glaze on piecrust results from brushing with top milk before baking.

Piecrust will not stick to pan when serving if, before baking, the pan edge is dredged with a little flour.

A soggy undercrust can be avoided by brushing crust, before putting filling in, with a little unbeaten white of egg.

A freshly baked pie should be placed on a wire rack to cool. This will prevent the undercrust from sweating and getting moist.

Suet Puddings

Baked — a pudding to be baked must always be more moist than one to be steamed or boiled.

Boiled — the mold or basin must be perfectly dry and well coated with butter or fat; the mixture must completely fill it; a scalded and floured cloth must be tied securely over the top of basin but rather loosely around a roly-poly; the pudding must stand a few minutes before being turned out, to let some of the steam escape and thus cause the pudding to shrink and to be less liable to break.

Steamed — the mixture must not fill basin more than ¾ full; two folds of paper, made waterproof by being rubbed with butter or fat, should cover the top, rather than a cloth, which prevents the pudding rising. (A cloth may be used but must be pleated to allow for rising).

Jelly Tests

1 — Dip a silver fork into the boiling jelly, then hold it up with the tines down. If the jelly stays in all the spaces between tines, filling all completely, in three trials, the jelly is done. (If it is nearly done, remove from fire while testing so as not to risk overcooking).

2 — Place a little of the jelly on a cold plate; if it "jells" when cool, it is done.

Tricks of Method

A thrifty cook will: heat a measured amount of water, not a whole kettleful — turn heat low under vegetables once they reach the boiling point — think up more than one dish to cook in the oven when it is to be used (the extra dish can be a pudding for another meal, or cookies, or a cake. See also dried fruit, below).

When the recipe says "stir constantly", remember that making a figure 8 with the spoon brings it the greatest number of times in contact with the part of the saucepan receiving the most heat.

To extinguish flames of burning oil or grease in a frying pan, smother with flour.

To prevent food from absorbing so much grease, add 1 teaspoon of vinegar to the fat when frying.

Odor of cooking cabbage or cauliflower is prevented by the addition to the cooking water of a tablespoon of lime juice and one of milk, or of a crust of bread. The vegetable should cook uncovered. (Some times this is entirely effective and other times not, but the odor is invariably diminished. Ed. note).

Fish odor on cooking utensils can be removed by soaking in mild vinegar water for 15 minutes.

Odor of onion on the hands may be removed, or at least lessened, by rubbing with raw tomato, dry mustard or a little deodorant cream.

Odors in the refrigerator are absorbed by a piece of raw potato. Put in a fresh piece every day.

Staining fingers paring fruits, etc., will be avoided if an old rubber glove finger is slipped on.

Staining fingers peeling green plantains will be avoided if peeling is done under running water.

Ingredients and Processes

Almonds may be blanched more readily if placed in cold water and brought to the boil, rather than scalded.

Blanched almonds may be made to taste very like fresh green ones, and are whitened, by soaking (after removing skins) in cold water, in refrigerator, for at least an hour.

Avocado must be prepared at the last moment or it turns dark. It retains its color better if a few drops of lime juice are added to the pulp or if the seed is placed with the pulp until serving time.

Cooked cereal that is left over, stored in refrigerator, will not form a crust if covered with a little water.

Cut cheese will not dry out if greased lightly with butter and wrapped in waxed paper or in a cloth.

Cloves darken liquids only if the blossom end is left; remove it before using cloves.

Dried fruit can be cooked in the oven with other dishes. Wash, pour boiling water over it, let stand until ready to put into the oven. Add sugar, cover tightly and place in any convenient part of the oven.

Shells of boiling eggs do not crack so easily if a teaspoon of vinegar is added to the water.

Egg whites beaten with a wire beater on a platter will make more bulk than those beaten with a rotary beater in a bowl.

Egg yolk which gets into the white by accident when eggs are separated, can be removed by touching it with the corner of a cloth that has been moistened with cold water. The yolk adheres to the cloth, the white does not.

Fat may be sweetened to use again by adding 1 cup water, a sliced apple and a sliced potato. Boil 5 minutes, strain, cool, pour off water, etc.

Boiled fish remains whiter if a teaspoon of vinegar is added to the cooking water.

Before frying fish add a pinch of salt to the hot fat; it will not splash out.

Gelatin in sheets must be soaked in a very little cold water (or in juice from the mixture), then dissolved in juice from the mixture and allowed to boil for at least 5 minutes.

