UNICOS DISTRIBUIDORES

MANZARBEITIA Y COMPANIA

Ayestaran 567 esq. a San Pedro - HABANA, Cuba

CHOCOLATE HELADO, ESTILO DEL BRASIL

Chocolate amargo	*2 tabletas*
Extracto de café fuerte	*1 taza*
Sal	*Una pizca*
Azúcar	*4 cucharadas*
Leche	*3 tazas*
Crema	*½ taza*

El chocolate se corta en pedacitos, se mezcla con el café y se ponen las dos cosas a la lumbre, hasta que esté el chocolate derretido y las dos cosas muy bien mezcladas. Se añaden el azúcar y la sal, se cuece 4 minutos más, moviéndolo constantemente. Se pone en un traste sobre agua caliente (es decir, a baño de maría), se añade la leche, moviendo la mezcla constantemente, se bate muy bien con un batidor de alambre, hasta que se haga espuma. Se deja enfriar.

En unas copas o vasos altos para refresco, se pone un poco de hielo picado, se llena con el chocolate y se adornan con un copete de la crema batida y endulzada.

Aunque el chocolate puede servirse con cualquiera de los platillos que se usan para el té, quiero recordar algunas cosillas que nuestras abuelas servían en esta clase de meriendas.

POLVORONES DE ALMENDRA

Harina	*¾ de kilo*
Almendra	*¼ de kilo*
Azúcar en polvo	*½ kilo*
Manteca muy batida	*½ kilo*

Se pelan las almendras, y cuando están bien secas, se tuestan y se muelen. A la manteca muy batida, se le mezcla el polvo de azúcar y se sigue batiendo, luego la almendra y por fin la harina, batiendo siempre. De esta pasta se hacen bolitas, se aplastan para darles la forma de polvorones. Se ponen sobre un papel suave en la lata de hornear y se meten al horno.

SUSPIROS

Harina	*60 gramos*
Mantequilla	*30 gramos*
Agua	*¼ de litro*
Huevos enteros	*3*
Azúcar	*½ cucharadita*
Sal	*Una pizca*
Manteca o aceite	
Mermelada	

Se pone a la lumbre el agua y cuando suelta el hervor se le pone la mantequilla; ya que ésta se deshizo, se le añade poco a poco la harina, (ya fuera el traste de la lumbre). Se bate muy bien a que se deshaga y se le van echando poco a poco los huevos enteros, el azúcar y la sal. Se bate todo, a que quede perfectamente ligado. Se deja reposar una hora y media o dos horas. Se pone la manteca o aceite en una sartén y cuando está bien caliente se echan cucharaditas de la pasta a que queden rebanadas como flores. Se rellenan con la mermelada.

RODEOS

Harina	*½ kilo*
Manteca	*¼ de kilo*
Azúcar	*2 cucharadas*
Huevos	*2*
Polvo de hornear	*½ cucharadita*

Se amasa muy bien todo junto, lo más rápidamente posible, para que no se corte la manteca. Se hacen rosquitas que se meten al horno. Al sacarlos se espolvorean densamente con azúcar pulverizada y canela molida muy finamente.

CHURROS

Harina	*1 taza*
Agua salada	*1 taza*
Aceite	
Azúcar en polvo	

Se cierne la harina dos o tres veces, y se pone en una cacerola grande. El agua con sal se pone al fuego y en el momento en que suelta el hervor fuerte, se vacía de golpe sobre la harina; se saca del fuego y se bate violentamente hasta que se esponje un poco; entonces sin dejar que se enfríe, se mete en la jeringa o duya y se sacan directamente al aceite caliente, en el que se habrán quemado primero una rebanada de pan y medio limón. Se sacan los churros sobre un papel poroso, para que suelten la grasa y luego se bañan de azúcar en polvo o granulada.

Breves...

Salsa Cremosa para Pollo Frito: La próxima vez que haga pollo frito agréguele dos cucharadas de la manteca que quede en la sartén y mézclelas bien; añada una taza de leche o de crema floja y revuelva constantemente hasta que espese mientras hierve. Sazónela al gusto y sírvala con el pollo. Es riquísima con arroz blanco y papas majadas.

* * *

Alimentos Protéicos: El requesón es una magnífica fuente de proteínas y proporciona un gran alimento protéico a muy poco costo; por lo tanto, se debe servir con frecuencia. Es delicioso con pan tostado y jalea, con ciruelas pasas cocidas, como relleno para unos lindos tomates, con piña de lata y otras frutas parecidas. Como parte del régimen para adelgazar no tiene rival.

* * *

¿Quiere aprovechar esos pedacitos de "cake" que le sobraron de la comida? Desmorónelos, tuestes las migas ligeramente, y utilícelas para espolvorear el helado de vainilla. Sobre ambos pongan un poco de crema de chocolate. ¡Una preciosidad que sabe a gloria!

* * *

Con los pedacitos de carne que sobran del asado se pueden hacer unas sabrosas empanadillas. Se muelen los pedazos, se condimentan bien y se envuelven en una masa de pastel (ahora se puede conseguir la masa en paquetitos y sólo hay que agregarle agua fría). También se pueden hacer croquetas.

* * *

Aunque los nenes vienen a almorzar a la casa probablemente desean algo que comer a la hora del recreo en el colegio. ¿Por qué no les da uno de esos paquetitos de pasas que caben en el bolsillo? Así les proporciona energías extra para corretear y estudiar, y como la cajita es tan pequeñita resulta una novedad para los chicos.

CROQUETAS DE SALMON

Las croquetas de salmón necesitan contraste también, por ejemplo: se pueden servir con habichuelas tiernas o zanahorias rebanadas, con lo cual no sólo se crea color sino valor alimenticio. De vez en cuando conviene aliñarlas con una sabrosa salsa de maicena.

CROQUETAS DE POLLO

Para que una fuente de croquetas luzca realmente atractiva es bueno adornarla con ramitos de perejil verdecitos, con tomates en rodajas o cuarterones, pimientos verdes o morrones, "petit pois", o cualquier otra verdura que haga contraste con el color dorado.

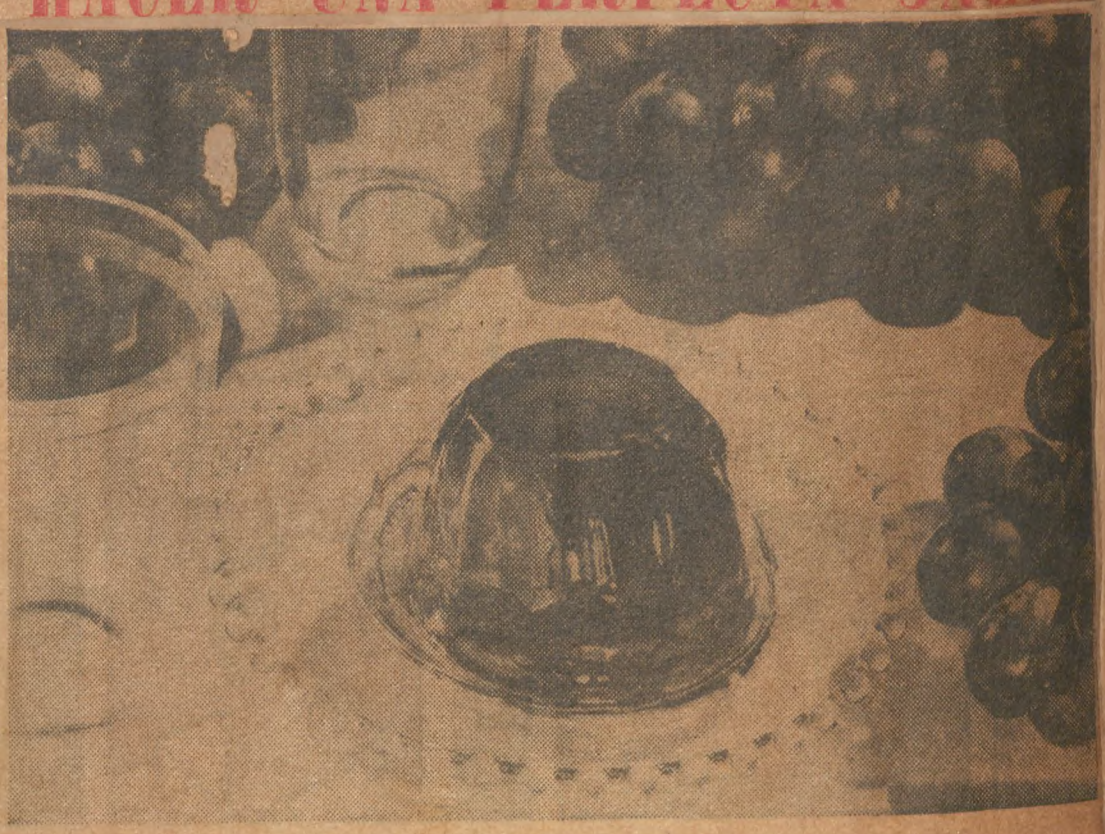
MODO DE HACER UNA PERFECTA JALEA

AL JUGO de fruta cocinado con azúcar a un cierto punto (punto de hoja), se le da el nombre de jalea. Una buena jalea debe quedar transparente, tener un hermoso color y quedar lo suficientemente firme para coger la forma de un molde. Su contextura debe ser tan delicada que pueda partirse con cuchara y sin embargo ser firme. El gusto del jugo de la fruta debe distinguirse al gustarla.

Para obtener una buena jalea se debe escoger bien la fruta; que esté acabada de madurar o más bien pintona. Los jugos de fruta que hacen una buena jalea deben tener suficientes cantidades de pectina, ácido y azúcar. En caso de que a la fruta le falte ácido puede usarse una de las excelentes pectinas comerciales. La pectina es una substancia que gelatiniza y hace la jalea, y se encuentra en más cantidad en las frutas acabadas de madurar o pintonas.

Para extraer el jugo de la fruta se lava ésta, se tritura y se pone con agua a cocinar. La proporción de agua para frutas como moras, fresas y demás frutas jugosas, es de una taza por libra de frutas. Para frutas duras como manzanas, membrillos, etc., la proporción es de 3 tazas de agua por una libra de fruta. Cuando la fruta esté cocida, se retira del fuego, se pone en un talego de tela y se deja escurrir sin apretarlo. Esta primera extracción hace una jalea transparente y bellísima. La pulpa que quede de la fruta puede usarse para compotas o cernidos. La segunda extracción que puede hacerse apretando el talego y dejando la pulpa de la fruta seca, hace una jalea menos transparente pero muy buena de gusto. Este jugo se pone al fuego y sólo después del primer hervor se le agrega el azúcar en igual cantidad del jugo, es decir que si se ponen 2 tazas de jugo se pondrán 2 tazas de azúcar que se habrán puesto a calentar un poco. Debe revolverse muy bien hasta que el azúcar se disuelva. Es muy importante cocinar la jalea a fuego vivo, pues a fuego lento le haría perder su gusto y color. Bajarle la temperatura o suspender de cocinarla por un rato la dañaría.

Para una buena jalea el termómetro debe marcar de 218 a 219 gr. F. o el punto será el de hoja que se conoce al levantar una cucharada del jarabe hirviendo a unos 24 centímetros arriba de la olla en que se cocina y dejar caer el líquido en la olla. Al principio el jarabe correrá como agua, luego en un chorro que después se dividirá en dos y al final quedará en la cuchara cayendo como una hoja delgada y quedando la cuchara limpia. Esta prueba debe hacerse un poco después de hervir el jugo con el azúcar y repetirse hasta que dé el punto indicado. También puede saberse el punto sacando un poco de jarabe con una cuchara dejándolo enfriar un poco y luego dejándolo caer sobre un plato de loza frío. Así podrá verse fácilmente la consistencia de la jalea.



La jalea que ha sido preparada acorde con las indicaciones que hemos dado deberá quedar de consistencia firme pero sin ser dura, perfectamente transparente y brillosa, como si fuera hecha de cristal.

Las jaleas pueden conservarse por mucho tiempo, ya sea en frascos esterilizados o en frascos muy secos tapándolos con un corcho que se haya metido en esperma derretida y así quedará sellado. No deben llenarse completamente los frascos y deben taparse con un papel parafinado mientras cuaja bien la jalea.

MODO DE PROCEDER

Jalea de manzana o de cualquiera otra fruta

JALEA DE MANZANA — Se toma una libra de manzanas, se pelan, se parten en tajadas y se trituran. Se les agrega 3 tazas de agua y se ponen al fuego hasta que estén cocidas y luego en un talego a escurrir. La pulpa que queda se puede usar para compota. El jugo que resulta se mide por tazas y se pone al fuego. Cuando suelte el hervor se le agrega el azúcar en proporción igual a las tazas de jugo, es decir, que si se han puesto 2 tazas de jugo se pondrán 2 tazas de azúcar caliente. Se revuelve hasta que el azúcar se disuelva bien. Se deja cocinar a fuego vivo. Cuando empiece a espesar se le toma el punto que es el de hoja y puede saber fácilmente sacando un poco de jarabe con una cuchara de palo, dejándolo enfriar un poco y luego dejándolo caer sobre un plato de loza fría para ver si tiene ya consistencia de jalea.

JALEA DE MANZANA Y YERBABUENA — Se hace lo mismo que la jalea de manzana. Cuando ya se haya agregado el azúcar y esté disuelta e hirviendo, se sumerge un ramo grande de yerbabuena con las hojas medio trituradas, pero sin soltarlo. Se saca a raticos y se vuelve a poner entre el jarabe, cogido con la mano, sin soltarlo, hasta que el jarabe coja el gusto de la yerbabuena. Se agregan 2 cucharadas de jugo de limón y color verde, y se prosigue como con la jalea de manzana.

Jalea de uva (de jugo de uva embotellado, Grape Juice)

3½ tazas de azúcar
2 tazas de jugo de uva
½ botella de Certo

Se ponen a fuego muy vivo el jugo de uva y el azúcar. Cuando hiervan se les agrega inmediatamente el Certo revolviendo constantemente. Se deja hervir un minuto y se retira.

Jalea de yerbabuena

½ taza de agua
1¼ tazas de azúcar
6 hojas de colapiscis
color vegetal verde
2 cucharadas de vinagre
½ taza de tallos y hojas de yerbabuena, medida muy apretada

Se tritura muy bien la yerbabuena y se le agrega el azúcar y se pone a fuego vivo y cuando esté a punto de hoja se le agregan unas gotas de anilina verde y la colapiscis remojada en un cuarto de taza de agua caliente. Se deja hervir medio minuto, se cuela y se deja cuajar en un lugar fresco o en la nevera.

Jalea de moras

Se lavan las moras, se trituran un poco y se ponen a cocinar con agua en proporción más o menos de 1 taza de agua por 1 libra de moras. Cuando ya estén cocidas, se ponen a escurrir en un talego sin apretarlo. El jugo se pone a fuego vivo y al primer hervor se le agrega la misma cantidad de tazas de azúcar que de jugo. El azúcar es bueno calentarlo un poco antes de agregarlo al jugo. Debe entonces revolverse muy bien hasta que el azúcar se disuelva y mantener la temperatura siempre igual. Cuando esté a punto de hoja se retira del fuego.

ANTOJITOS PARA LA HORA DEL TE O EL CHOCOLATE

Cuando vayan sus amigas a visitarla por las tardes o después del juego de bridge o canasta, sírvales una humeante taza de té o de chocolate, con emparedados delicados, y otros obsequios ligeros. Para que el té quede a la perfección, procure que el agua esté hirviendo rápidamente.

SI EL TE es una bebida elegante y delicada, el chocolate tiene también un lugar en la historia social de nuestras tierras. En tiempos antiguos y aún mucho después, la merienda clásica era el humeante y aromático chocolate, en tazones de fina porcelana y servido por criadas, de planchadas y vistosas faldas; y me parece a mí que para recordar esa costumbre tan nuestra, y para evitar la monotonía, pues la variedad es la sal de la vida, hay que servir de cuando en cuando en la merienda, el sabrosísimo chocolate. Casi todas mis lectoras saben hacer el chocolate, pero doy aquí la receta por si alguna lo ha olvidado.

6 tabletas de chocolate Ménier o clase parecida
7 tazas de leche

El chocolate puede ser amargo o dulce, de canela, de vainilla, según el gusto individual; pero la receta es la misma. Se deshace el chocolate en la leche caliente. Se pone a la lumbre, moviéndolo con el batidor. Cuando suelta el primer hervor se retira. Se vuelve a poner a que dé otros dos hervores. Se saca y se bate perfectamente con el batidor. Se sirve la mitad en las tazas y se vuelve a batir antes de llenarlas por completo. Se sirve inmediatamente, para que no se enfríe. Si es amargo el chocolate, puede añadirse azúcar, si se desea.

Doy aquí otras recetas que le dan variedad y que son como quien dice el "chocolate modernizado".

Chocolate amargo	*4 tabletas*
Agua fría	*½ taza*
Azúcar	*1 taza*
Sal	*Una pizca*
Crema	*½ taza*
Leche caliente	*6 tazas*

El chocolate se corta en pedacitos y se pone a la lumbre con el agua. Se deja 4 minutos, moviéndolo constantemente. Se saca y se bate muy bien a que quede terso. Se agregan el azúcar y la sal y se vuelve a poner al fuego otros 4 minutos siempre batiéndolo. Se le mezcla la crema batida y se pone en un platoncito hondo. A la hora de tomarse, se pone una cucharada copeteada de esta mezcla en cada taza y se vierte encima la leche muy caliente.