Granulated gelatin must be soaked in cold water, then dissolved in boiling water (or juice).

Gelatin dishes: (1) may be prepared beforehand and eliminate last-minute cooking; (2) are an appetizing way to use leftover vegetables or meats; (3) provide variety when appetites must be tempted, as in illness or hot weather. (**Note — raw pineapple or its juice** should never be combined with gelatin for it prevents the gelatin from setting. Scald pineapple and juice before using. See p. 223).

Melted ice cream can be made into a delicious dessert by using 1 tablespoon of gelatin to a pint of liquid; chopped dates, nuts, marshmallows or cherries make an excellent addition.

Gelatin will harden on the double-quick if this method is used; soak gelatin in ¼ cup cold water, then add 1 cup hot water or other liquid, stir until dissolved, add ½ cup cold water or liquid and proceed according to recipe. Put finished mixture into small molds, set these in freezing compartment of refrigerator or in covered pan with ice all around and on top of cover.

Lemons yield more juice if heated before squeezing.

Lemons spoil less readily if kept in a tightly covered jar.

Peas retain more of their color if cooked in water to which a spoonful of sugar has been added.

Pineapple and its juice must be scalded before being added to gelatin mixtures. Raw pineapple prevents gelatin from setting.

Potatoes boiled in their jackets should have a narrow strip of skin around the center peeled off to allow salt to penetrate. If they are served in their jackets, this adds to their appearance as well.

Potatoes cut for frying should be dried with a cloth before cooking.

Potatoes for "hashed brown" should be dusted with 2 tablespoons of flour (to a quart) to give extra crustiness.

Potatoes, when old, turn dark less readily if a little milk is added to the cooking water.

Preserves are kept air-tight if covered with a piece of tissue paper dipped in milk; when milk dries, paper becomes like parchment.

Rice pudding made with raw rice and raisins and cooked in the oven, will not curdle if half water and half milk are used to begin the cooking. The last time the dish is filled, all milk may be used; pudding then browns nicely.

Salt — the coarse kind used for cooking in Venezuela — may be dirty and gritty. Lift vegetables from water in which they have cooked with a perforated spoon instead of pouring water off in the usual way; the grit will stay in the bottom of the saucepan. **If the salt is very gritty or dirty,** it may be cleaned as follows: add just enough water to dissolve it, strain the resultant solution through a cloth into a shallow dish; allow salt to re-crystallize for use or keep in any container and use the solution in the same amounts as you would dry salt.

Table salt in salt shakers gets less moist if a few grains of raw rice are added.

Sausage meat may be removed from the skins easily if the sausages are dropped into cold water for a minute or two.

Scalloped dishes have a tendency to run over; place on a cooky sheet or shallow pan to save cleaning the oven floor. When the sauce bubbles through the crumbs on top of a scalloped dish, it is done.

Soup that is over-salted may be made less so if a few slices of raw potato are added and the soup is allowed to boil for a while. If this is not enough, the operation may be repeated with other slices of potato.

Spinach which is gritty is best cleaned with warm water.

Sugar, caramelized, makes a good coloring for soups.

Tomato skins may be removed easily and without waste by either holding

the tomato over the flame on a fork for a moment or two, or by allowing it to stand in scalding water for a moment or two.

To Vary Familiar Dishes

Carrots need not taste always the same — try adding a dash of mace to boiled carrots; or a little thyme; or a dash of lemon juice.

Cream of chicken soup acquires elegance with the addition of a sprinkling of ground almonds.

Mashed potatoes can be made especially fluffy by the addition of a teaspoon of baking powder to 3 cups (approx.) of potatoes.

Stuffed baked potatoes are different when a little salmon, seasonings and a little cream are added to the mashed pulp before refilling the skins and browning in the oven.

Leftover vegetables may be chopped and put together with heavy white sauce; made into croquettes, dipped into egg and breadcrumbs and fried in deep fat. Or they may be heated in a heavy cheese sauce and served in little pastry shells as a main luncheon dish.

Measurements

"Butter the size of an egg" may be considered as ¼ cup.

An ounce of chocolate, grated, measures about 2 tablespoons or ⅛ cup. This is the "square of Baker's chocolate" specified in American cookbooks. As most Venezuelan chocolate is sweetened, it is safer when making a recipe with chocolate, to use "cacao puro" (approximately the same as Baker's).

When thickening with browned flour, use twice as much as you would use of white to get the desired thickness.