CROQUETAS DE HUEVO—Se salcochan seis o siete huevos se pican muy finos Se echa en la sartén: una cucharada de mantequilla derretida bastante cebolla picada, una cucharada bien llena de harina, añadiendo poco a poco tres tazas de leche caliente, se agregan entonces los huevos picados, suficiente sal pimienta, perejil y nuez moscada, se tiene al fuego revolviendo sin parar hasta que se endurezca, se extiende en una fuente llana y cuando esté fría esta masa se forman las croquetas, se envuelven en polvo de pan rallado, luego en un batido de huevo, otra vez en polvo de pan rallado y se fríen en manteca muy caliente

CROQUETAS DE SESO—El seso se tiene un rato en agua fría se le quita el pellejo que lo cubre, se debe cocinar al vapor poniéndole zumo de limón y sal, se pica muy fino y se echa en una salsa bechamela cocinándola sin parar de revolver hasta que quede una masa dura Se extiende en una fuente llana, y ya fría se forman las croquetas envolviéndolas en polvo de pan rallado luego en un batido de huevo otra vez en pan rallado y se fríen en manteca bien caliente, dejándolas doradas Para cocinar el seso al vapor se coloca sobre una olla de agua hirviente entre dos tapas de lata

CROQUETAS EXQUISITAS A LA VILLEROY—Se limpia y se lava un pollo Se hace con él un buen caldo reduciéndolo a tres tazas grandes y poniéndole cebolla, sal y unos granos de pimienta Listo el caldo se prepara una crema en esta forma: a cuatro yemas crudas se unen cuatro cucharadas de harina y las tres tazas de caldo, se pone al fuego revolviendo sin parar, y se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, cuando la crema esté algo cuajada, se echa el pollo picado en máquina con la cuchilla más fina y se sigue revolviendo en la crema hasta que se vea que está bien cocinado; se coloca en una fuente llana para que se enfríe y se endurezca; se forman las croqueas, dándoles una forma bonita, se envuelven dos veces en un batido de huevo y pan rallado y se fríen en manteca caliente; se adornan con ramos de perejil

CROQUETAS DE CARNE DE PUERCO—Se cocina en el caldo una libra de carne de puerco, se pica en la máquina con una cebolla chica y perejil, se añade a esto nuez moscada rallada y pimienta molida, y un pedazo de pan mojado en leche, sal suficiente, se une bien, se cocina esta masa en la sartén en poca manteca, se revuelve sin parar hasta que esté bien cocinada y seca, se extiende en una fuente; si sobra manteca se escurre bien, se deja enfriar, se forman las croquetas, se envuelven en polvo de pan rallado, luego en un batido de huevo con perejil y otra vez en polvo de pan rallado y se fríen en la manteca muy caliente, dejándolas doradas

CROQUETAS DE TASAJO—Se remoja y se desala bien un cuarto de libra de tasajo, se salcocha hasta que quede bien blando, se pasa por la máquina y se le une pan mojado en caldo ligando muy bien ambas cosas; se añaden cuatro tomates cebolla, un diente de ajo uniendo todo muy bien. Se echa manteca suficiente en la sartén y se pone a freír cebolla, y cuando ésta empiece a dorarse se echa la masa y se cocina poniéndole sal, pimienta y dos huevos crudos Cuando todo esté bien cocinado se tiende en una fuente llana y ya fría se forman las croquetas, se envuelven en polvo de pan rallado luego en un batido de huevo y otra vez en polvo de pan rallado y se fríen en manteca muy caliente

CROQUETAS DE SALMON—Se exprime bien el salmón se le quitan las espinas se le agrega bastante pan que esté bien mojado en el caldo que exprima se añade una cucharada de harina un huevo crudo sal pimienta y perejil picado, todo se cocina en un sofrito que se hace con aceite, cebolla picada un diente de ajo y unos tomates, se tiene un rato al fuego hasta que la masa esté bien cocinada, se extiende en una fuente llana y cuando esté fría se forman las croquetas, se envuelven en polvo de galleta o pan rallado luego en un batido de huevo con perejil, otra vez en polvo de pan rallado y se fríen en aceite y manteca mezclados bien calientes

CROQUETAS DE PAPAS—Se deben elegir papas grandes (una libra) se salcochan con su cáscara se pelan y se pasan por la máquina, se añade una cucharadita, no llena, de mantequilla tres huevos crudos sal pimienta nuez moscada y perejil; se une todo, se deja enfriar y se forman las croquetas; se envuelven en polvo de pan rallado o galleta luego en un batido de huevo con perejil otra vez en polvo de pan rallado y se fríen en manteca muy caliente

CROQUETAS DE MACARRONES—Se prepara una salsa en esta forma: se echan en la sartén dos cucharadas grandes de mantequilla; cuando esté derretida se agregan cuatro cucharadas de harina, medio jarro de leche, o sea una botella, uniéndolo poco a poco, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se cocina revolviendo sin parar; cuando empiece a cuajarse se añaden medio paquete de macarrones que ya estarán salcochados y picados en la máquina y dos cucharadas de queso rallado; se deja cocinar un rato más, se extiende en una fuente llana y cuando esté fría se forman las croquetas, se envuelven en polvo de pan rallado, luego en un batido de huevo, otra vez en pan rallado y se fríen en manteca caliente

ALMUERZO

Jugo de tomates; Frituras de bacalao; Arroz con legumbres; Pollo con almendras; Ensalada de habichuelas; Postre: Encanto de frutas.

FRITURAS DE BACALAO

1 libra de bacalao; 3 huevos; 2 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; zumo de 1 cebolla; 3 cucharadas de perejil picado; 1|2 libra de papas; 3 cucharadas de caldo; 1 polvito de pimienta; 1 libra de aceite OLIVEITE; sal.

El bacalao se laya bien y se salcocha junto con las papas, echándolo para que suavice, en seguida en agua fría; se le quitan las espinas y pellejos; se pica por la máquina, se majan las papas calientes y se unen al bacalao agregando la harina, los huevos crudos, el zumo de la cebolla, el perejil y la pimienta, se une con un tenedor, se prueba de sal y se frien por cucharadas en aceite bien caliente.

ARROZ CON LEGUMBRES

1.1|4 libra de arroz JON-CHI; 1 nabo partido en cuatro; 2 zanahorias cortadas en ruedas; 1 pedazo de col muy picado; 2 ajos puerros; 1| 2taza de chicharos frescos; 1|2 lata de salsa de tomates; 2 dientes de ajos; 2 ramas de perejil; 3 cucharadas de manteca; 1 cebolla grande muy picada; 1 cucharada de perejil picado; 1 diente de ajo machacado; 1|4 libra de jamón; 1|4 libra de tocino; 1 chorizo; sal y pimienta; azafrán tostado.

Se ponen a salcochar en una cacerola el nabo y las zanahorias, la col, los ajos puerros, los chicharos, el ajo y el perejil; cuando las legumbres estén casi blandas se le agrega un buen sofrito preparado con manteca, la cebolla, tomate, perejil, ajo, jamón y tocino picados en pedazos y el chorizo cortado en ruedas gruesas; se sazona con sal y pimienta y se le da color con azafrán, se añade el arroz (si es necesario más agua) y se cocina a fuego vivo hasta que el grano empiece a ablandarse, se termina de cocinar al vapor, sirviéndose cuando el grano esté completamente seco.

POLLO CON ALMENDRAS

1 pollo grande; sal y pimienta; 1|4 libra de jamón picado; 2 cebollas picadas menudo; 3 ajos machacados; 2 ajíes cortados en tiras; 2 cucharadas de vinagre; 2 cucharadas de alcaparras molidas; 1|4 libra de almendras "MEDINA"; 2 tazas de caldo; 1|2 taza de vino seco; azafrán tostado; 2 cucharadas de pasas sin semillas; 10 ó 12 aceitunas sin hueso; 6 cucharadas de manteca SABROSA.

Se lavan las almendras y se pasan por agua hirviendo para quitarles la piel y se dejan aparte. El pollo se mata la víspera, se divide en pedazos y se sazona de sal y pimienta dejándolo en frío. Se pone una cacerola al fuego con la manteca, se agrega el pollo, el jamón, la cebolla, el ajo, los ajíes y el vinagre, se rehoga por un minuto, se agregan las alcaparras, las almendras y se deja cocinar a fuego moderado por diez minutos, pasado este tiempo se añade el caldo caliente y el vino, cuando el pollo esté blando se le da color a la salsa con azafrán, se le echan las pasas y aceitunas y se muelen las almendras que se cocinaron enn la salsa, volviéndolas a echar en la cacerola para cuajar la salsa.

ENCANTO DE FRUTAS

1 paquete de Gelatina ROYAL sabor de frambuesa; 1 taza de agua hirviendo; 1 taza de agua fría; unos granos de sal; 1 taza de frutas frescas variadas y majadas; 1 taza de crema batida endulzada al gusto.

Disuélvase la Gelatina Royal en el agua hirviendo, añádanse el agua fría y la sal. Endúlcese hasta que la mezcla empiece a espesarse. Agréguesele la taza de frutas frescas. Enfríese hasta que esté firme la mezcla. Entonces viértase en vasos de refresco alternando una cucharada de Gelatina con otra de crema batida, terminando con 1 cucharada de crema batida.

Y no lo olvide...

Cuando se quiera cortar el pan en rebanadas muy finas bastará con meter el cuchillo en agua tibia a cada rato.

TORTILLA DE HUEVO SOUFFLE

8 huevos; 1 cucharadita de harina; 3 cucharadas de azúcar; 1 cucharadita de polvo ROYAL; 1 cucharadita de jugo de limón; 1 taza de salsa bechamel; sal.

Se baten las yemas por medio minuto, se le agrega el azúcar y la harina poco a poco batiendo siempre, se agrega el limón y las claras batidas con el Royal a punto de nieve, se sazona de sal y se vierte en un molde de horno engrasado con mantequilla y se cocina en el horno a 375 grados F., hasta que esté dorada. Se sirve con salsa bechamel.

RIÑONES CON CHAMPIGNONS

2 riñones; 1 latica de champignon; 3 cucharadas de mantequilla; 2 cucharadas de harina; 1|4 cucharadita de nuez moscada "MEDINA"; 1|4 cucharadita de pimienta; 1 taza de vino Jerez clase superior; 2 tazas de caldo; sal 2 limones verdes.

Después de bien limpios los riñones con agua caliente se les quita la piel y se les frota con limón para que pierdan el olor peculiar de los riñones; se pican sazonándolos de pimienta, sal y nuez moscada, se le agregan los champignons muy picaditos; se calienta bien la mantequilla en una sartén al fuego y se le va agregando poco a poco la harina, cuando estén bien ligadas se agrega el vino y el caldo y en seguida los riñones cocinándolos a fuego lento hasta que estén en una salsa ligeramente cuajada. Se sirven en seguida.

FRITURAS DE ÑAME

1 libra de ñame; 2 huevos; 1 cucharada de perejil picadito; sal y pimienta; 1 libra de manteca SABROSA; 1 limón verde.

Después de pelado el ñame se frota con el limón, se lava y se ralla razonándolo de sal y pimienta a gusto, se le agrega el perejil y se bate por quince minutos más o menos; se pone la manteca al fuego y cuando esté bien caliente se echan por cucharadas y se dejan freír hasta que estén doradas.

PLATILLO

1 paquete de fideos LA SIN RIVAL; 1|4 libra de queso amarillo; 2 cucharadas de mantequilla; 2 laticas d salsa de tomates; sal.

Se salcochan los fideos en agua hirviendo con sal y 1 cucharada de mantequilla, se deja hervir 10 ó 12 minutos y después se escurren bien; se pone una cacerola al fuego con la salsa de tomates y cuando esté caliente se agregan los fideos dejándolos hervir por unos minutos en la salsa; se engrasa una tartera de horno con el resto de la mantequilla; se vierten los fideos en ella y se espolvorean con el queso rallado cocinándolos en el horno a 350 grados F., por veinte minutos más o menos.

ENSALADA DE HABICHUELAS Y ZANAHORIAS

1|2 libra de habichuelas; 2 zanahorias grandes; 4 huevos salcochados; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; sal y pimienta.

Se les corta la parte del tallo a las habichuelas y se les saca la hebra cortándoles la parte inferior también, se salcochan y se dejan en el agua hasta el momento de preparar la ensalada; se salcochan las zahanorias sin dejarlas ablandar del todo, se sacan y se dejan enfriar, se adorna la ensaladera con hojas de lechuga, se colocan las habichuelas después de bien escurridas en forma de pirámide sobre las hojas de lechuga; se le ralla una zanahoria y los dos huevos restantes; se mezclan bien el aceite y el vinagre sazonándolo de sal y pimienta a gusto y se le vierte por encima.

MANZANAS EXQUISITAS

8 manzanas; 2.1|2 tazas de azúcar; 1 raja de canela.

Se lavan las manzanas y se pelan dejándolas en agua fría; con las cáscaras y 1.1|4 litro de agua se hace un cocimiento y cuando se vea de color rosado se cuela y se le agrega el azúcar, la canela, y las manzanas dejándolo cocinar a fuego lento hasta que el almíbar tenga punto. Se deja enfriar para que la almíbar quede gelatinosa. Se sirve con queso crema LA HACIENDA.

TORTILLA CON JAMON Y CEBOLLA

10 huevos; 1/4 libra de jamón (masa); 1 cebolla mediana; 1 cucharadita de polvo ROYAL; sal; 2 cucharadas de manteca.

Se baten las yemas, las claras se baten con el Royal, se pican juntos la cebolla y el jamón por la cuchilla fina de la máquina; se pone una sartén al fuego con la manteca y mientras se calienta se unen las claras a las yemas batiéndolas por un minuto más y sazonándolas de sal, se vierten en la sartén y en seguida el picadillo de jamón y cebolla extendiéndolo bien por encima del batido, se deja cocinar ligeramente y se le da la forma de rollete y se termina de cocinar.

BUCHES DE BACALAO

3/4 libra de buches; 1 cucharón de aceite OLIVEITE; 2 cebollas; 3 dientes de ajo; 2 ajíes; 5 ó 6 tomates; 1/4 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1/8 cucharadita de pimienta; sal; 1 hoja de laurel.

Después de bien lavados los buches se ponen en remojo la noche anterior. Al día siguiente se les da un hervor hasta que estén blandos, se separan del fuego dejándolos en el agua en que se cocinaron. Se echa el aceite en una cacerola plana y se pone al fuego; se le sacan las semillas a los tomates y se pican por la cuchilla fina de la máquina al igual que las cebollas y los ajíes; se machacan en el mortero los ajos con la pimienta y se une todo echándolo a sofreir en el aceite, cuando tome color se le agregan los buches y la hoja de laurel en seguida el pimentón sazonándolos de sal y echándoles 2 cucharones del caldo en que se cocinaron. Se dejan cocinar bien tapados hasta que les quede muy poco caldo cuidando que no se peguen. Si se quiere se le añaden papas o garbanzos, pero cualquiera de estas dos cosas tienen que cocinarse aparte y se ponen en el sofrito al mismo tiempo que los buches.

BONIATOS RELLENOS

1 libra de boniatos; 2 cucharadas de leche; 2 cucharadas de mantequilla.

Se salcochan los boniatos, cuando estén blandos se pelan pasándolos bien calientes por la máquina, se le agrega la leche caliente y la mantequilla formando una masa suave.

Para el relleno:

1/2 libra de carne de puerco salcochada; 1/2 taza de miga de pan mojada en leche; 2 huevos duros picados; 8 ó 10 aceitunas sin semillas; 10 ó 12 pasas; 1/8 cucharadita de pimienta; sal; 2 cucharadas de manteca SABROSA; 2 tomates picados; 1 cebolla picada; 1 cucharada de perejil picado fino 1 cucharada de alcaparras.

Se pone una sartén al fuego con la manteca, los tomates, la cebolla, el perejil y las alcaparras, se deja sofreir ligeramente, se agrega la carne de puerco picada por la máquina, la miga de pan, los huevos duros, las aceitunas y pasas, se sazona de sal y pimienta y se deja sofreir bien. Con el preparado de boniato se forman las bolas, se rellenan con el picadillo y se envuelven en harina de Castilla, en seguida en un batido de huevo al que se le habrá puesto otro poco de harina y se frien a fuego vivo en abundante manteca SABROSA.

MERMELADA DE MELOCOTON

1/2 libra de orejones; 1 libra de azúcar.

Se cortan los orejones en cuatro y después de bien lavados se dejan por 24 horas en una paila con agua. Pasado ese tiempo se cocinan en la misma agua hasta que estén bien blandos, se pasan por un tamiz y se ponen en una paila 2 tazas del agua en que se salcocharon los orejones, se agrega el azúcar y la pulpa, dejándolos cocinar hasta que tengan buen punto y revolviéndolos siempre con cuchara de madera. Se sirve con queso crema LA HACIENDA.

FRITURAS DE COLIFLOR CON JAMON

1 coliflor mediana; 1/2 libra de jamón picado; 2 huevos crudos; 2 cucharadas de perejil picado; sal y pimienta; polvo de pan rallado; 3/4 libra de manteca SABROSA.

Se salcocha la coliflor y se corta en pedazos chicos, se une el jamón y se sazona de sal y pimienta; se baten los huevos con el perejil y 3 cucharadas de polvo de pan, se echa la coliflor por cucharadas en este batido, después en el pan rallado y se frien a fuego vivo en manteca caliente.

ARROZ CON BACALAO

1.1/4 libra de arroz JON-CHI; 3/4 libra de bacalao; 1 cucharón de aceite; 2 cebollas; 2 pimientos; 3 dientes de ajo; 2 ramas de perejil; 1/2 lata de salsa de tomates; sal y pimienta; azafrán; 1 lata de pimientos morrones.

Después de bien lavado se deja el bacalao en remojo durante 10 o 12 horas. Pasado este tiempo se le quitan las espinas y pellejos cuidando de conservarlo entero, se enjuga bien tostándolo un poco a la parrilla, entonces se ripia y se lava en dos o tres aguas. Se pone una freidera al fuego con el aceite, se agregan las cebollas muy picadas, los ajos machacados, los pimientos picados a la larga, el perejil y la salsa de tomates, se sofrie por diez minutos, se echa el bacalao y se deja un rato en este mojo a fuego lento, se sazona de sal y pimienta, se echa el arroz, se revuelve bien y se agrega agua caliente que lo cubra más dos dedos, se le da color con azafrán tostado y se cocina tapado hasta que el grano empiece a ablandarse, entonces se termina de cocinar al vapor. Al servirlo se adorna con los pimientos morrones.

PAPAS A LA VALENCIANA CON PIMENTON

10 papas chicas; 1 cucharón de aceite OLIVEITE; 2 dientes de ajos; 1/4 cucharadita de comino; 2 cucharadas de vinagre; 1 cucharada de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; sal.

Se pelan las papas y se dejan en agua; se pone el aceite en una freidera al fuego, cuando esté caliente se echa el pimentón y ya frito éste se escurren las papas y se agregan sazonándolas de sal y agregándole los ajos machacados y el comino molido, se revuelven las papas en este sofrito y se cubren con agua que debe estar caliente; cuando las papas estén blandas se amasan 2 de ellas en el mortero, se les une el vinagre y se dejan cocinar hasta que la salsa esté cuajada.

FILETE MIÑON

2 libras de filete en forma de beefsteak; 1/2 taza de vino seco; 2 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 cebolla grande; 2 dientes de ajos; 1/2 cucharadita de pimienta; 3 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 1 limón verde; sal; 1 lata de champignón.

Se limpia el filete y se sazona con el ajo machacado, la pimienta y el zumo del limón, se pone la mantequilla al fuego en una sartén grande y cuando esté bien caliente se echa el filete y se dora bien, se le agregan las ruedas de cebolla y la harina desleída en un poquito del vino y el resto del vino se cocina por diez minutos a fuego muy lento, tapado y volviéndolo para que no se pegue; un rato antes de servirlo se agregan los champignons picados en dos. Al servirlo se coloca en el centro el filete, alrededor los champignons y se le vierte la salsa por encima.

FLAN ROYAL CON FRESAS

1 lata pequeña de fresas en almíbar; 1 paquete Flan ROYAL; 3 tazas de leche.

Vacíese en una cacerola el Flan Royal y añádanse las 3 tazas de leche. Póngase a cocinar a fuego lento hasta que comience a hervir, revolviendo constantemente para que no se formen pelotas. Viértase en moldes acaramelados, echando cuatro fresas en cada molde. Póngase en la nevera. Con el almíbar que traen las fresas se hace lo siguiente: se ponen cuatro cucharadas de azúcar en un recipiente, se añaden las fresas aplastadas y el almíbar de las fresas. Se cocina cinco minutos y se coloca en la nevera para que se enfríe. Al servirse pónganse los flanes en platos individuales y viértales por encima una cucharada de la mermelada de fresa hecha anteriormente.

MERCEDES, La Habana.— Con mucho gusto la complazco enviándole la receta de la PANETELA.

1 taza de azúcar; 2 tazas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 6 huevos y cinco yemas; 2 cucharaditas de Polvo ROYAL.

Se baten los huevos con las yemas y el azúcar por espacio de una hora; pasado este tiempo se le agrega la harina cernida con el Royal y no se bate mucho para que la panetela no quede dura; se le pone un papel sin engrasar a un molde, se vierte el batido en él y se cocina en el horno a 375 grados F., por 25 minutos más o menos hasta que al introducirle un palito salga seco; se pone a enfriar. Se hace un almíbar con 2 tazas de azúcar, 1 taza de agua y cuando tenga punto fuerte se baja del fuego y se le agrega una taza de vino dulce. Ya fría la panetela se córta en cuadrados y se remojan bien en el almíbar poniéndolos en una dulcera.

C. SAEZ, Manzanillo.— Con gusto le envio una receta de una forma de cocinar la panza:

1 1|2 libra de panza; 1 libra de papas; 1|4 libra de tocino; 1|4 libra de jamón; 1 cebolla grande; 2 dientes de ajos; 2 ajíes; 2 ramas de perejil; 1|2 lata de salsa de tomates; 2 cucharadas de alcaparras molidas; 3 cucharadas de pasas sin semillas; 15 ú 20 aceitunas; 15 ó 20 almendras "MEDINA"; 3 cucharadas de manteca SABROSA.

Se lava bien la panza y se salcocha hasta que esté blanda, se saca del caldo y se deja éste aparte tapado a la orilla del fuego; se pone un freidera al fuego con la manteca, se agrega el tocino y el jamón partidos en pedazos, se dejan sofreir un poco sacándolos y reservándolos; en esa misma manteca se echa la cebolla muy picada así como los ajíes, los ajos machacados y el perejil, se sofrie por un minuto y se agrega la salsa de tomates y el jamón y tocino reservados, se agrega la panza partida en pedazos y en seguida las alcaparras, aceitunas, pasas y las almendras peladas, se sigue sofriendo por cinco o seis minutos, se sazona de sal y se agregan las papas partidas en cuatro y en seguida 3 ó 4 cucharones del caldo en que se salcochó la panza; se cocina tapado a fuego moderado y debe quedar con algún caldo. En mis próximas CONTESTACIONES le daré otra forma de preparar la panza.

LUZ DE LOS ANGELES, La Habana.— Aquí tiene, según le ofrecí, otra receta de helado:

HELADO DE ARROZ CON LECHE

1 libra de arroz JON-CHI; azúcar; 2 litros de leche; 1|4 cucharadita de sal; 1 raja de canela; 1|4 cucharadita de esencia de vainilla "MEDINA".

Después de bien lavado el arroz se tiene en agua durante 2 horas, se cuela y se muele por la máquina; se echa en una paila con la leche, canela, vainilla y sal, se le pone azúcar al gusto y se cocina revolviendo seguido hasta que empiece a ponerse cremoso ligeramente, se separa del fuego y se cuela dejándolo enfriar por completo; se pone a helar en las gavetas del refrigerador.

UNA LECTORA.— Esta es la receta que usted quiere:

RIÑON SAUTE

2 riñones; 2 limones verdes; 2 cebollas muy picadas; 2 cucharadas de perejil picado; 1|8 de cucharadita de nuez moscada rallada; 2 cucharadas de harina de Castilla; 1 taza de vino blanco; 1|8 de mantequilla LA HACIENDA.

Se lavan los riñones con agua caliente después de bien limpios y se frotan con el zumo del limón, se pican en pedazos pequeños y se ponen en una fuente con la cebolla, perejil, nuez moscada y la harina, se pone una sartén al fuego con la mantequilla y cuando esté muy caliente se echan los riñones con el adobo y en seguida el vino, eben prepararse en el momento de servirse.

C. SANCHEZ DE COSIO, La Habana.— Con gusto le doy la receta que me pide de la SALSA MAYONESA COCINADA.

Se baten ligeramente 3 huevos (yemas y claras), se le mezclan nueve cucharadas de aceite OLIVEITE poco a poco, 2 cucharadas de vinagre, tres cucharadas de caldo, un polvito de nuez moscada MEDINA, sal y pimienta a gusto. Se une bien todo batiendo y se cocina en baño de María y moviéndola seguido hasta que se espese, se quita del fuego y se bate hasta que se enfrie poniéndola después en hielo.

SOPA

1|4 libra de Ojitos de Perdiz LA SIN RIVAL; 1 libra de carne de falda; 2 huesos blancos; 2 papas; 1 pedazo de col; 1 pedazo de calabaza; 1 cebolla; 2 dientes de ajo; 1 aji; 1 grano de pimienta; sal y azafrán.

Se pone una olla grande al fuego con todos los ingredientes y 4 litros de agua, se deja cocinar destapado a fuego muy vivo hasta que empiece a hervir, se tiene cuidado de espumarlo antes que rompa el hervor hasta que quede completamente claro se deja hervir tapado hasta que la carne esté blanda, se cuela, se vuelve a poner al fuego dándole color con azafrán tostado desleído en un poquito de caldo; se prueba de sal, se tapa y en seguida que empiece a hervir se le agregan los Ojitos de Perdiz y se dejan cocinar hasta que estén blandos.

CROQUETAS DE SESOS CON HIGADO

1 cabeza de sesos; 4 huevos salcochados; 2 hígados de pollo cocinados; 2 ramas de perejil; 4 huevos crudos; 1 taza de miga de pan mojada en leche; 2 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 1 cucharada de harina; sal y pimienta; 1 cucharadita de ralladura de nuez moscada "MEDINA"; pan rallado; 1 libra de manteca SABROSA.

Se cocinn los sesos al vapor (entre dos tapas sobre una olla de agua hirviendo); se pasan por la máquina los huevos salcochados, los hígados y el perejil, se añaden 2 huevos crudos, la harina y se sazona con la nuez moscada y sal y pimienta a gusto, se agrega la miga de pan y se mezcla todo bien, se pone una sartén al fuego con la mantequilla y se cocina en ella la masa por 3 o 4 minutos; se extiende en una fuente llana y cuando esté fría se forman las croquetas, se hace un batido con los 2 huevos restantes y se envuelven las croquetas primero en pan rallado, después en el batido de huevo, otra vez en pan rallado y se fríen en manteca caliente a fuego vivo.

BERENJENAS GRATINADAS

2 berenjenas grandes; 1 lata de puré de tomates; 2 ajíes; 1 cebolla; 1 diente de ajo; 1|4 libra de queso rallado; 1 libra de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; 2 cucharadas de perejil picado; sal y pimienta.

Se cortan las berenjenas en ruedas y se dejan en agua y sal y se le agrega el vinagre; pasado este tiempo se pone una cacerola al fuego con el aceite, se le agrega la cebolla, los ajíes, los dientes de ajos y el perejil todo muy picado, se agrega al salsa de tomates, se frie por un minuto; se sacan las berenjenas del agua, se enjuagan bien y después de escurridas se frien en el resto del aceite que debe estar caliente al echar las berenjenas, una vz fritas se sacan y se les quita la cascarita y se dejan escurrir; en una tartera de horno engrasada con mantequilla se pone una capa de la salsa preparada, otra de berenjenas y otra de queso, se repite la operación hasta terminar; se ponen a gratinar al horno caliente por diez minutos.

ROASTBEEF

2 libras de riñonada; 2 naranjas agrias; sal y pimienta; 2 cebollas en ruedas; 1 diente de ajo machacado; 2 hojas de laurel; 2 tazas de vino seco.

Después de bien limpia y lavada la riñonada se le pone sal y pimienta a gusto y el zumo de las naranjas dejándola por dos o tres horas en este adobo en el refrigerador, media hora antes de servirse se ponen 3 cucharadas de manteca en una cacerola y cuando esté caliente se agregan las cebollas, los ajos y el laurel, se sofrie por dos minutos y se echa la mitad del vino, en seguida la riñonada tapando la cacerola muy bien, según se vaya secando el liquido se le va agregando el resto del vino hasta que la carne esté cocida pero rosada por dentro. Al servirlo se cubre con su propia salsa colada y se acompaña con puré de papas.

PUDIN DE LIMON

2 limones, 1|2 litro de leche, 2 cucharadas de mantequilla, la taza de azúcar, 2 tazas de pan rallado, 1 cucharadita de ROYAL. Se mezcla la leche con el pan rallado, se le agregan las yemas, el azúcar, el Royal, la mantequilla y el jugo de 1 limón. Se pone en un horno caliente a 350 grados F., por espacio de media hora; aparte se baten las claras y se le agregan un poco de azúcar y el jugo de 1 limón; se cubre y se cocina en el horno a la misma temperatura hasta que esté dorada.

PESCADO AL PIMENTON

2 libras de ruedas de pargo; 2 cebollas en anillos; 2 pimientos cortados al largo; 1 hoja de laurel; 4 granos de pimienta; 1 libra de aceite OLIVEITE; 1 limón verde; 1|8 cucharadita de pimienta; 1 cucharada de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1|2 cucharón de vinagre; sal; harina de Castilla LA SIN RIVAL.

Se lavan y escurren bien las ruedas de pargo, se ponen en adobo con el zumo del limón, la pimienta y sal, se dejan por una hora o más en este adobo. Se pone al fuego una sartén grande con el aceite y mientras se calienta se sacan las ruedas del adobo, se sacan bien envolviéndolas en harina de Castilla y se fríen dejándolas aparte. Se hace una salsa con un cucharón de aceite, el vinagre, las cebollas, los ajíes, el adobo que tenía el pescado, el laurel, la pimienta y muy poquita sal; se deja hervir hasta que se cocine el aji, se echa el pescado, se espolvorea con el pimentón y se deja hervir volteándolo a menudo por diez minutos. Al servirlo se adorna con cebollitas de encurtido y aceitunas.

PIMIENTOS RELLENOS

6 pimientos grandes; 1|2 libra de carne de puerco; 1|2 libra de ternera; 1 cebolla grande; 3 huevos; 4 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 polvito de pimienta; 1|2 cucharadita de ralladura de nuez moscada "MEDINA"; 3|4 taza de leche; 2 latas de puré de tomates; 2 cucharadas de perejil picado; 2 dientes de ajos machacados; sal y polvo de galleta; 1|2 libra de manteca SABROSA; 1 cucharón de caldo.

Se lavan los pimientos y se les corta una tapita por la parte del tallo reservando la tapita; se cocinan las tres cucharadas de harina desleídas en la leche y cuando empiece a hervir se separa del fuego; se pican las carnes juntamente con la cebolla por la máquina, se sazonan de sal, pimienta y nuez moscada y se le agregan 2 huevos batidos y se mezcla todo con la leche, se une todo muy bien y se rellenan los pimientos, se hace un batido con el huevo restante, se les pone la tapita a los pimientos y se mojan bien con el batido de huevo; se pone una cacerola al fuego con la manteca y cuando esté hirviendo se van echando los pimientos y dándoles una vuelta, se sacan y se van colocando en una tartera de horno, se hace un sofrito con 2 cucharadas de manteca, el puré de tomates y los ajos, se le agrega el perejil y el caldo y se sazona de sal cubriendo los pimientos con este sofrito; se espolvorean con polvo de galleta y se ponen en horno caliente hasta que se doren.

SOUFFLE DE PAPAS

2 tazas de papas salcochadas y pasadas por un tamiz; 2 huevos; 2 cucharadas de mantequilla; 1 taza de leche; 3 cucharadas de queso amarillo rallado; 1|2 cucharadita de polvo ROYAL; 1|8 cucharadita de pimienta blanca; sal.

A las papas salcochadas y pasadas por el tamiz se le agregan las yemas bien batidas, la leche, la mantequilla y la pimienta. Se une todo bien, agregando las claras batidas a punto de merengue a las que se le agregará a medio batido el Royal, se une a lo anterior mezclando sin revolver demasiado; se cocina al horno en un molde engrasado con mantequilla por cincuenta minutos a temperatura de 357o F., y se sirve en seguida.

DULCE DE NARANJA

6 naranjas agrias de cáscara amarilla bien gruesa; 2 tazas de agua para el almíbar; 1.1|2 taza de azúcar; 1 rajita de canela.

Se pelan las naranjas, se parten en cuatro, se les quita los hollejos y pulpa usando sólo la corteza blanca, se echan en agua que las cubran y se cocinan hasta que estén blandos los cascos, se sacan, se escurren y se echan en agua fría, se dejan hasta el día siguiente, se les muda el agua y se les da un hervor, se sacan, se escurren y se echan en las 2 tazas de agua a la que se le habrá agregado el azúcar, revolviendo hasta que ésta esté disuelta, se le agrega la canela y se cocina hasta que espese el almíbar. Se sirve con queso crema LA HACIENDA.

CROQUETAS DE MACARRONES CON PECHUGA DE POLLO

1 pechuga de pollo salcochada; 1|2 paquete de macarrones LA SIN RIVAL; 1|4 libra de jamón; 1 lata de salsa de tomates; 3 cucharadas de queso rallado; 1|8 cucharadita de pimienta; 1 cucharada de perejil muy picado; 1|4 cucharadita de ralladura de nuez moscada; 2 huevos; pan rallado; 3|4 libra de manteca SABROSA.

Se salcochan los macarrones echándolos en agua hirviendo con 1|2 cucharadita de sal y 1|2 cucharadita de mantequilla; aparte se salcocha la pechuga de pollo poniéndole un poquito de sal al agua; cuando los macarrones estén blandos se escurren bien y muy calientes se pasan por la máquina junto con el jamón y el pollo; se pone una sartén al fuego y se echa en ella la manteca y la salsa de tomates, se agrega el picadillo y cuando se empiece a secar se agrega el queso y el perejil, se prueba de sal y se le agrega la pimienta y nuez moscada; se une bien y no se aparta del fuego hasta que se vea dura la masa; se extiende en una fuente llana hasta que se enfríe, se forman las croquetas que se envuelven en polvo de pan rallado, luego en un batido de huevo, otra vez en pan rallado y se fríen en manteca caliente.

CARNE ENTOMATADA

2 libras de carne de res; sal y pimienta; zumo de naranja agría; 1 lata de salsa de tomates; 2 cebollas muy picadas; 2 ajos machacados; 2 ajíes picados; 2 ramos de perejil; 1|8 libra de jamón; 1|8 libra de tocino; 1|2 cucharadita de orégano tostado; 1|2 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 4 cucharadas de manteca; 3 cucharones de caldo.

Después de bien lavada la carne se parte en lascas y se sazona con sal, pimienta y zumo de naranja agria dejándola por una hora o más en este adobo; se pone una freidera al fuego con la salsa de tomates, se agregan las cebollas, ajos, ajíes, perejil, orégano y pimentón, el jamón y el tocino, se deja sofreír un poco, se agrega la carne y se le dan dos o tres vueltas en el sofrito y en seguida se le agrega el caldo caliente; si fuera necesario se le agrega más caldo.

COL CON SALSA HOLANDESA

1 col de regular tamaño; 3 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 2 cebollas picadas por la máquina; 1 cucharada de perejil picado; sal y pimienta; 1 taza de miga de pan mojada en leche; seis huevos; polvo de pan rallado.