Care of Utensils

Casseroles — avoid extreme changes of temperature; do not place a casserole of very cold food in a hot oven; do not put butter, sauce, etc., directly from the refrigerator into the casserole; do not handle a hot casserole with a wet cloth or place it on a cold or wet table-top; use an asbestos mat between casserole and range unit; heat a casserole gradually, never use extremely high heat (when food has begun to cook, reduce heat to simmering point for best results). Remove cover when storing. It is easier to wash a casserole if edges of lid and casserole are greased well before food is put in.

Crust in a teakettle will not form if kettle is cleaned well and a half yard of cheesecloth, tied in a loose knot, is placed inside. The crust forms in the cloth, which can be discarded as often as necessary and replaced with new.

Dirty saucepans filled with water begin to clean themselves.

Handles of kitchen knives should never be placed in hot water.

Pan in which sugar has been caramelized, is washed easily if filled with hot water and allowed to stand. In case this should not be effective, heat until hardened caramel re-dissolves in the water.

Sieves and graters should be washed immediately they are used — or, if this is not possible, put to soak. Then the food cannot dry on the utensil and its removal cause extra work. Sieves and graters are best cleaned with a small brush kept especially for the purpose.

Greasy sinks are more easily cleaned with the use of a little corn-flour ("harina de maíz").

Around the House

Ants in sugar will leave at once if sugar is placed in sun.

Brooms last longer if immersed in hot soapy water once a week.

Candles can be made to fit a holder smaller than the candle by dipping end of candle into very hot water and pressing into holder.

Candles and soap harden with keeping and so do not melt so fast; buying them in quantity so that they will have time to dry out, is a saving.

Curtains of net may be mended almost invisibly if squares of net are dipped into cold starch, applied carefully to torn places (on wrong side of curtain) and ironed with a hot iron. **To prevent tears** when hanging curtains — slip an old glove finger over end of rod.

Directions for use of appliances should be kept together in one place and put there immediately the appliance is purchased. They are then available at once if there is any doubt about how the appliance works, or should be cared for, or may be repaired.

Electric appliances temporarily placed — such as toasters or waffle irons on a dining room table, or a floor lamp being used in an unaccustomed part of the room — present a hazard on account of wires stretched across a floor where they can be tripped over. Place a small rug — even a bath mat will do — over the section of wire lying across the open floor space.

Holder for twine — a funnel. Very handy hung over the pantry table where lunch packing is done.

Roach paste can be used with safety to articles where it is placed if it is put inside of paper tubes (use those from toilet rolls or paper towels). At the back of shelves of food in containers, it can be placed safely in bottle tops.

A shoe bag hung on the inside of a closet door solves the storage problem for dust cloths, brushes, etc.

Clothing

Buttons that take a lot of strain should be sewn on with dental floss.

When dyeing dresses or materials, include a spool or two of thread to be dyed also. This is useful for mending.

Material left over from wash dresses or maids' uniforms should be put into the clothes hamper to go into the wash every few weeks. When mending time comes, pieces that match will be at hand.

Needles will not rust if kept in a piece of flannel which has been soaked in paraffin and allowed to dry.

Wet shoes will retain their shape better if dried with a stuffing of newspaper firmly packed into them.

Sweater shaping after washing is simple — run a line in one sleeve and out the other and stretch the line in a shady place.

Hat veils which have lost their crispness may be restored by washing in sugar-water and pressing; or by pressing over a piece of heavy waxed paper with a medium-hot iron.

Woolens can be stored in a large, new garbage can with a generous amount of moth balls or naphthalene flakes. Seal lid on with a wide strip of adhesive.

Away from Home

Picnic hand-wiping cloths — a washcloth wrung out of water and placed in a screwtop jar.

A tube of shaving cream is handier "soap" than cake soap for travelling.

The Sickroom

To help keep the sickroom neat, keep a large tray there. From time to time all the oddments that accumulate — glasses, plates, toys, books, etc. — may be piled on the tray and taken out easily and quickly in one trip.

To amuse a sick child — let him wear new pajamas; invest in "bunny" bedroom slippers. Play games (but not long at a time, it tires him) such as guessing games, e. g. "who am I? I am small, I chatter, I've a fluffy tail, etc." or geography, "I am going to an island no one has ever seen the middle of—". Make a hand puppet of an old rubber ball for head and a towel, with holes for fingers, for a dress. Play hide-and-seek with imagination, not actual changes of position, e. g. — be tiny and hide under the clock, etc. The child can do gardening — raise a carrot in water — sprout beans — force a fruit branch. Other pastimes — feeding birds on the windowsill — receiving letters from friends who have been asked to write — playing records — pasting cutouts on paper plates (shellac and use on food tray later) — modelling with plasticine — cutting cut paper dolls — using crayon or paint book.