Se salcocha la col; se pica en cuatro quitándole la parte dura del centro, se exprime bien cuidando de no romperla y se pica fina; se pone una sartén al fuego con la mantequilla, la cebolla y el perejil y cuando esté dorada la cebolla se añade la col sazonándola con sal y pimienta a gusto, se deja al fuego, revolviéndola con cuidado por diez minutos, se retira del fuego, se le agregan en seguida las 6 yemas crudas batidas y las claras también batidas a punto de merengue; se engrasa un molde con mantequilla y se polvorea de pan rallado, se echa el preparado de col y se cocina a horno moderado. Se sirve con la siguiente salsa: Se derrite una cucharada bien llena de mantequilla y cuando esté bien caliente se echan 2 cucharadas de harina, se revuelve seguido añadiéndole poco a poco y caliente el agua en que se salcochó la col, se sazona con sal y pimienta agregando 2 yemas crudas desleídas en una tacita de caldo y se tiene la salsa un momento más al fuego revolviéndola y cuidando que nunca llegue a hervir. Nota: La salsa debe de quedar algo cuajada por lo que se tendrá cuidado de echar el agua de la col poco a poco.

ENSALADA DE PIMIENTOS

Se lavan 6 pimientos grandes; se asan y se les quita la piel y las semillas partiéndolos en tiras a la larga; se mezclan 1|2 taza de aceite OLIVEITE con 2 cucharadas de vinagre, se sazona de sal y pimienta y se le agrega 1|2 cucharadita de mostaza, se mezcla todo muy bien y se le vierte por encima a la ensalada un rato antes de servirla.

POSTRE DE PLATANO

1 paquete de Gelatina ROYAL, sabor de fresa, 1 taza de agua hirviendo; 1 taza de jugo de piña de lata, 1 plátano (guineo) en trocitos. Disuélvase la Gelatina Royal en el agua caliente. Añádase el jugo de piña. Enfríese. Cuando esté ligeramente espesa, incorpóresele el plátano. Viértase la mezcla en moldes individuales. Enfríese hasta que esté firme. Sáquese de los moldes y sírvase con crema batida.

CROQUETAS DE JUDIAS

1 taza de judias blancas; 2 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 1 cucharada de perejil muy picado; 1 huevo; 1 taza de pan rallado; sal y pimienta; 1 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA".

Se cocinan las judias y cuando estén blandas se pasan por un colador, se les añade la mantequilla, el huevo batido con el Royal, se sazonan de sal y pimienta y se les agrega el pimentón y el perejil, se bate un poco para unirlo bien y después se echa sobre una tabla enharinada y se forman pequeñas croquetas, se fríen en manteca caliente hasta que adquieran color dorado.

ARROZ CON PICHONES

3 pichones; zumo de naranja agria; 1.1|2 libra de arroz JON-CHI; 2 cucharadas de manteca; 1 lata de salsa de tomates; 3 cebollas muy picadas; 2 dientes de ajo machacados, 1 hoja de laurel; 2 tazas de caldo; 1 taza de vino blanco; 1|8 cucharadita de pimienta; sal.

Después de limpios los pichones se parten en cuatro y se adoban con el zumo de naranja, pimienta y sal dejándolos un rato en ese adobo. Se pone una freidera al fuego con la manteca y cuando esté caliente se agregan los pichones, cuando estén a medio sofreir se agrega la cebolla y los ajos y a los tres o cuatro minutos la salsa de tomates, se deja sofreir un momento más y se añade el laurel, el caldo y el vino, se deja hervir por diez minutos bien tapado y se agrega el arroz, se deja hervir hasta que el grano empiece a ablandarse (si es necesario puede añadirse más caldo), se prueba de sal y se termina de cocinar al vapor.

CARNE CON AVELLANAS

2 libras de boliche; 2 cebollas picadas; 3 dientes de ajos enteros; 1|2 lata de salsa de tomates; 1|2 libra de avellanas tostadas; 2 naranjas agrias; 3 cucharadas de aceite OLIVEITE; 3 cucharadas de manteca SABROSA; 4 granos de pimienta; sal.

Se limpia el boliche y se sazona con sal y el zumo de las naranjas agrias dejándolo en este adobo en frío un rato. Se pone al fuego vivo una cacerola con el aceite y la manteca mezclados y cuando esté caliente se echa el boliche dejándolo dorar un poco, se agregan las cebollas, los ajos y la salsa de tomates, se dora bien y se le echa agua que cubra la carne más dos dedos, cuando esté casi gastada se le agregan las avellanas molidas y se deja hervir hasta que quede en una salsa cuajada.

CAKE DE NARANJA

5 yemas; 2 claras; 2 tazas de azúcar; 3|4 de taza de agua fria; 2 cucharaditas de Polvo ROYAL; 1 naranja; 3 tazas de harina de Castilla LA SIN RIVAL.

Se baten las yemas por media hora y se le agrega el azúcar, después se le agrega el agua y el zumo de la naranja con la pulpa molida y colada. Se le añade alternativamente y poco a poco las claras batidas a punto de nieve y la harina con el Royal después de cernidos juntos. Se coloca en dos moldes engrasados y se cocina en el horno a 350 grados F., por tres cuartos de hora, hasta que al introducirle un palito salga seco. Se hace una pasta con 2 tazas de azúcar y 3|4 de taza de agua, se coloca al fuego hasta que esté hecha un almíbr doble, entonces se le añaden 4 yemas y la cáscara de la naranja rallada y se bate hasta que esté medio frío; se le unta entre capa y capa y se cubre con esta misma pasta o con la crema que se desee.

Y no lo olvide...

...No debe ponerse fresa en un recipiente de hojalata.

Las carnes deben siempre cortarse al través excepto los beefsteaks y el filete que se cortan en la dirección del hilo de la carne.

TORTILLA CON LECHE

10 huevos; 2 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 taza de leche; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 2 cucharadas de manteca; sal y pimienta.

Se baten las yemas y aparte las claras con el Royal; se unen los dos batidos y se sigue batiendo agregando la leche gradualmente, se agrega la harina desleida en un poquito de leche ;se sazona de sal y pimienta; se pone la manteca al fuego en una sartén y cuando esté caliente se echa el batido, se deja dorar ligeramente y se le va dando la forma de rollete.

ARROZ CON TOMATES A LA ANDALUZA

1.1|2 libra de arroz JON-CHI; 4 pimientos; 2 cebollas; 3 dientes de ajos; 3 ajíes; 15 tomates; 1|8 cucharadita de pimienta; 1 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1.1|2 taza de aceite.

Se cortan los pimientos por la mitad y se fríen en aceite bien caliente, cuando estén cocinados se sacan y se dejan aparte, en ese mismo aceite se echan las cebollas picadas, los ajos machacados y los ajíes y tomates sin semillas y picados por la máquina, se sazona con la pimienta y la sal que se desee, se echa el arroz y el pimentón, se revuelve bien echándole agua que lo cubra y se cocina a fuego vivo hasta que el grano empiece a ablandarse, se acaba de cocinar al vapor y se adorna con los pimientos que se dejaron aparte.

POLLO A LA JARDINERA

1 pollo grande; 2 cucharadas de manteca SABROSA; 2 cucharadas de aceite OLIVEITE; 2 zanahorias; 3 cebollas; 1.1|2 cucharón de caldo; 1 taza de vino blanco; 1|2 cucharadita de nuez moscada "MEDINA"; sal y pimienta.

El pollo se lava bien y se parte en pedazos. Se echan en una freidera el aceite y la manteca, se pone al fuego y cuando esté caliente se echa el pollo y se dora. Se tienen cortadas la zanahorias en ruedas finas al igual que las cebollas y se agregan al pollo, dejándolo por un momento sofreirse. En otra cazuela se hace una salsa con 1 cucharada de harina desleida en el caldo, se agrega el vino y tan pronto empiece a hervir se vierte sobre el pollo y se deja al fuego hasta que esté blando, sazonándolo con la nuez moscada y sal y pimienta a gusto.

ENSALADA DE REMOLACHA Y QUESO CREMA

2 remolachas 3 papas; 2 quesos crema medianos LA HACIENDA; 2 tallos de apio; 4 huevos salcochados; 2 cucharadas de aceite OLIVEITE; 1 cucharada de vinagre; sal y pimienta; hojas de lechuga.

Se salcochan las papas con poca sal, se pelan y cortan en cuadraditos pequeños; el apio se pica muy menudito. Se ralla la remolacha y se exprime por un paño, se bate el queso crema y se le va agregando poco a poco el jugo de la remolacha hasta unirlos bien. Se adorna la ensaladera con las hojas de lechuga, se forma una pirámides con las papas y el apio; se sazona con el aceite, el vinagre y sal y pimienta a gusto, muy bien unido todo, se le vierte por encima la mezcla de remolacha y queso crema y se adorna con los huevos cortados en forma que luzcan bonitos.

TORTILLA A LA ESPAÑOLA

8 huevos; 1 cucharadita de Polvo Royal; 1|2 latica de petit-pois; sal y pimienta; 2 cucharadas de manteca.

Se baten las yemas ligeramente; aparte se baten las claras con el Royal, se mezclan los dos batidos, se sazonan de sal y pimienta y se bate hasta unirlo bien; se pone una sartén al fuego con la manteca y cuando esté bien caliente se agrega el petit-pois al batido y se vierte en la sartén, se deja cocinar bien de ese lado y se le da la vuelta con una tapa para cocinarla por el otro lado.

MACARRONES AL JUGO

1 paquete de macarrones "BUDA" LA SIN RIVAL; 2 libras de carne de res; 1|4 libra de tocino; 1 cebolla grandes; 2 ramas de perejil; 1 hoja de laurel; 1 lata de salsa de tomates; 3 cucharadas de mantequilla; 1|4 libra de queso rallado; sal.

Se cocina la carne con el tocino agragándole la cebolla, el perejil y el laurel; debe quedar un jugo concentrado, pero cantidad suficiente para cubrir con este jugo cada camada de macarrones; una vez blanda la carne se cuela el caldo pudiéndose aprovechar esta carne para otro plto. Se salcochan en agua hirviendo los macarrones agregándole al agua 1|2 cucharadita de sal y 1 cucharadita de mantequilla; una vez blandos los macarrones se escurren bien; se engrasa una tartera con mantequilla, se cubre el fondo con un poco de jugo de carne, encima macarrones, un poco de mantequilla derretida, queso rallado, salsa de tomates y se repite en la misma forma hasta ponerlo todo; se cubren con polvo de pan rallado y se cocinan al horno hasta que estén dorados, cuidando de que no se sequen demasiado.

HIGADO EMPANIZADO

2 libras de hígado; 3 huevos; 2 cucharaditas de harina de Castilla; 1 cucharón de aceite OLIVEITE; 1 cucharón de manteca SABROSA; 4 cucharadas de vinagre; sal y pimienta; 2 cucharadas de perejil picado fino; pan rallado.

Después de lavado el hígado se le quita la telita que lo cubre cortándolo en lascas finas, se sazona de sal y pimienta a gusto, se pone en una fuente echándole por encima el vinagre y dejándolo un rato en este adobo; cuando se vaya a servir se prepara un batido de huevos, la harina y el perejil, se secan las lascas de hígado con una servilleta, se echan en el batido, después en el pan rallado y se frien en seguida en el aceite y la manteca mezclados y bien caliente. Se sirve con puré de papas.

ENSALADA DE TOMATES CON QUESO CREMA

2 tomates de ensalada; 1|2 taza de apio picado menudo; 1 queso crema mediado LA HACIENDA; 1|4 taza de nueces partidas; 2 cucharadas de aceitunas picadas; 1 taza de salsa mayonesa.

Se mezclan el queso, el apio, y las aceitunas y las nueces partidas muy menuditas con los dedos, formando unas bolitas que se dejan aparte. Se le quita la piel a los tomates pasándolos por agua hirviendo, se cortan en ruedas y se quitan las semillas; se colocan los tomates en la ensaladera, (debe ser llana) se pone sobre cada rueda de tomate en el centro una bolita y se le vierte por encima la salsa cuidando que no caiga en el centro del tomate. Se deja en el refrigerador hasta el momento de servirse.

DULCE DE COCO Y ALMENDRAS

1 coco rallado; 1|2 libra de almendras "MEDINA"; 2 tazas de azúcar; 6 bizcochos; 6 yemas de huevos; 2 vasos de leche; 1 raja de canela en rama; 4 tazas de agua.

Se prepara un almíbar con el azúcar y el agua, cuando empiece a hervir se clarifica y se le agrega el coco y las almendras molidas; se agrega la leche previamente hervida con la canela y se deja hervir hasta que tenga punto revolviendo a menudo con paleta de madera, cuando se vea el fondo de la paila se le agregan las yemas batidas fuera del fuego, se pone de nuevo al fuego y se deja cocinar por espacio de cinco minutos revolviendo siempre sin dejarlo hervir; se quita del fuego y se le agregan los bizcochos picados menudo, se vierte en una fuente y se pulveriza con azúcar quemándolo con una plancha bien caliente.

Rollos de jamón en dulce

Ingredientes: 8 huevos, 2 cucharaditas de sal, 50 gramos de azúcar, 80 gramos de harina, 2 cucharaditas de polvo de hornear, 300 gramos de jamón cocido dulce, 1 planta de lechuga, 1 taza de mayonesa bien condimentada, 1 latita de morrones, 100 gramos de aceitunas negras, 2 tomates, 2 huevos duros.

Batir a punto de nieve las claras con la sal. Aparte se baten las yemas con el azúcar impalpable. Echar sobre las claras las yemas batidas, revolviendo siempre. Añadir la harina y el polvo de hornear poco a poco. Unir todo bien y ponerlo en una asadera enmantecada y polvoreada de harina al horno doce minutos. Desmoldarlo sobre un lienzo húmedo, untarlo con mayonesa, cubrirlo con el jamón picado y arrollarlo rápidamente, antes de que se enfríe para que no se rompa. Bañarlo con el resto de mayonesa, adornarlo por encima con tiritas de pimientos morrones y aceitunas negras partidas por la mitad. Se corta la lechuga bien finita, se coloca alrededor del rollo, se cortan en rodajas los tomates, se les pone el huevo picado por encima y se acomodan sobre la lechuga picada.

Menú del Día

Almuerzo

Cocktail de melón.
Huevos con menudos.
Pimientos rellenos.
Arroz blanco y platanitos.
Budín de pan.

Comida

Fruta bomba natural.
Sopa a la Juliana.
Pollo al horno.
Ensalada de habichuelas.
Charlotte de fresa.

Receta de Cocina

Pollo en cacerola con legumbres:

Ingredientes: 6 cebollitas, 2 tomates grandes, ¼ de kilo de petit-pois, 1 cucharada de puntas de espárragos, 1 apio blanco, 2 cucharadas de habichuelas, 1 cucharada de hongos, 1 cucharón de caldo, sal, pimienta, 1 cucharada de manteca, 1 cucharada de aceite, 2 papas.

Se limpia un pollo y se condimenta con sal y pimienta. Se pone en la cacerola con la manteca y el aceite y se hace dorar a fuego vivo. Luego se agregan las cebollitas, los tomates cortados en trozos, los petit-pois, las puntas de espárragos, el apio blanco cortado, las habichuelas y los hongos. Se condimenta todo con sal y pimienta, se agrega el caldo y se cuece a fuego lento. Cuando esté casi cocido se agregan las papas cortadas en pequeños dados.

Se coloca el pollo en una fuente, poniendo alrededor las verduras, y se cubre con el jugo.

Albóndigas—estilo Criollo

3 cucharaditas de aceite
1/4 taza de cebolla picada
1/4 taza de pimiento verde picado
2 cucharaditas de perejil picado
2 tazas de carne de res molida
1 cucharadita de sal
1/8 cucharadita de orégano
1 lata de Salsa de Tomate Hunt
1/2 taza de agua caliente
1/8 cucharadita de pimienta

Dore la cebolla, el pimiento verde y el perejil en aceite. Retírelos del fuego, añádale la sal y orégano a la carne, mézclelos ligeramente y forme 6 albóndigas. Dórelas bien en el aceite que quedó en la sarten. Añáda los vegetales cocidos, la Salsa de Tomate Hunt, agua y pimienta. Mezcle bien. Cúbralas y cocínelas a fuego lento por unos 20 minutos. Sírvalas con salsa sobre panecitos tostados.

COCKTAIL VICTORIA.—2 ruedas de piña; 2 tajadas de melón; 2 tajadas de fruta bomba; 1 lata de jugo de melocotones DEL MONTE; azúcar.

Se corta la piña en cuadritos, y el melón y la fruta bomba se sacan en forma de bolitas con el aparatico apropiado; se reparte en las copas y se les vierte el jugo de melocotón endulzado a gusto. Se pone en el refrigerador durante largo rato para servirlo bien frío.

SOPA DE TAPIOCA.—1 libra de carne de falda; 1 hueso blanco; 1 papa; 1 ají; 2 tomates; 2 dientes de ajo; 1 cebolla; sal; azafrán tsotado; 6 cucharadas de tapioca LA SIN RIVAL.

Se hace un caldo con la carne y los huesos y cuando esté bien espumado se le agrega la papa, ají, tomates, ajos y cebolla, se sazona de sal y se deja hervir hasta que esté blanda la carne; se cuela y se vuelve a poner al fuego dándole color con azafrán desleído en un poquito de caldo; tan pronto empiece a hervir de nuevo se echa la tapioca poco a poco, y revolviendo, pues se quema con facilidad. Debe quedar espesa.

FRITURAS DE PAPAS.—1 libra de papas; 2 huevos; 1 cucharadita de mantequilla; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 1 cucharada de maicena; sal; 3|4 libra de manteca SABROSA.

Se salcochan las papas, se pasan calientes por la máquina, se le unen los huevos, la mantequilla y el Royal mezclado con la maicena; se sazonan de sal y se echan a freír por cucharadas en manteca caliente y a fuego vivo.