To make a sick child comfortable — if not too ill, he can lie on top of the bed, not under the covers, in the daytime, with a light wrap over him (he feels less "sick"). Give him to play on, a large bed table made of a card table, an ironing board on chair backs or a packing box. Have the bath and supper hour before sleeping time. A little more play and he is ready to go to sleep.

For cold compresses — place ice in sieve over a bowl, place compresses on ice.

To squeeze hot compresses dry — use a potato ricer.

PESAS Y MEDIDAS --------- WEIGHTS AND MEASURES

La medida básica es la taza americana que contiene 8 onzas fluidas, es decir 16 cucharadas.
The standard of measurement is the American cup, equal to 8 fluid ounces or 16 tablespoons.

Si no está indicado al contrario, **todas medidas son rasas.**
Unless otherwise indicated, **all measurements are level.**

Si no está indicado al contrario, la harina se cierne una vez **antes de medirla.**
Unless otherwise indicated, flour is sifted once **before measuring.**

Cuando la receta pide mantequilla derretida, se derrite ésta **antes de medirla.**
When the recipe calls for melted butter, melt it **before measuring.**

Para conversiones ordinarias, 1 kilo = 2 libras, 30 gramos = 1 onza y 1 litro = 4 tazas (1 quart).

For rough conversions, 1 pound = ½ kilo, 1 ounce = 30 grams and 4 cups (1 quart) = 1 litre.

Para conversiones exactas, 1 kilo = 2.2 libras, 28.35 gramos = 1 onza y 1 litro = 4 tazas más 6 cucharadas.
For accurate conversions, 1 pound = 453.6 grams (0.45 kilo), 1 ounce = 28.35 grams and 4 cups plus 6 tablespoons = 1 litre.

1 cucharadita = 5 cent. cub.
3 cucharaditas = 1 cucharada
2 cucharadas = 28 cent. cub.
8 cucharadas = ½ taza
½ taza = 100 cent. cub. más 1½ cucharada
1 taza = ¼ litro menos 1½ cucharada
2 tazas = ½ litro menos 3 cucharadas
4 tazas = 1 litro menos 6 cucharadas

1 teaspoon = 1/6 fluid ounce
3 teaspoons = 1 tablespoon
2 tablespoons = 1 fluid ounce
8 tablespoons = ½ cup
½ cup = 4 fluid ounces

1 cup = 8 fluid ounces
2 cups = 1 pint
4 cups = 1 quart

100 grams = 3½ onzas
1000 gramos = 1 kilo
1 kilo = 2.2 libras

1 ounce = 28.35 grams
16 ounces = 1 pound
1 pound = 453.6 grams

LISTA DE EQUIVALENCIAS

(edición inglesa — p. 265)

Se ha compilado esta lista según varios textos culinarios.
A causa de que los textos varían mucho entre sí, los redactores de este libro no pueden garantizar la completa exactitud de las cantidades.

Aceite de oliva, ¼ litro = 1 taza más 1½ cucharada
Almendras, peladas y picadas, 100 gramos = 1 taza más 3 cucharadas
Arroz, ½ kilo = 2 tazas más 3¼ cucharadas
1 taza sin cocer rinde 3 tazas cocido
Avena, ½ kilo = 3 tazas menos 2 cucharadas
Azúcar granulada, 100 gramos = 7 cucharadas
½ kilo = 2 tazas más 3 cucharadas
Azúcar morena, ½ kilo = 3 tazas menos 2 cucharadas
Azúcar en polvo, ½ kilo = 3 ⅞ tazas
Bizcocho de manteca, rallado, 100 gramos = 2/3 taza (aprox.)
Cacao soluble, 100 gramos = ¾ taza más 2 cucharadas
4 cucharadas = 2 cucharadas chocolate rallado (cuando se sustituye cacao para chocolate rallado en tortas, hay que añadir 1½ cucharada de grasa extra para cada 4 cucharadas de cacao empleado)
Café molido, 1 kilo = 10 tazas (aprox.)
Chocolate, "Baker's" 1 onza = 1 cuadradito
1 cuadradito rallado = 2 cucharadas
Chocolate rallado, 2 cucharadas = 4 cucharadas cacao soluble (véase cacao)

Ciruelas pasas, ½ kilo = 2¾ tazas
Coco seco, rallado, 100 gramos = ¾ taza más 2 cucharadas
Concha de frutas, seca y azucarada, ½ kilo = 2 tazas más 3 cucharadas
Crema de leche, 100 gramos = 7 cucharadas
Dátiles sin semilla, ¼ kilo = 1½ taza
Gelatina granulada de "Knox", 1 sobre = 1 cucharada
(se usa 1 cucharada para cada 2 tazas de líquido)
Gelatina en hojas — se usa 1 onza para cuajar 4 tazas de líquido, pero varía tanto de fuerza que es mejor hacer una prueba primero. Se compra esta gelatina en hojas blancas o rosadas, por onza
Harina blanca, cernida, 100 gramos = 1 taza menos 1 cucharada
½ kilo = 4 tazas más 6½ cucharadas
1 kilo = 8¾ tazas más 1 cucharada
Harina de trigo obscura, ½ kilo = 4¼ tazas
Harina para cuajar **(véase "Maicena" y "Consejos culinarios")**
Jengibre, 10 gramos = 2½ cucharaditas (aprox.)
Leche evaporada, 1 pote de 410 gramos = 1¾ taza
Levadura líquida, 2 tazas = 1 tableta comprimida
Levadura seca, 2 tazas = 1 tableta comprimida
Macarrones crudos, 108 gramos = 1 taza
cocidos, 147 gramos = 1 taza
Maicena, 100 gramos = 10½ cucharadas
(cuando se usa maicena en vez de harina para cuajar líquidos, 1 cucharada de ésta equivale a 2½ ó 3 de harina)
Maní picado, ½ kilo = 3 1/3 tazas
Manteca, 1 kilo = 4 tazas más 6 cucharadas
Manteca de ganado, picado, ½ kilo = 5½ tazas
Mantequilla derretida, 100 gramos = 3½ cucharadas
sólida, 100 gramos = 7 cucharadas
Miel de abejas, 100 gramos = 3½ cucharadas
Nueces picadas, 100 gramos = 7 cucharadas
Pan rallado, 100 gramos = ¾ taza (aprox.)
Papas sin pelar, ½ kilo = 4 ó 5 medianas
Papas, puré de — para 1 litro se necesita aprox. 1 kilo sin pelar
Papelón, uno corriente pesa 1½ kilo (aprox.)
Pasas, ½ kilo = 3 1/3 tazas
Pasas de Corinto, ½ kilo = 2 tazas más 3 cucharadas
Pimienta para condimentar — úsese ⅛ cucharadita para cada litro de líquido..
Polvo "Royal", 10 gramos = 4 cucharaditas (aprox.)
(en vez de 2 cucharadas de polvo se puede usar ½ cucharada de bicarbonato con 1 cucharada crémor tártaro)
Queso rallado, 100 gramos = 7 cucharadas
½ kilo = 2 tazas más 3 cucharadas
Queso "cottage", 100 gramos = 7 cucharadas
Queso crema, 100 gramos = 9 cucharadas
Sal para condimentar — úsese 1 cucharadita para cada litro de líquido
Tomates, ½ kilo = 4 ó 5 medianos
Vino, 1 copita = 5 cucharadas
½ litro = ½ botella (aprox.)

Traducción por **Catherine S. de Coup-Crank.**

TABLE OF EQUIVALENTS

(Spanish edition — p. 263)

This table has been assembled from those of standard cook books, but as these differ at times, the editors of this book do not guarantee complete accuracy
Almonds, blanched and chopped, 1 ounce = 1/3 cup
Baking powder, 1 ounce = 3½ tablespoons
(instead of 2 tablespoons of baking powder, ½ tablespoon of soda and 1 tablespoon of cream of tartar may be used)