PESCADO EN SALSA DE ALMENDRAS.—3 libras de ruedas de pargo; 1 limón verde; 2 dientes de ajo machacados; 2 cucharadas de perejil picado; 1|4 cucharadita de pimienta molida; 1|2 lata de salsa de tomate; 1 taza de aceite OLIVEITE; sal; 1 taza de agua; azafrán; 1 libra de almendras MEDINA.

Se echa el aceite en un tazón; se agrega el tomate, los ajos, perejil, pimienta, el jugo de limón y el azafrán tostado y desleído en un poquito de agua; se sazona de sal y se bate para unirlo bien; se pone al fuego en una freidera y cuando esté caliente se le añade el agua y el pescado dejándolo cocinar a fuego lento; cuando esté blando se agregan las almendras tostadas y molidas; se deja cocinar hasta que esté en una salsa espesa.

ENSALADA DE TOMATES Y QUESO CREMA.—1 queso crema mediano LA HACIENDA; 1|2 taza de apio picado; 2 tomates de ensalada; 1|4 taza de nueces; 2 cucharadas de aceitunas picadas; 1 taza de salsa mayonesa.

Se mezclan el queso, apio, aceitunas y las nueces, partidas muy menuditas con los dedos, se forman con esta mezcla unas bolitas que se dejan aparte; se quita la piel a los tomates y se cortan en ruedas quitándoles las semillas; se coloca sobre cada rueda una bolita; se ponen en una ensaladera un poco llana y se le vierte la salsa por encima dejándola en el refrigerador hasta el momento de servirla.

ISLAS FLOTANTES.—1 paquete de pudín de chocolate ROYAL; 3 tazas de leche; 2 claras de huevo; 3 cucharadas de azúcar granulada.

Revuélvase el pudín de chocolate Royal con la leche. Tráigase a punto de hervor, revolviendo constantemente. Enfríese un tanto y viértase en una fuente o en copitas individuales. Hiélese. Bátanse las claras de huevo a punto de nieve; incorpórese el azúcar poco a poco para formar merengue. Póngase por cucharadas sobre el pudín de chocolate. Hiélese bien antes de servirse.

ARROZ CON CALAMARES.—1 libra de arroz JON-CHI; 1 lata de calamares en su tinta; 1 ají; 1 cebolla; 2 dientes de ajo; 3 cucharadas de aceite; 3 cucharadas de salsa de tomate; 3 tazas de agua; 1|4 cucharadita de pimienta molida; sal.

Se pica la cebolla, ají y calamares menudo; se machacan los ajos con la pimienta; se pone una freidera al fuego con el aceite y se hace un sofrito con los ingredientes picados dejándolos cocinar por 6 ó 7 minutos; se agrega el agua y la sal; se tapa y cuando empiece a hervir se agrega la pimienta y el arroz; se deja cocinar hasta que se consuma el agua; entonces se pone a fuego lento por 15 ó 20 minutos en cuyo tiempo terminará de cocinarse.

REVOLTILLO DE ACELGAS Y HUEVOS.—1 mazo de acelgas; 4 huevos; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 1 cebolla picada; 1 cucharada de perejil picado; sal y pimienta.

Se salcochan las acelgas y se escurren; se hace un sofrito en una sartén con el aceite, la cebolla y el perejil; se agregan las acelgas picadas menudas, se sazonan de sal y pimienta y se dejan sofreír por unos minutos; se agregan los huevos bien batidos y se revuelve seguido mezclándolos bien.

BEEFSTEAK en RECADITOS.—2 libras de beefsteaks de palomilla; 1|2 lata de salsa de tomate DEL MONTE; 2 cebollas; 2 naranjas agrias; sal y pimieta; 1|2 libra de manteca SABROSA.

Se aplastan los beefsteaks y se sazonan con sal y pimienta a gusto y el zumo de las naranjas agrias, dejándolos un rato en este adobo. Se pican menudo las cebollas y se frien por un minuto en manteca caliente; se agrega la salsa de tomate. Aparte se frien a fuego vivo los pedazos de palomilla y cuando estén dorados se unen a la salsa cocinándolos a fuego suave cuidando de que no se resequen. Se sirven con papas fritas con mantequilla y perejil.

CAJITAS PREMIADAS.—1 libra de bacalao; 1|2 libra de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1.1|2 tazas de leche; 2 huevos; 1 cucharada bien llena de polvo ROYAL; 1 libra de manteca.

Se lava el bacalao y se deja toda una noche en remojo; se corta en pedazos cuadrados como de tres dedos de ancho. Se prepara una crema con la leche y la harina; se baten las claras con e ! Royal a punto de nieve; se le añaden las yemas; se bate otro poco y se mezcla a la crema que debe quedar muy espesa. Se echan los trozos de bacalao en esta crema. Se pone la manteca a fuego vivo y cuando esté bien caliente se frie el bacalao. Deben quedar los pedazos inflados y en caso de que no se vean así, probando con uno, se le puede añadir a la crema más Royal.

MERMELADA DE FRUTA BOMBA.—1 fruta bomba de 2 libras; 3 tazas de azúcar; 1 limón; 1 rajita de canela MEDINA.

Se pela la fruta bomba que debe estar muy madura; se pica en trocitos y se pone a cocinar con el azúcar y la canela a fuego muy lento; se le añade la corteza del limón y se va desbaratando con una cuchara hasta que todo esté como una crema; cuando tenga el punto deseado, o sea, que se vea el fondo de la cacerola, se retira del fuego y se pasa por un colador. Se sirve con queso crema LA HACIENDA.

MAS RECETAS PARA SU COLECCION.

PLATOS CRIOLLOS

Por MARIA MERCELIS

LA COCINA moderna tiene muchos platos exquisitos y fáciles de preparar, pero ninguno de ellos "le pone el sombrero" a los que le han dado fama a nuestras abuelas de ser "las mejores cocineras del mundo".

Aquí van algunas recetas que he sacado de un recetario antiquísimo que es considerado como un tesoro de placer por una de mis mejores amigas.

HUEVOS ENCAPIROTADOS: Se hace una buena salsa en esta forma: se echan en la manteca bastante cebolla picada, tres pimientos verdes y un poco de perejil, se les añade caldo suficiente y se dejan hervir un buen rato, sazonando con sal y pimienta al gusto. En una tartera se coloca casabe y se cubre con esta salsa, se espolvorea con tres cucharadas de queso rallado, se abren los huevos, se sazonan éstos con sal, pimienta y perejil y encima se coloca casabe previamente mojado en la salsa y se cocinan al horno.

FRITURAS DE YUCA: Se necesita que la yuca sea de buena clase para que se ablande bien. Se salcocha una libra y antes de apartarla del fuego se baten dos claras muy duras, y se saca esta del fuego, poco a poco, quitándole los palitos; se maja caliente en el mortero (requisito indispensable) y una vez majada se le añaden dos yemas crudas y las claras batidas, se le echa sal y se frien en manteca caliente y abundante, a buen fuego.

BUÑUELOS DE ARROZ: Después de bien lavada una libra de arroz se pone a cocinar con un litro de leche, media libra de azúcar, una cucharada de agua de azahar, canela en polvo, dos cucharadas de manteca y se deja al fuego hasta que esté blando y espeso, entonces se añaden dos huevos bien batidos, después se forman los buñuelitos, se bañan en un batido de huevos con harina y se frien en manteca bien caliente. En la fuente se espolvorean con canela molida y azúcar.

PASTILLAS DE GUANABANA: Para una taza de pulpa de guanábana se calculan tres tazas de azúcar. Debe procurarse que la guanábana no sea ácida. Se hace un almíbar y cuando esté a punto de caramelo se echa la guanábana, se revuelve seguido y cuando se vea el fondo de la paila se aparta del fuego y se bate un rato; luego se extiende sobre un mármol engrasado y en seguida se tapa con una servilleta húmeda y cuando la pasta se haya refrescado se parten las pastillas.

PAPAS SOPLADAS: Se cortan papas redondas y se frien en aceite hasta que queden blandas, pero sin dorarse; se sacan, se escurren en un colador y se dejan enfriar. Se vuelve a calentar el aceite o manteca de puerco, y cuando esté bien fuerte se le echan las papas poco a poco, cuidando de que no se toquen unas con otras para que queden bien sopladas; una vez doradas, se sirven.

Receta de Cocina

Pato con salsa Curry

Ingredientes: 1 pato bueno; una cebolla chica; 300 gramos de arroz, dos cucharadas de harina; 150 gramos de manteca; media taza de aceite; una taza de leche o media taza de crema de leche, sal, pimienta, caldo; una hoja de leurel, orégano, perejil, dos cucharaditas de polvo Curry.

Preparar el pato, limpiarlo, cortarlo en presas, lavarlas, condimentarlas con sal y pimienta. En una cacerola, dorar en el aceite las presas, luego añadirle 50 gramos de manteca; cuando esté doradas se les agrega media taza de caldo, 1 hoja de leurel, orégano, un manojo de perejil, se tapa la cacerola y se deja hervir a fuego suave hasta que estén cocidas y la salsa reducida. Aparte se hace la salsa Curry; en una cacerola poner cien gramos de manteca, agregarle la cebolla rallada, cuando esté dorada se echan dos cucharaditas de polvo Curry, media taza de crema de leche o una taza de leche, una de caldo, revolver y agregarle dos cucharadas de caldo con sal. Cocer a fuego suave revolviendo siempre hasta que la salsa se espese. Cocer en abundante agua y sal 300 gramos de arroz. Colarlo. Acomodar las presas del pato en la fuente, cubrirlas con sal y poner el arroz alrededor.

Sí se desea se puede hacer con pollo en vez de pato.

Receta de cocina

Fresas con crema

Ingredientes: 1 kilo de fresas, 200 gramos d eazúcar. Crema de leche.

Lavarlas, quitarles los tronquitos, ponerlos en un bol grande y agregarles 200 gramos de azúcar molida. Dejarlas en la heladera una hora; agregarles después crema de leche algo batida o crema Chantilly.

Las fresas quedan muy ricas si en vez de la crema se le agregan dos naranjas exprimidas o un poco de vino dulce fino.

La canela, la nuez moscada y tantas otras especias que se usan en la cocina para dar sabor a diversos platos, pueden intervenir en la preparación de postres y platillos dulces, para darles mayor relieve, y procurar al gusto atracciones nuevas y realmente delicadas.

detuvo en Trinidad, que hoy se ha convertido en centro mundial en la preparación de bitters de Angostura, famosa combinación de especias muy conocida en todas partes.

De estos y otros viajes de marineros intrépidos vinieron las historias de soberanos fabulosos, hermosos serrallos, platos exóticos y desconocidos.

La canela, substancia obtenida del botón de cierta flor, comenzó a sazonar pudines deliciosos.

Pronto el resto del mundo empezó a imitar estas costumbres orientales y a crear otras con los alimentos y especias a mano. Entre las recetas que sobresalen por su rico sabor y variedad hemos escogido dos que les ofrecemos con mucho gusto y que esperamos les agraden.

Hoy día las especias son cosa corriente y acostumbrada en nuestros hogares. La dueña de casa obtiene con la mayor facilidad aquello que antes costaba un mundo de trabajo y de infortunios. Mucho tenemos que agradecerles a aquellos hombres valientes que hicieron todo lo posible por proporcionarnos estos deliciosos ingredientes. De nuestros antepasados europeos hemos recibido

Las Especias También Tienen Historia

La sazón adecuada puede mejorar una sopa o perderla definitivamente, así como también puede constituir una de las bases de atracción del menú, gracias a que su variedad — sin llegar a pecar de excesiva — destruye la monotonía de ciertas comidas que se sirven regularmente.

PARECE increíble que una diminuta botellita de "bitters" que reposa tranquilamente en el anaquel de la tienda tenga mucho que ver con la valentía de arrojados marineros que surcaron los mares desconocidos, que se batieron con temibles piratas y desafiaron los peligros de selvas impasables.

Sin embargo, estos aventureros del Siglo XV buscaban los condimentos que hoy día obtenemos de esos anaqueles. Valía la pena pagar el precio que costaban —muchas veces se pagaba con la vida— estas raras especias que venían del Lejano Oriente.

Más valiosas que el mismo oro, en la Edad Media, las especias le daban a los alimentos desabridos de aquella época, el gusto y calidad que hoy disfrutamos con tanta indiferencia.

Desde el rey hasta el más humilde labriego esperaban ansiosos la llegada del barco que traía sazones exóticas de otros países. Y los marineros eran recibidos con grandes fiestas y honores. ¡Y cuántas tragedias y batallas se libraron por ellas!

La carne de vaca adquirió nuevo atractivo cuando se le agregó ese polvito negruzco . . . la pimienta. El clavo de olor, la nuez moscada, y hasta la pimienta valían el doble de lo que pesaban en oro. Cristóbal Colón hizo su primer viaje en un intento vano de encontrar "una puerta por el Oeste" para obtener los fabulosos tesoros orientales en materia de especias.

En otro de sus viajes Colón se

magníficas recetas. Nuestra cocina regional es rica en platos exquisitos sazonados con especias, todo lo cual contribuye a una vida más placentera y más variada.

SOPA DE PESCADO

2 lbs de pescado carnoso fresco
¼ lb. de tocino salado picadito
2 cebollas medianas picaditas
2 papas medianas cocidas, en rodajas
2 tazas de leche de vaca
2 cucharaditas de Angostura

Se lava el pescado, se le quitan los huesos y el pellejo. Se corta en cubitos. Se cocinan el pellejo, los huesos y los recortes en 2 tazas de agua durante 20 minutos para hacer un caldo. Se fríe el tocino, se le agregan las cebollas y se cocinan sin dejarlas dorar. Se agregan las papas y el caldo colado. Se cocina todo junto durante 5 minutos. Se agrega el pescado picado y se cocina a fuego lento durante 10 minutos más. Se agrega la leche que ha sido calentada, se sazona con sal, pimienta, mantequilla y Angostura. Se sirve con galletas de sal. Suficiente para 4 platos.

PASTEL DE CALABAZA

Masa para un pastel
1 taza de azúcar morena
½ cucharadita de gengibre en polvo
½ cucharadita de sal
1 cucharadita de canela
2 huevos batidos ligeramente
2 cucharadas de Angostura
1½ tazas de leche gorda
½ taza de crema de leche fina
1½ tazas de calabaza cocida o de lata

Se extiende la masa sobre un plato de pastel, sea de latón o de vidrio. Se mezclan el azúcar, las especias y la sal. Se agregan los huevos, la Angostura, la leche, crema y calabaza. Se mezcla todo bien, se vacía en la pasta sin cocinar y se pone en horno caliente (425°F) durante 45 minutos, o hasta que haya cuajado.

FRITURAS DE CALABAZA.— 2 tajadas grandes de calabaza; 1 copa de leche; 2 huevos, 2 cucharadas de maicena; 3 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; azúcar a gusto; 1|4 cucharadita de canela molida; 1 cucharada de mantequilla LA HACIENDA.

Se salcocha la calabaza en poca agua y con un poquito de sal; se maja y se le une la mantequilla, azúcar, huevos con sus claras, leche y por último la maicena y la harina de Castilla; bien mezclado todo se echa a freir por cucharadas en manteca abundante y caliente.

POLLO EN FRICASE.— 1 pollo de 3 libras; 1 naranja agria; sal; 1|4 cucharadita de pimienta; 2 cucharadas de agua; 1|4 taza de manteca SABROSA; 2 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 latica de champignons; 2 cucharones de caldo; 2 cebollas picadas; 2 yemas crudas; 1 cucharadita de zumo de limón verde.

Se mata el pollo la víspera y bien lavado se guarda en frío. Dos horas antes de cocinarse se parte en pedazos; se mezclan las 2 cucharadas de agua con el zumo de naranja y la pimienta y se sazona de sal untando el pollo bien en este mojo. Se pone una freidera a fuego suave con la manteca, se agrega la harina, el champignons y los pedazos de pollo bien escurridos, se sofrien dándole vueltas y cuidando que no se doren, se añade el caldo y las cebollas doradas aparte. Cuando el pollo esté blando, se saca y se escurre bien; a la salsa se añaden las yemas crudas y el zumo de limón, se revuelve y se echan los pedazos de pollo dejándolos cocinar hasta que estén en una salsa cuajada.

EMPANADAS DE PESCADO.— 1 libra de ruedas de pescado; 1 libra de aceite OLIVEITE; 1 cebolla muy picada; 2 cucharadas de salsa de tomate DEL MONTE; 1|2 taza de miga de pan mojada en caldo; 10 aceitunas muy picadas; 2 yemas duras picadas; 2 yemas crudas; 2 cucharadas de perejil picado; 1|2 latica de petit-pois sal y pimienta; 4 o 5 gotas de anisado; 1 cucharadita de sal fina; 1 libra de harina de Castilla LA SIN RIVAL.

Se salcocha el pescado ligeramente y se desbarata con un tenedor; se pone una sartén al fuego con 3 cucharadas de aceite, la cebolla, salsa de tomate, la miga de pan, aceitunas, yemas duras y las crudas, se añade el pescado el perejil, se sazona de sal y pimienta y se revuelve bien hasta que esté cocinado añadiendo unos momentos antes de quitarlo del fuego el petit-pois. En una cazuela de barro se pone 1|2 taza de aceite frito y frío y la misma cantidad de agua, se agrega el anisado y la sal y se bate mucho con cuchara de madera hasta que quede bien unido, entonces se le añade poco a poco, sin dejar de batir, harina de Castilla cernida suficiente hasta formar una masa que no se pegue a la cazuela ;se amasa en una tabla espolvoreando harina hasta que se tenga una masa fina y ligera, se deja reposar 1 hora, se extiende bien con el rodillo y se le da la forma de empanadas; se rellenan y se doblan apretando los bordes con un tenedor, se envuelven en un batido de huevo y se cocinan al horno.

TORTA SENCILLA.— 2 tazas de azúcar; 1 taza de harina de Castilla; 1 cucharadita de polvo ROYAL; 7 huevos; 1 cucharadita de esencia de naranja "MEDINA"; 1|2 cucharadita de sal.

Se baten muy bien el azúcar y los huevos, se añade la harina cernida con el Royal y la sal, se agrega la esencia de naranja mezclándolo todo muy bien; se pone en un molde cubierto con papel muy engrasado y se cocina al horno moderado durate media o tres cuartos de hora. Si se quiere puede servirse con almíbar.

LOS MENUDOS de animales son fuente importantísima de la proteína, el alimento necesario para construir y reparar los tejidos, y son considerados por la ciencia moderna como uno de los mejores medios de obtener vitaminas y minerales que de lo contrario hay que obtener en la farmacia, si se quiere gozar de una vida normal.

Mucha de la oposición al uso de estas carnes se puede eliminar si se preparan en forma atractiva y apetitosa, como en estas recetas que damos a continuación.

HIGADO GUISADO—Se lava bien y se pica en pedazos muy chicos, se coloca en una fuente y se tiene durante dos horas en el siguiente adobo: sal, pimienta, vinagre, mucha cebolla, mucho pimiento dulce y un poco de harina. Se echa en manteca muy caliente con su adobo y se tiene al fuego sólo un momento, pues de lo contrario se endurece; si la salsa está clara se le agrega un poco más de harina para cuajarla.

HIGADO CON JAMON—Después de bien lavado se pica en pedazos chicos, se sazona con sal, pimienta, perejil, un diente de ajo, un pedazo de tuétano, se humedece con caldo y se tiene un rato largo en este adobo, se cocina en manteca muy caliente con lascas de jamón.

HIGADO GUISADO CON VINO—Se lava, se pica en pedazos chicos, se echa en una fuente con vinagre, una copa de vino tinto, un poco de aceite, sal, pimienta, perejil, cebolla, pimiento dulce y un poco de harina; se tiene mucho tiempo en este adobo y se cocina a fuego muy vivo para que no se endurezca.

Ciertos alimentos son casi obligatorios en el régimen equilibrado

HIGADO A LA CATALINA—Se lava bien una libra de hígado, se le quitan los pellejos, se mecha con tocineta y jamón y se coloca en una sartén con manteca, dos dientes de ajo, una hoja de laurel, sal, pimienta, un cucharón de caldo sustancioso, media botella de vino blanco; se le da vueltas al hígado y se tiene tapado herméticamente hasta que se ablande; se saca y se coloca donde no se enfríe, se le agrega a la salsa un poco de aceite dejándolo al fuego hasta que esté cuajada y entonces se vierte sobre el hígado.

HIGADO A LA CHANFAINA—Se lava el hígado, se le quitan todos los pellejos y se pica en pedazos chicos. Se coloca en la sartén con manteca, sal, pimienta, orégano tostado y vino seco, se tapa bien y se deja hervir a fuego lento hirviendo una sola vez; se guarda en la nevera hasta el día siguiente que se vuelve a poner al fuego con mucha cebolla picada, dos dientes de ajo, tres o cuatro pimientos verdes picados a la larga, un cucharón lleno de buen caldo y diez tomates salcochados y pasados por colador, un poco de vino tinto, vinagre y perejil y se cuaja la salsa.

HIGADO RELLENO PARA COMER FRIO—Después de lavado el hígado, se parte a la larga por la mitad, se le echa sal, vinagre y pimienta, se tiene mucho tiempo en esta preparación para que se ablande. Aparte se tienen preparadas lascas de jamón cocinado, huevos salcochados, pepinos encurtidos, lascas finas de carne y también de pollo (si lo hubiese), petit-pois y champignons; después de haber tenido el hígado durante un par de horas en el adobo se le escurre el vinagre y en una mitad se van colocando las lascas, alternándolas y encima el petit-pois y champignons, se cubren con la otra mitad y se amarran con hilo fuerte; se untan con mantequilla por ambos lados y se cocina a la parrilla.

GANDINGA A LA CRIOLLA—Si la gandinga se hace con puerco matado en la casa se prepara la víspera en esta forma: se limpian bien el hígado, bofe y lengua, y se ponen durante un rato al fuego con manteca, sal, pimienta, orégano y vinagre, y se deja al fresco hasta el día siguiente. Se pone manteca al fuego, cuando esté bien caliente se añade un diente de ajo machacado, bastante cebolla picada y muchos pimientos verdes picados, a la larga; bien sofrito este mojo se echa la gandinga picada en pedazos chicos con sal, pimienta, un poco de vinagre y una cucharadita de harina; se tiene al fuego hasta que se ablande y esté cuajada la salsa.

LA HORA DEL DESAYUNO ES MUY IMPORTANTE

Muchas personas se resisten a tomar más de su taza de café y una rebanada de pan con mantequilla para el desayuno, pero muy bien podrían convencerse del beneficio de un buen desayuno, si se sirve así.

Es imprescindible que reine la alegría y la tranquilidad para comenzar el día bien

asan sobre una sartén gruesa, dorándolos por ambos lados.

Variaciones

Panqueques con nueces: se le agrega ¼ de taza de nueces picadas a la mezcla antes de cocinarlos.

Panqueques con tocino ahumado: se desmoronan 4 tiras de tocino ahumado y se agregan antes de cocinarlos.

SALSA DE PIÑA

½ taza de azúcar morena
½ taza de agua
2 cucharadas de mantequilla
1 latita de piña de lata, molida
1 cucharadita de jugo de limón
¼ de cucharadita de cáscara de limón rallada

Se hierven el azúcar, el agua y la mantequilla, revolviendo constantemente; luego se cocinan a fuego lento durante 10 minutos. Se le agregan la piña molida, el jugo de limón y la ralladura; se cocina a fuego lento durante cinco minutos más. Se sirve caliente con los panqueques.

El factor principal al preparar croquetas es que la salsa tenga la suficiente consistencia para que al añadirle el ingrediente primordial, bien sea pescado, huevos duros majados, macarrones cocidos o papas majadas, pueda dárseles una bonita forma que no se desbarate al ponerlas a freír.

El pescado, en cualquier forma que se sirva, es uno de los alimentos más saludables en la dieta y es una pena que teniendo tantas recetas sabrosas en nuestra cocina criolla no lo consumamos con más frecuencia. ¿Hay algo más delicioso que un buen pescado en escabeche servido con pan tostadito, habas verdes guisadas y una fresca ensalada de lechugas, pepinillos y tomates?

Receta de Cocina

Pollito a la parisiense

Después de limpiar un pollito se lo corta en ocho partes y se condimenta con sal y pimienta.

Aparte, en una cacerola, se pone una cucharada de manteca y media tacita chica de aceite, se coloca al fuego, y una vez caliente se doran en esto los pedazos del pollo. Se le añade una cebolla picada, tres tomates algo grandecitos, pelados y cortados, se salta todo durante unos minutos y se le pone un ramito compuesto de hierbas aromáticas (perejil, tomillo y laurel) y un vasito de vino seco. Se condimenta con sal y pimienta, y tapando la cacerola se deja hervir unos minutos hasta que el pollo está cocido y la salsa reducida.

Hacer a la cucharita un kilo y medio de papas, pasarlas por agua hirviendo, sacarlas y terminarlas de cocer al mismo tiempo que se las dora en una sartén con manteca o aceite.

Una vez todo preparado colocar el pollo en una fuente, cubrirlo con su salsa y colocar alrededor las papitas.

Pastel de manzana

Ingredientes: 300 gramos de harina, 100 gramos de mostaza, 2 cucharadas de azúcar molida, 1 cucharadita de polvo de hornear, sal fina, una pizca, leche, 3 manzanas cara sucia, 5 cucharadas de azúcar molida, canela molida, un cuarto de litro de crema de leche.

Poner sobre la mesa la harina tamizada con el polvo de hornear, hacer un hueco en el medio y colocar la manteca, azúcar y sal; trabajar la manteca hasta deshacerla; añadir leche fría y unir con la harina, formando una masa que no sea demasiado blanda ni muy dura, alisarla y dividirla en dos, haciendo con cada porción un bollo. Estirar uno por uno, haciendo un disco gruesito. Colocar un disco sobre una placa untada con manteca y polvoreada con harina; encima distribuir las manzanas, las que de antemano se habrán cortado en rodajas finas y dejado con tres cucharadas de azúcar durante unos 20 minutos más o menos. Polvorear con canela y azúcar a gusto, pintar alrededor del disco con huevo, cubrir con el otro disco, apretar un poquito las orillas para cerrar bien, pintar por encima con huevos, polvorear con azúcar y cocer en horno caliente. Se sirve con crema de leche al natural o batida.

Mousse de chocolate

Ingredientes: 6 barras de chocolate rallado, 3 cucharadas de azúcar, 50 gramos de manteca, 6 huevos, 18 voinillas, medio litro de almíbar espesa, 1 copita de cognac.

Poner el chocolate en una cacerola y derretirlo al fuego suave, revolviendo con una cuchara de madera para que no se pegue. Sacarlo del fuego, agregar la manteca, unirla bien con el chocolate, añadir el azúcar, revolver, echar las yemas, batir la mezcla. Aparte batir las claras a punto nieve y agregarlas a la mezcla. Revolver hasta que todo esté bien unido.

Aparte se hace un almíbar espeso, se retira del fuego y se le agrega el cognac. Pasar por el almíbar las vainillas, dejando que se empapen. Formar el postre, colocando en la fuente que se lleva a la mesa cuatro vainillas; cubrir con un poco de la crema de chocolate, poner otras cuatro vainillas, en sentido contrario, cubrirlas con la crema, y así sucesivamente hasta terminar las vainillas. Bañar el postre con la crema untando bien los costados y polvorearlo con chocolate rallado. Se tiene al hielo hasta el momento de servirlo. También si agrada se sirve acompañado con crema Chantilly.

Ponche de vino y sidra

Poner en una ponchera dos vasos de cherry, agregarle unas hojas de menta y dejarlo durante dos horas. Ponerle después cuatro rodajitas finas de limón, dos naranjas peladas y cortadas en rodajas finas; agregar a continuación el jugo de un limón, el de dos naranjas, un litro de vino Jerez el contenido de dos botellas de sidra y media botella de soda. Se coloca la ponchera sobre hielo y se sirve el ponche bien frío, azucarándolo a gusto.

AL COCINAR *frutas frescas*, úsese solamente de ¼ a ½ pulgada de agua, cúbrase la cacerola herméticamente, redúzcase el fuego una vez que hayan empezado a hervir. Si desea que la fruta quede entera se agrega el azúcar antes de cocerlas; si se quiere salsa, después de cocidas.

* * *

Para hacer sandwiches, es mejor usar pan del día anterior; pero si esto es imposible, se puede poner el pan en el refrigerador durante unas horas antes de usarlo. Hay una sola excepción a esta regla: los sandwiches enrollados necesitan pan muy fresco, porque de lo contrario se partirían al doblarlos.

La lechuga, romanitas y tomates pierden su frescura si al ponerlos en sandwiches se guardan por varias horas. Para evitar esto envuélvanse las lechugas y hojas verdes por separado para que se conserven duritas y luego se le añaden a los emparedados al momento de servirlos.

Las carnes saladas como el jamón y el tasajo deben envolverse bien en papel grueso antes de meterlas en el refrigerador para que no impregnen con su olor fuerte los demás alimentos, como la leche y la mantequilla.

Para que los rellenos húmedos no ablanden el pan conviene untar ambos pedazos con mantequilla. Si se usa una pasta o rellenos sólidos, sólo hay que untar un lado del pan con mantequilla.

* * *

Las carnes se pueden sazonar antes o después de cocidas. El gusto será el mismo, no importa cuándo se les agregue la sal.

* * *

Si piensa hacer una ensalada gelatinada, enjuague el molde en agua fría o úntele un poco de aceite vegetal antes de llenarlo con la gelatina líquida. Así será más fácil de sacar la ensalada a la hora de servirla.

* * *

Huevos rellenos

Se salcochan seis huevos, se pelan y parten por la mitad, a lo largo, cuidando que no se rompan. Se les quita la yema y se aplastan con un tenedor junto con la salchicha, el atún o lo que se quiera, hasta formar una pasta. Se rellenan los huevos con esta preparación, se colocan sobre lascas de jamón, se cubren con mayonesa, decorándolos con aceitunas picadas. Quedan también muy sabrosos preparados con jamón del diablo, foie gras o jamón en dulce.

Ponche de champagne

Verter en una ponchera el contenido de dos botellas de champagne y el de una botella de agua gaseosa, un vaso de cherry, un vaso de marraschino, un vaso de curazao, medio kilo de azúcar, un ananá picado, medio kilo de frutillas, duraznos cortaditos y mezclar todo bien colocando la ponchera en un recipiente con abundante hielo.

Fiambre de carne

Ingredientes: 250 gramos de carne de cerdo, 500 gramos de carne (jamoncito o bola de lomo), 125 gramos de jamón cocido, 125 gramos de tocino flaco, 1 diente de ajo, tres huevos duros, 1 cucharada de ají molido, 1 lata de arvejas, 60 gramos de harina, 1 cucharadita de perejil, sal, pimienta, 1 taza de mayonesa bien condimentada, lechuga, dos tomates.

Pasar por la máquina la carne de cerdo, el jamoncito, el jamón y el tocino. Luego colocarla en un recipiente, agregarle el ajo picado fino, las arvejas, la harina, el perejil, el ají molido y sazonar a gusto. Enmantecar y polvorear con pan rallado una budinera, poner en el fondo los huevos duros cortados en rodajas, echar dentro la mezcla y cocer a baño de María en el horno, hasta que esté a punto. Quitar del fuego y dejar enfriar. A continuación se desmolda y se cubre con mayonesa. Adornar la fuente poniendo alrededor la lechuga cortada en fina juliana y rodajas de tomates.

COCKTAIL DE FRUTAS:— 1 lata de jugo de pera DEL MONTE; 2 limones; azúcar, 1 taza de fresas; 1 taza de piña en trocitos; 1 taza de pulpa de naranja; 1 cucharada de ron de buena clase;.

Se endulza el jugo de pera con azúcar a gusto y se le agrega el ron y el zumo de los limones; se guardan de las fresas tantas como copas se vayan a servir para adornar el cocktail; las fresas que queden se desbaratan con un tenedor y se mezclan al jugo de pera el cual se pone a helar; aparte se pone a helar la piña y la pulpa de naranja; al servirlo se reparte la piña y naranja en las copas, se le vierte por encima el jugo de pera adornando cada copa con una fresa.

FRITURAS DE YUCA Y QUESO:— 1 taza de yuca machacada; 1 huevo; 2 cucharadas de queso rallado; 1 cucharada de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1|2 cucharadita de sal; 1|2 cucharadita de polvo ROYAL; 1 libra de manteca SABROSA.

Se pone a cocinar la yuca y se machaca en caliente, se añade la yema del huevo sin batirla, se mezcla con un tenedor y se deja aparte hasta que esté tibia, entonces se agrega el queso; se ciernen juntos, la harina, el polvo Royal y la sal y se añade todo a la mezcla de la yuca; se bate la clara a punto de nieve y se liga bien a la masa anterior. Se frien por cucharaditas en abundante manteca caliente hasta que estén doradas.

ROASTBEEF AL HORNO.— 2 libras de riñonada de ternera; 2 cebollas; sal y pimienta, 3 cucharadas de manteca SABROSA; 2 dientes de ajo; 1 hoja de laurel; 1.1|2 tazas de vino seco FAISAN.

Si se quiere se le quita el hueso a la riñonada y se sazona con sal y pimienta; se pone en una fuente y se cubre con las cebollas cortadas en anillos poniéndola en la nevera por 3 o 4 horas; tres cuartos de hora antes de servirse se pone la carne en una cacerola de hierro con la manteca al fuego, cuando esté bien caliente la manteca se añade el ajo y laurel y 1|2 taza de vino, se tapa bien y se pone a horno caliente, pero no con exceso, cuando se esté secando se le da vuelta y se le añaden las ruedas de cebolla y el resto del vino poco a poco hasta que esté rosada; se sirve con puré de papas a un lado y al otro petit-pois calentado y escurrido.

ACELGAS EN BUÑUELOS.— 2 mazos de acelgas; 2 yemas; 1 tacita de leche; 1|2 taza de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 2 cucharadas de queso rallado; sal y pimienta; 2 claras batidas; 3|4 libra de aceite OLIVEITE.

Se cocinan las acelgas; una vez frías se cortan finamente; se cierne la harina y se mezcla a la leche y alas yemas, se agregan las acelgas, se sazona de sal y pimienta, se agrega el queso y por último las claras batidas a la nieve; bien unido todo se forman unos buñuelos pequeños y redondos y se frien en aceite caliente.

ENSALADA SUZETTE— 1 mazo de berros; 1 lechuga tierna; 1 tallo de apio; 1 zanahoria salcochada; 2 cucharadas de pasas sin semillas; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; 1|8 cucharadita de pimienta molida; sal.

Se lavan las pasas y se ponen en vinagre desde el dia anterior. Se pican los berros y la lechuga muy menudos, el apio se corta en cuadraditos, se corta la zanahoria en rodajas muy finas, se mezcla todo bien y se añaden las pasas; se mezcla el aceite, vinagre, pimienta y sal y se le vierte por encima.

CARMEN COSTALES.— Dígame si esta es la receta que desea

CHAYOTES RELLENOS.— 8 chayotes; 8 huevos; 2 cucharadas de vino seco FAISAN; 1|2 taza de leche; 2 paqueticos de pasas sin semillas; 1|2 libra de mantequilla LA HACIENDA; 3 cucharadas de maicena; 1|2 libra de almendras "MEDINA"; azúcar; pan rallado, canela molida.