Breadcrumbs, 4 4/5 ounce = 1 cup
Butter, melted, 1 ounce = 1 tablespoon
Butter, solid, 1 ounce = 2 tablespoons
1 pound = 2 cups
Cheese, grated, 1 ounce = 2 tablespoons
1 pound = 2 cups
Cheese, cottage, 1 ounce = 2 tablespoons
Cheese, cream, 1 package (3 oz.) = 7½ tablespoons
Chocolate, "Bakers's", 1 ounce = 1 square
1 square grated = 2 tablespoons
Chocolate, grated, 2 tablespoons = 4 tablespoons cocoa (see cocoa)
Cocoa, 1 ounce = 4 tablespoons
(when substituting cocoa for chocolate in cakes, add 1½ tablespoons extra shortening for each 4 tablespoons of cocoa used)
Coconut, shredded, dry, 1 ounce = 4 tablespoons
Coffee, ground, 1 pound = 4 1/3 cups
Cornstarch, 1 ounce = 3 tablespoons
(for thickening, substitute 1 tablespoon cornstarch for each 2½ to 3 of flour)
Cracker crumbs, 5 ounces = 1 cup
Cream, 1 ounce = 2 tablespoons
Currants, ½ pound = 1 cup
Dates, stoned, 6 ounces = 1 cup
Flour, white, sifted, 1 ounce = 4 tablespoons
1 pound = 4 cups
Flour, whole wheat, 1 pound = 3⅞ cups
Flour for thickening (see "Cornstarch" and "Cookery Hints")
Fruit juices, 1 fluid ounce = 2 tablespoons
Gelatin, granulated, "Knox's", 1 envelope = 1 tablespoon
(use 1 tablespoon to each 2 cups of liquid)
Gelatin, sheet — use 1 ounce to each 4 cups of liquid, but test first as the strength varies greatly. This may be bought colorless or pink, by the ounce
Ginger, ground, 1 ounce = 2½ tablespoons
Honey, 1 ounce = 1 tablespoon
Lard, 1 pound = 2 cups
Macaroni, uncooked, 3 4/5 ounces = 1 cup
cooked 5 1/5 ounces = 1 cup
Milk, evaporated, 1 14½ oz. can = 1¾ cups
"Papelón", 1 ordinary weighs 1½ kilos (3.3 pounds)
Peanuts, chopped, 1 pound = 3 cups
Potatoes, unpared, 1 pound = 4 medium-sized
Potatoes, mashed — 1 quart requires 2½ pounds unpared
Oatmeal, 1 pound = 2 2/3 cups
Olive oil, 2/5 ounce = 1 tablespoon
Peel, candied, 1 pound = 2 cups
Pepper for seasoning — use ⅛ teaspoon for each quart of liquid
Prunes, 1 pound = 2½ cups
Raisins, 1 pound = 3 cups
Rice, 1 pound = 2 cups
1 cup uncooked yields 3 cups cooked
Salt for seasoning — use 1 teaspoon for each quart of liquid
Suet, chopped, 1 pound = 5 cups
Sugar, granulated, 1 ounce = 2 tablespoons
1 pound = 2 cups
Sugar, brown, 1 pound = 2 2/3 cups
Sugar, confectioner's 1 pound = 3½ cups
Tomatoes, 1 pound = 4 medium-sized
Walnut meats, chopped, ½ pound = 2 2/3 cups
Wine, 1 wineglass = 5 tablespoons (approx.)
½ bottle = ½ litre (approx.)
Yeast, liquid, 2 cups = 1 compressed tablet
Yeast, dry, 2 cups = 1 compressed tablet

Dorothy B. Crease.

(edición inglesa p. 279)

(Spanish edition p. 269)

Compañía Anónima
VENEZOLANA DE TABACO
Capital: Bs. 3.000.000


MEREI (CASHEW)
NISPERO (SAPODILLA)
JOBO (YELLOW MOMBIN)
GUAYABA (GUAVA)
ÑAME (YAM)
ANON (SWEETSOP)
AJI DULCE (PIMENTON)
AJOPORRO (LEEK)
CHAYOTE (TAYOTE)
MEMBRILLO (QUINCE)
PARCHA (SWEET GRANADILLA)
GUANABANA (SOURSOP)
SALSIFI (OYSTER PLANT)
LECHOZA PAPAYA
MANGO (MANGO)
OCUMO
APIO
MAPUEY
AGUACATE (AVOCADO)
CAIMITO (STAR APPLE)
BERENJENA (EGGPLANT)
MAMON (SPANISH LIME)
BATATA (SWEET POTATO)
AJI CARIBE
CALABAZA (SQUASH)
AUYAMA (PUMPKIN)
CHIRIMOYA (CUSTARD APPLE)
COLINABO (KOHLRABI)
COCO (COCONUT)
GRANADA (POMEGRANATE)
MAMEY (STO. DOMINGO APRICOT)
CABELLO DE ANGEL (ANGEL HAIR MELON)
YUCA
FRUTA DE PAN (BREADFRUIT)