Se salcochan los chayotes enteros en agua que los cubra añadiéndole un poquito de sal y tapándolos. Cuando estén blandos se cortan al medio y al largo; se les saca la masa con una cucharita cuidando de no romperlos y desechando la parte dura del centro; se pone la masa en una servilleta y se exprime, se echa en una sartén grande, se agregan los huevos batidos y colados, la mantequilla, vino seco y azúcar a gusto, la maicena y 10 o 12 almendras peladas y pasadas por la cuchilla más fina de la máquina; se pone la sartén al fuego volteando la masa para que no se pegue y cuando se desprenda con facilidad se retira del fuego y se deja enfriar; se llenan las cáscaras colocándoles dentro de la masa las pasas y el resto de las almendras salcochadas y peladas; se le pone por encima pan rallado y se espolvorean con canela molida; se untan unas tarteras con un poco de mantequilla, se ponen en ellas los chayotes y se ponen a horno moderado a dorar; cuando se les introduzca un palillo y salga seco estarán listos.

MARIA ANTONIA.— Haga las ROSQUITAS así:

2 libras de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 2 huevos; 1 taza de cocimiento de anís bien fuerte; 1|4 libra de manteca SABROSA; 1|2 cucharadita de sal molida.

Se une la harina con la manteca, se agregan los huevos, la sal y el cocimiento de anís, se amasa un poco (no demasiado), se forman las rosquitas y se cocinan al horno. Cuando estén cocinadas y frías se les da un baño en almibar muy fuerte.

JOSEFINA, La Habana.— Aquí tiene la receta del BACALAO A LA CATALANA: 1.1|2 libra de bacalao de buena clase; 4 huevos; 3 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 2 laticas de salsa de tomate DEL MONTE.

Se desala el bacalao y se salcocha, después se echa en agua fría y se le quitan las espinas y pellejo, se hace un batido de huevo mezclado con la harina, se parte el bacalao en pedazos y se envuelve en el batido de huevo el que se habrá sazonado de sal, se frien los pedazos de bacalao en aceite y se dejan aparte; se echa en una cacerola la salsa de tomate, se agrega una cucharada de aceite y otra de vinagre, se pone al fuego y tan pronto empiece a hervir se echan en ella los pedazos de bacalao revolviéndolos en la salsa.

MARIA TERESA.— Esta es la receta que desea:

BIZCOCHO ESPONJOSO DE CAFE Y NUECES.— Bátanse hasta que se espesen 2 huevos. Añádase gradualmente batiendo constantemente hasta casi disolver 1 taza de azúcar, 1|2 taza de café fuerte caliente y una cucharadita de extracto de vainilla. Ciérnanse juntos; 1 taza de harina, 1|2 taza de maicena y 2 cucharaditas de Polvo ROYAL. Añádase 1|2 taza de nueces picadas muy finas. Agréguense los ingredientes secos a la primera mezcla y únanse muy ligeramente, solamente lo indispensable para mezclarlos. Viértase en un molde de tubo sin engrasar. Cuézase en un horno lento a 163o. C. (325o F.) por una hora. (Las nueces deben picarse muy menudas de lo contrario no subirán con la masa).

Milanesas de jamón

Ingredientes: Medio kilo de jamón cocido, 2 huevos, 2 cucharaditas de aceite, pan rallado muy fino.

Se cortan rebanadas gruesas de jamón. Se baten un poco los huevos con el aceite. Se pasa el jamón por pan rallado, después por los huevos y otra vez por pan rallado. Luego se frien en el aceite hirviendo. Se sirven con puré de papas o puré de espinacas con salsa blanca.

Lo que se puede hacer con pechugas de gallina

ES UNA pena cocinar una gallina grande y gorda para servirla toda en sopa o en un guisado. ¿Por qué no hacer éstos con otras partes de la gallina, dejando las pechugas para prepararlas en platos que no sólo son apetitosos, sino que se pueden presentar en forma muy atractiva? Veamos varias recetas que aparecerán aquí y que pueden servir divinamente para obsequiar las visitas que llegan a comer o para ocasiones especiales en que la familia celebra algún suceso.

• • •

PECHUGAS A LA "TOSCA"

Pechugas tiernas, 3
Jamón cocido fino, 3 rebanadas
Pan cuadrado, 6
Mantequilla, 25 gramos (1/4 de barrita)
Pimiento morrón, 1
Perejil chino, 6 ramitos

Se cuecen las pechugas. Se separan de los huesos a que queden 6 pedazos. Las rebanadas de jamón se cortan a la mitad y se fríen ligeramente. Las rebanadas de pan se tuestan y se untan de mantequilla, se le ponen encima las rebanadas de jamón y encima de cada una, media pechuga. (Todo esto se hace ya sobre el platón caliente en que han de servirse). Se cubren con la salsa muy caliente y se adornan con una ramita de perejil chino y una tirita de pimiento.

Salsa

Mantequilla, 3 cucharadas
Harina, 1 1/2 cucharadita
Maicena, 1 1/2 cucharada
Caldo, 1 taza
Crema, 1/2 taza
Yemas de huevo, 2
Paprika, 1/2 cucharadita
Sal y pimienta al gusto

Se derriten las tres cucharadas de mantequilla, se deshace allí la harina y cuando está muy tersa se añade la maicena, el caldo y luego la crema, moviéndole para que no se pegue. Se deja unos minutos enfriar un poco y se mezclan las yemas de huevo. Se vuelve a poner al fuego y se deja unos momentos. Se sazona y se sirve muy caliente sobre las tostadas. Este platillo puede también servirse para un té.

• • •

PECHUGAS DE REY

(8 personas)

Pechugas tiernas, 4
Pimientos morrones, 1 lata chica
Leche evaporada, 1 lata
Queso gruyére rallado, 100 gramos
Mantequilla, 20 gramos
Sal y pimienta al gusto
Perejil muy verde, 1 manojito

Póngase las pechugas a cocer en un litro y medio de agua, con sal y pimienta hasta quedar bien cocidas. En un platón refractario, engrasado con mantequilla, se colocan las pechugas bien limpias de hueso y lo más enteras posible. Se bañan con la siguiente crema:

Crema

Los pimientos morrones se pasan por un colador muy fino y se incorporan con la leche evaporada, sal y pimienta al gusto, a quedar todo bien mezclado. Por último se cubren con el queso gruyére y se meten al horno caliente por espacio de 10 minutos. Se decoran con rueditas de pimiento y ramitas de perejil.

• • •

PECHUGAS A LA "MARCONI"

Pechugas tiernas, 3
Jamón cocido, 100 gramos
Perejil picado, 2 cucharadas
Tallarines finos, 150 gramos
Queso rallado (si se quiere), 50 gramos

Se ponen a cocer las pechugas, y cuando están tiernas, se separan de los huevos. Los tallarines se cuecen en agua hirviente con sal y una cebolla y cuando están tiernos se refrescan y se escurren. El jamón se pica y se fríe junto con el perejil.

Se sirven con salsa.

Usos del Limón

Pocas son las frutas que pueden competir con el limón en cuanto a su uso para la belleza. En el cuidado del cabello se lo emplea tanto cuando es rubio como cuando es oscuro, porque lo mantiene brillante y sedoso. Agregando una cucharada de zumo de limón al agua en que se leva el rostro lo blanquea y aclara. Es, además, eficacísimo para quitar las manchas de las uñas y para blanquear los dientes.

Bebiendo un limón exprimido en agua tibia, en ayunas, el organismo se desintoxica y el cutis adquiere frescura.

Salsa Ketchup

Pasar por agua hirviendo cinco kilos de tomates, pelarlos y picarlos. Picar también dos cebollas blancas peladas, dos ajíes colorados y un diente de ajo.

Poner todo junto a cocer agregándole una hoja de laurel, sal, media cucharada de pimienta, media taza de azúcar, una taza de vinagre, un pedacito de canela en rama y dejar hervir diez minutos. Pasar después por un paño, revolver y hacer hervir hasta formar el punto deseado (cinco minutos más o menos).

Se le puede agregar una pizca de carmín vegetal para darle color.

Sopa de Chícharos

Ingredientes: 1 litro y medio de caldo preparado con hueso de caracú, un cuarto de kilo de chícharos, sal, 1 manojito de perejil.

Agregarle al caldo el perejil bien picado y la sal al gusto. Se cuecen los chícharos frescos en agua y cuando estén a punto se prepara con ellos un puré muy batido. Se pone a hervir el caldo y se vierte el puré mezclándolo poco a poco. Si agrada se añaden trocitos de pan fritos, cortados en pequeños dados.

Huevos rellenos

Se salcochan seis huevos, se pelan y parten por la mitad, a lo largo, cuidando que no se rompan. Se les quita la yema y se aplastan con un tenedor junto con la salchicha, el atún o lo que se quiera, hasta formar una pasta. Se rellenan los huevos con ésta preparación, se colocan sobre lascas de jamón, se cubren con mayonesa, decorándolos con aceitunas picadas. Quedan también muy sabrosos preparados con jamón del diablo, foie gras o jamón en dulce.

Ensalada de pollo

Cocido el pollo y limpio de pellejos y huesos se hace un picadillo muy fino, agregándole pepinillos, ruedas de remolacha bien cocida y huevos duros muy picados y aliñándolos con un poco de mostaza, aceite y vinagre en corta cantidad.

Conejo al vino

Se parte en trozos un conejo y se dora en manteca, y cuando haya tomado calor, se le añade perejil y una hoja de laurel, todo finamente picado. Se le agrega una cucharada de harina, una copa de vino seco Faisán y un cucharón de caldo; se sazona todo con pimienta. Se sirve bien caliente y con poca salsa.

Pastel de pollo

Se pican pechugas de pollo crudo molido bien fino, se le agrega jamón picado, dos cucharadas de queso rallado, dos de pan rallado, tres huevos batidos, perejil picado, nuez moscada aceitunas picadas, sal, pimienta y una cucharada de aceite. Aparte se hace una masa con media libra de harina, un pan chico de manteca, dos huevos, dos cucharadas de vino blanco seco Faisán y sal. Se une y se estira con el rodillo sin amasarla; se unta un molde con manteca y se le pone la masa, se le echa la mezcla, se le pone la otra tapa y se mete al horno.

Ensalada de tomates

Quítese la tapa a cuatro tomates grandes. Límpiense de toda semilla y déjeme reposar boca abajo unos segundos. Mientras tanto, aparte, se ralla una manzana y luego se revuelven la pulpa con un poco de salsa mayonesa. Con esto se rellena los tomates, luego se vuelven a tapar pudiendo servirse enseguida.

Sopa de Chícharos

Ingredientes: 1 litro y medio de caldo preparado con hueso de caracú, un cuarto de kilo de chícharos, sal, 1 manojito de perejil.

Agregarle al caldo el perejil bien picado y la sal al gusto. Se cuecen los chícharos frescos en agua y cuando estén a punto se prepara con ellos un puré muy batido. Se pone a hervir el caldo y se vierte el puré mezclándolo poco a poco.

Si agrada se añaden trocitos de pan fritos, cortados en pequeños dados.

Breves...

Se puede saber si un huevo es bueno poniéndolo en una solución de agua a la cual se le han agregado dos onzas de sal. Si está bueno se hundirá hasta el fondo, si está malo se quedará flotando en el agua.

* * *

Para separar la yema de la clara se puede utilizar un embudo. La clara bajará mientras que la yema se quedará en el embudo.

* * *

Las claras de huevo baten mejor cuando están frías y cuando se les pone una pizca de sal. Una cucharada de agua fría les da más volumen.

* * *

La manteca no saltará al echarle los huevos si se ha espolvoreado antes con un poquitín de harina.

* * *

Para evitar que la mezcla de huevos se corte, se le debe siempre agregar cualquier ingrediente caliente a los huevos, batiendo bien mientras se añade. Si se agrega el huevo a la mezcla caliente, se cortará sin remedio.

* * *

Para freír tocino ahumado: Pase las tiras por harina de pan o de maíz para que el tocino ahumado no merme demasiado. Si coloca las tiras en forma de enrejado sobre la sartén, las podrá voltear todas de una vez sin gran trabajo.

* * *

Los panecitos saben mejor si al mezclarlos se les agrega una cucharadita de azúcar. Prepárelos con varias horas de anticipación y déjelos en el refrigerador hasta que los necesite.

* * *

Para engrasar moldes lo mejor es utilizar una brochita pequeña.

* * *

Utilice un cuchillo de plata al rebanar plátanos o guineos y rocíelos con jugo de limón para que no se pongan negros.

* * *

Las remolachas no perderán su color si se le agrega una cucharada de vinagre al agua después de haberlas pelado y picado.

Si no tiene un cortapastas para los panecitos, use la tapa de la latica de polvos de hornear. Si se desean de varios tamaños se puede obtener uno de esos vasitos de metal plegadizos; se separan los aros que lo forman y se usan para cortar galletas o panes.

* * *

Para que los alimentos no se salgan de la cacerola al hervir, engrásela como una pulgada del borde.

* * *

Las pasas y frutillas no se hundirán en los bizcochos si se llena el molde con la mezcla hasta la mitad, luego se le pone arriba una cucharada de las pasas lavadas y escurridas, o de la fruta en conserva escurrida; sobre ésto se pone otra cucharada de mezcla.

* * *

Las habichuelas tiernas se pican mejor con unas tijeras que con un cuchillo.

* * *

Para sazonar refrescos, haga un sirope con azúcar y agua, disolviéndolo bien sobre el fuego antes de agregarle jugos de frutas. O sazónelos con sirope de maíz en vez de azúcar.

TURRON CHINO

Se baten bien seis claras y se les añaden poco a poco seis cucharadas de azúcar molido; cuando está a punto de turrón se le pone una copa de miel, frutas variadas de conserva, cortadas finas, y almendras majadas; se pone al baño de maría y cuando empieza a tomar punto se le ponen las nueces majadas y se sigue revolviendo hasta que se espesa.

* * *

LENGUA A LA VINAGRETA:

En dos cucharadas de manteca se fríe una de harina; cuando toma calor se le añaden dos cucharones de caldo, una cucharada de vinagre, sal y pimienta, se le ponen rebanadas de lengua cocida antes, se dejan cocer diez minutos y antes de servirla se le agregan encurtidos en vinagre y una cucharada de perejil picado.

* * *

CREMA DE MAMEY: Se pasa el mamey por un colador. Se hace una crema como la del mantecado, se deja enfriar y se le une la pulpa de mamey; luego se coloca en la sorbetera para helarla. En esta misma forma se hacen las cremas de guanábana, anón y zapote.

* * *

CREMA DUQUESA

Se pone a hervir un litro de leche con un cuarto de kilo de azúcar y vainilla, se baten cinco yemas y se mezclan con la leche; se revuelve sobre el fuego y se le agregan dos cucharaditas de fécula disueltas en leche fría; cuando está espesa se retira y se le ponen cuatro cucharadas de café bien fuerte. Se cortan en rebanadas piñas y frutillas en pedacitos, se colocan en una fuente rebanadas de bizcocho, se cubre con crema y fruta y así hasta formar una pasta, concluyendo con el bizcocho. Se baten las claras como para merengue con azúcar, se cubre la pasta y se pone al horno unos minutos.

* * *

COCO QUEMADO

Se ralla el coco, se une a yemas de huevo, se le añade poco a poco almíbar, un poco de vino seco y canela molida; se echa en una paila y se cocina hasta que tenga un buen punto. Se echa entonces en una tartera y se quema con una tapa con brasas o poniéndolo al horno.

* * *

COCKTAIL DE LECHE

Una copa de leche hervida, dos huevos enteros, una cucharada de coñac, azúcar y canela al paladar; se pone todo en la cotelera, se bate bien y se sirve en copas. Fortifica mucho.

* * *

BEBIDA PARA ENFERMOS

Se cortan dos o tres manzanas en pedazos, se ponen a cocer en un litro de agua durante quince minutos, se pasa por un colador y, una vez frío, se da al enfermo; no se le pone azúcar.

* * *

BEBIDA PARA CONVALECIENTES

Se baten bien seis yemas con medio kilo de azúcar molido, se le añade un litro de buen vino y dos cucharadas de canela molida, se mezcla bien todo y se da en copitas. Pueden tomarse dos al día y dura mucho tiempo.

Manzanas a la reina

Ingredientes: 10 manzanas no muy maduras y de igual tamaño, 250 gramos de azúcar, una cucharada de vanilla, un litro de agua, 100 gramos de almendra.

Poner en una cacerola el agua con el azúcar y la cucharada de vanilla, colocar al fuego fuerte y dejar hervir unos quince minutos. Luego se agregan las manzanas, previamente peladas, en este almíbar, dejándolas al fuego hasta que estén cocidas, pero no demasiado blandas. Quitarlas del fuego y dejarlas enfriar sin sacarlas del almíbar.

Colocar en una fuente honda la crema pastelera, dejando una taza para adornar el postre.

Ensalada de espárragos

Ingredientes: 2 mazos de espárragos frescos, aceite, pimienta, vinagre y sal.

Se limpian los espárragos con un cuchillo, procurando dar a todos idéntico tamaño. Luego se los pone a cocer en agua con sal y apenas están blandos, se dejan escurrir. Una vez fríos se condimentan con sal, vinagre, aceite y pimienta al gusto.

Esta receta puede también hacerse con espárragos en latas.

Salchichas al tomate

Cortar en pedazos tres cuartos de kilo de salchichas fresca, arrollarlos y prenderlos con dos palillos, formando espirales, y pincharlos después un poco.

Poner en una cacerola media taza de aceite, dorar en él una cebolla picada, agregarle luego tres tomates pelados y picados, un ramito compuesto de hierbas aromáticas, poner las espirales de salchichas, saltarlas un momentito, agregar un vaso de vino dulce, sal, pimienta, una cucharadita de azúcar y nuez moscada y dejar hervir despacio hasta que la salchicha esté cocida y la salsa espesita.

Echar agua, sal y media cebolla en una cacerola, dejar hervir esto y agregar 350 gramos de arroz previamente lavado. Dejarlo cocer y una vez a punto escurrirlo, agregarle un poco de manteca y servirlo acompañado con la salchicha y la salsa.

MASAS Y PASTELES

REGLAS PARA PREPARAR LAS PASTAS

EL HORNO debe tener buen calor y se debe encender al empezar el batido. La harina debe cernirse siempre y el polvo de hornear debe mezclarse con la harina seca. La mantequilla y el azúcar han de batirse siempre hasta que el azúcar no se sienta y las claras deben echarse cuando tengan punto de merengue.

Panqué de a Libra—Para una libra de harina, una libra de azúcar molida, una libra de mantequilla, doce huevos y una cucharadita de polvo de hornear. Se separan las yemas de las claras, se bate la mantequilla con el azúcar hasta que no se sienta ésta, se añaden las yemas batidas y se bate diez minutos seguidos; se echan poco a poco las claras batidas a punto de merengue y la harina cernida, alternando ambas cosas; se bate un poco más y se añade media taza de leche y un poco de esencia de vanilla o requemo de limón verde; se coloca en un molde engrasado con mantequilla y se cocina al horno.

Panqué No. 1—Cuatro huevos, cuatro tazas de harina, tres de azúcar, una de mantequilla, dos cucharaditas de crémor y una de bicarbonato. Se mezcla el azúcar con la mantequilla y se bate hasta que esté blanca, se añaden las yemas y las claras batidas juntas, alternando con la harina cernida; cuando quede poca harina se añade el crémor y en dos cucharadas de leche se deslíe el bicarbonato y se agrega; se le pone esencia de vainilla o limón verde rallado, se coloca en un molde engrasado con manteca o mantequilla y se cocina al horno.

Panqué de Chocolate No. 2—Una taza de harina, una no llena de azúcar, tres huevos, una cucharadita de polvo de hornear, un cuarto de taza de leche, un cuarto de libra de mantequilla, una y media cucharada de Cocoa, y vainilla al gusto. Se bate la mantequilla con el azúcar por espacio de diez minutos, se agregan las yemas una a una y, alternando, la leche y la harina con el polvo de hornear; luego la cocoa y por último las claras batidas a punto de merengue. El panqué se cocina al horno. Se hace una crema con una taza de leche, una no llena de azúcar, una cucharada de maicena y tres ídem de cocoa; todo esto se une y se pone al fuego, revolviéndolo hasta que se cuaje; fuera del fuego se le pone vanilla y se bate unos diez minutos. Se divide la masa en dos partes, poniendo un poco de crema al centro y con el resto se cubre todo el panqué.

La textura de la masa del bizcocho es importantísima, pero el gusto con que Ud. lo adorne tiene también mucho que ver.

Cubierta para Panqué—Ingredientes: una taza de azúcar, cuatro yemas de huevo, dos claras de huevo, dos cucharadas al ras de harina, una taza de agua y media taza de jugo de naranja. Se batirán bien las yemas con el azúcar y se le agrega la harina poco a poco. Una vez que esté bien unido se le va agregando la taza de agua, que estará hirviendo, y la media taza de jugo; se pone a fuego lento y se revuelve constantemente. Cuando empieza a cuajarse se baja del fuego y estando sin hervir se le agregan las claras batidas a punto de merengue y después se vuelve a poner al fuego hasta que acabe de espesarse. No debe dejarse espesar demasiado porque al enfriarse se espesa más aún.

BELDADES CULINARIAS

La cocina tiene su arte, como lo tienen la costura y otras actividades humanas, y nuestra portada nos da un ejemplo de lo que una mujer de gusto hizo para disfrazar al humilde tomate: mezcló una taza de setas picaditas, ½ cucharadita de sal, ⅛ cucharadita de pimienta y ½ cucharadita de Angostura Bitters. Derritió 4 cucharadas de mantequilla, en la cual salteó 4 cucharadas de apio picado y 2 cucharadas de cebolla picada hasta que ablandaron. Luego les agregó las setas preparadas y 2 tazas de migas de pan gruesas. Todo lo cocinó lentamente durante 3 minutos. A esto le añadió la pulpa de 6 tomates grandes, los revolvió ligeramente y rellenó los cascarones de tomate. Por encima los espolvoreó con migas de pan y pedacitos de mantequilla, y los cocinó en un molde engrasado durante 35 minutos a 375°F. Para bañarlos de vez en cuando utilizó una mezcla del líquido de las setas, 2 cucharadas de mantequilla y unas gotas de Angostura. Suficiente para seis sabrosas porciones, ¡y un plato precioso!

Pavo relleno

Se prepara el pavo deshuesándolo el día anterior y se deja en adobo en la nevera. Se hace un picadillo con carne de puerco, jamón, los menudos se sazonan con limón, nuez moscada, sal, pimienta, almendras, pasas y pan mojado en leche, se cose y se pone al horno, remojándolo con vino, laurel, cebollas y granos de pimienta.

Pierna de cordero al horno

Ingredientes: 1 pierna de cordero, 1 taza de aceite, 1 vaso de vino blanco seco, 1 hoja de laurel, dos dientes de ajo, 1 trozo de tocino, 1 cebolla, 1 tomate, sol y pimienta, medio kilo de papas, 6 zanahorias, seis cebollas chicas.

Preparar la pierna y mecharla con el tocino y ajo picados. Condimentarla con sal y pimienta, colocar en la asadera, agregar el aceite, el tomate y la cebolla cortada en ruedas finas y poner al horno una hora más o menos, rociándola de vez en cuanto para que no se seque. Agregar el vino cuando se haya dorado un poco. Estando cocida la pierna retirarla, colocarla en la fuente alargada, colar la salsa y cubrir con ella la pierna. Se sirve acompañada con papas, zanahorias y cebollas cortadas en ruedas y saltadas en manteca. En el hueso de la pierna se coloca un papillote.

Pollo a la francesa

Ingredientes: 1 pollo bueno, 200 gramos de jamón cocido, 3 rodajas de panceta, los menudos del pollo, 1 cebolla, 200 gramos de manteca, 4 cucharadas de vino blanco, 1 zanahoria, 1 puerro, perejil, 1 nabo, sal y pimienta, 1 kilo de papas.

Se limpia bien el pollo, lavarlo y sazonarlo con sal y una pizca de pimienta. Aparte picar el jamón y los menudos, rellenar con esto el pollo, poner encima de la pechuga las rodajas de tocino, sujetándolas con escarbadientes. Colocarlo en una asadera y cubrirlo con la manteca, las verduras cortadas a la Juliana; agregar el vino y medio vaso de agua.

Ponerlo en el horno y cocerlo durante hora y media más o menos, rociándolo a menudo con el jugo para que se dore bien. Cuando esté cocido se coloca en una fuente, se cuela la salsa y se cubre con ella el pollo. Servirlo acompañado con papas cortadas a la cucharita, hervidas y fritas en manteca.

Manzanas a la reina

Ingredientes: 10 manzanas no muy maduras y de igual tamaño, 250 gramos de azúcar, una cucharada de vainilla, un litro de agua, 100 gramos de almendra.

Poner en una cacerola el agua con el azúcar y la cucharada de vainilla, colocar al fuego fuerte y dejar hervir unos quince minutos. Luego se agregan las manzanas, previamente peladas, en este almíbar, dejándolas al fuego hasta que estén cocidas, pero no demasiado blandas. Quitarlas del fuego y dejarlas enfriar sin sacarlas del almíbar.

Colocar en una fuente honda la crema pastelera, dejando una taza para adornar el postre.

Pudín especial de melocotón o mango

2 tazas de miga de pan.

Un tercio taza de mantequilla.

6 tazas de melocotón o mango en rebanadas.

Media taza de azúcar prieto.

Un cuarto cucharadita de canela en polvo.

Un cuarto taza de agua.

Se desmigaja el pan entre los dedos o cortándolo en rebanadas y desmenuzándolas. Se derrite la mantequilla y se mezclan en ella las migajas. En una cacerola engrasada de litro y medio de capacidad, se pone un tercio de las migajas que se cubren con la mitad de los melocotones o mangos. Encima de éstos, se rocía la mitad de la mezcla de azúcar y canela. Añádanse los melocotones o mangos y la mezcla de azúcar restante. Sobre todo ello, se esparcen las migajas que quedaron. Se mete en horno moderno 190o. c. (375o. F) por 45 minutos. Resultan 6 porciones.

Higos y dátiles acaramelados

Ingredientes: 10 higos glacé, 15 dátiles, 2 cucharadas de dulce de leche, 100 gramos de nueces peladas.

Caramelo: ½ kilo de azúcar refinada, 1 cucharada de las de té de grucosa, unas gotas de jugo de limón, agua, pirotines para acaramelados.

Cortar los higos por la mitad, a lo largo, con un cuchillito de punta, quitarles la pulpa, rellenarlos con un poquito de dulce de leche y colocar sobre éste una nuez entera, procurando que cubra todo el dulce. Los dátiles se cortarán por uno de los costados, se les quita el carozo; picar una cucharada de nueces, mezclarlas con una cucharadita de dulce, rellenar los dátiles con esta pasta, que debe ser más bien durita, y tratar que no se vea el relleno.

Caramelo: colocar en una cacerolita el azúcar con la glucosa, el limón y el agua, cocer sobre fuego vivo, con la cacerola tapada; este almíbar, mientras se cuece, no debe revolverse; cuando se note que toma un tono rubio clarito probar el punto rápidamente en la siguiente forma: retirar con la cuchara una porción de almíbar, colocarlo debajo del chorro de agua de una canilla y se prueba mordiéndolo; si no se pega en los dientes está a punto; untar con aceite un mármol y se pasan rápidamente los higos y dátiles de a uno, para que el caramelo no se enfrie y dificulte con esto el trabajo; cuando se noten fríos, se los coloca en los pirotines.

35

LA COCINA *Exótica*

Por MARIA MERCELIS

El arte de la cocina nació con la historia conocida, pues ha sido siempre una manifestación del grado de cultura de un pueblo. Así en los persas, por ejemplo, cuyos festines excedieron en suntuosidad a todo lo imaginable, aunque también excedieron en vulgaridad. Los griegos no desdeñaron el lujo, pues eran bastante refinados para no hacerlo, pero aplicaron a él "la medida" que le pusieron a todas las cosas. Así hicieron nacer el arte del buen comer. El cocinero se convirtió en Grecia en una personalidad social de primera importancia, y quienes inventaban nuevos platos o aplicaban a la cocina nuevos elementos y desconocidos ingredientes, se hacían dignos de la consideración de todos.

Aunque en nuestros días no llegamos a ese extremo, ya que nuestra cocina goza de infinita variedad y atractivos, nos gusta ofrecerles a nuestras lectoras, platillos especiales de otros países de vez en cuando para que junto con los platos regionales, dispongan de comidas tan sabrosas como diferentes.

De la Cocina China

Los chinos tienen habilidad especial para combinar la economía con el buen gusto, y esta variación del famoso "chop suey" lo demuestra. Un poquitico de carne —de puerco— combinada con verduras y manzanas agrias brindan un menú que acaba con la monotonía y cuesta muy poco. El éxito de esta receta se debe a un condimento nuevo, Ac'cent, y los orientales, conocedores de su delicado sabor, lo usan con frecuencia.

CHOP SUEY DE PUERCO Y MANZANA

1 lb. de masa de puerco
¼ de manteca
3 cebollas medianas, en ruedas
1½ tazas de agua
1 latica de "bean sprouts" (renuevos de frijoles)
½ cucharadita de Ac'cent
2 tazas de tiritas de apio
2 manzanas agrias picaditas
Salsa soya al gusto
3 cucharadas de maicena

Se corta la carne de puerco en tiras de unas dos pulgadas de largo. Se doran en la manteca caliente; se retiran. Se doran las cebollas ligeramente. Se vuelve el puerco a la sartén, se le agrega el agua, el líquido donde se han cocido los renuevos de frijoles y el condimento. Se cubre y se deja cocinar poco a poco durante 30 minutos. Se agregan el apio y la manzana y se cocinan 10 minutos más. Se agrega la salsa soya si se desea. Se disuelve la maicena en un poquitín de agua fría, se le agrega al cocido revolviendo constantemente hasta que espese. Se agregan los renuevos de frijoles y se deja que rompa a hervir. Se sirve con arroz blanco. Suficiente para 6 personas.

De la Cocina Americana

Con un poco de carne y mucha inventiva, alguien inventó un cocido que proporciona un plato sabroso, equilibrado y muy económico.

COCIDO

2 cebollas
2 tazas de carne de puerco picadita
2 cucharadas de manteca
4 manzanas agrias
½ cucharadita de sal
Pimienta al gusto
½ cucharadita del condimento anterior
Pizca de canela
3 tazas de caldo de gallina
½ taza de harina
2 tazas de papas majadas calientes

Se pican las cebollas y se doran con el puerco en manteca caliente. Se pelan las manzanas y se pican, se combinan con lo frito anteriormente. Se espolvorean con sal, pimienta, el condimento y la canela. Se deslíe la harina con un poco de caldo y luego se le añade el resto de las 3 tazas. Se cocina, revolviendo constantemente hasta que espese, se vacía en una cazuela. Se cubre y se pone en horno moderado, 350° F durante una hora. Se cubre con las papas majadas y se pone en el horno nuevamente a dorar. Suficiente para 6 personas.

De la Cocina Alemana

Hoy día, cuando todo está tan caro es un placer encontrar un plato de gusto exquisito a un precio moderado. En este sentido, la receta que ofrecemos a continuación ofrece un alimento muy conocido pero de apariencia y gusto diferente.

CHOP SUEY

Para el que no ha probado la carne de puerco acompañada de manzana cocida, la combinación le parece un poco extraña, pero no sólo es sabrosa sino beneficiosa.

COCIDO

Para nosotros el cocido no es plato nuevo, pero sí hay infinidad de modos diferentes de hacerlo para impartirle variedad y nuevo atractivo.

CAZUELA DE MACARRONES

Los macarrones solos cansan pero cuando se varían con composiciones de carne o de verduras, adquieren un aspecto y sabor mucho más apetitoso e invitante.

CAZUELA DE MACARRONES CON SALCHICHAS

1 paquete de 8 onzas de coditos de macarrones
2 tazas de queso amarillo rayado
1 lata grande de leche evaporada
1½ cucharaditas de sal
Pimienta al gusto
½ cucharadita del condimento usado antes
6 salchichas grandes

Se cocinan los macarrones en agua salada hirviente hasta que ablanden; se escurren. Se combinan los macarrones, el queso, la leche evaporada, la sal, pimienta y el condimento. Se pican las salchichas en cuatro pedazos, haciendo cortes de medio lado o diagonales; se les agregan a la mezcla de macarrones. Se vacía todo en una cazuela o molde refractario y se asa en horno moderado, 350° F durante 40 minutos. Suficiente para 6 personas.

Como podrán apreciar, todas estas recetas son sencillísimas pero al mismo tiempo diferentes de lo que se prepara corrientemente, así es que le brindan a usted una oportunidad de sorprender a la familia con varios platos tan exquisitos como novedosos.

Los Postres Confeccionados con Extracto de Café Son Una Exquisita Golosina

Por MARIA MERCELIS

¿Espera invitados para la comida? ¿Le gustaría ofrecerles una verdadera sorpresa culinaria? Pues sirva uno de los nuevos postres sazonados con un poco de café instantáneo. Prepare unos sabrosos suspiros de crema, rellénelos con helado y báñelos con una delicada salsa de café, o sirva una natilla adornada con dedos de señora, coco rayado y cerezas marrasquino, o unos besitos de coco que hacen la boca agua de sólo mirarlos. Cada uno de estos exquisitos postres va perfumado con un poco de café instantáneo, y verá como después que los pruebe se le ocurrirán otros.

Para prepararlos sólo hay que añadirle unas cucharadas de café instantáneo a los ingredientes secos, por lo tanto, no hay preocupación o confusión ninguna, ni exceso de líquido que dañe la consistencia del dulce. Aquí van algunas recetas.

NATILLA COSTEÑA

1 cucharada de café instantáneo
2 tazas de leche
1 cajita de pudín de vainilla
½ taza de crema, batida

Combine el café instantáneo en polvo con el pudín seco en una cacerola. Agréguele la leche poco a poco, mezclando bien. Cocínelo, revolviendo constantemente, hasta que la mezcla comience a hervir y espese. Vacíelo en un tazón, cúbralo y déjelo enfriar. Luego bátalo suavemente con un batidor de globo y agréguele la crema batida con cuidado. Viértalo en copitas, adórnelas con dedos de señora o galleticas dulces, coco, cerezas, etc. Suficiente para cinco personas.

SALSA PARA HELADO

2 cucharadas de café instantáneo
1 cucharada de harina
Pizca de sal
1 taza de jarabe de maíz fino
¾ de taza de crema de leche fina
2 cucharadas de mantequilla

Se combinan el café instantáneo, la harina y la sal en una cacerola. Se les agrega el jarabe poco a poco, revolviendo constantemente. Se agregan la crema y la mantequilla y se dejan cocer lentamente unos 5 minutos, o hasta que espesen, revolviendo constantemente. Se deja refrescar. Luego se sirve sobre helado (sabor de vainilla o de café), con postres cremosos, o con suspiros de crema. Suficiente para una taza y media de salsa.

SUSPIROS DE CREMA

1 taza de harina cernida
½ taza de mantequilla o manteca vegetal
1 taza de agua hirviente
4 huevos, sin batir

Se cierne la harina, se mide. Se derrite la grasa en una cacerola con el agua y se deja hervir. Se rebaja el fuego, se agrega la harina toda de una vez, revolviendo rápidamente. Se cuece revolviendo constantemente hasta que la mezcla se separe de los costados de la cacerola en una masa suave y compacta (como dos minutos). Se retira del fuego.

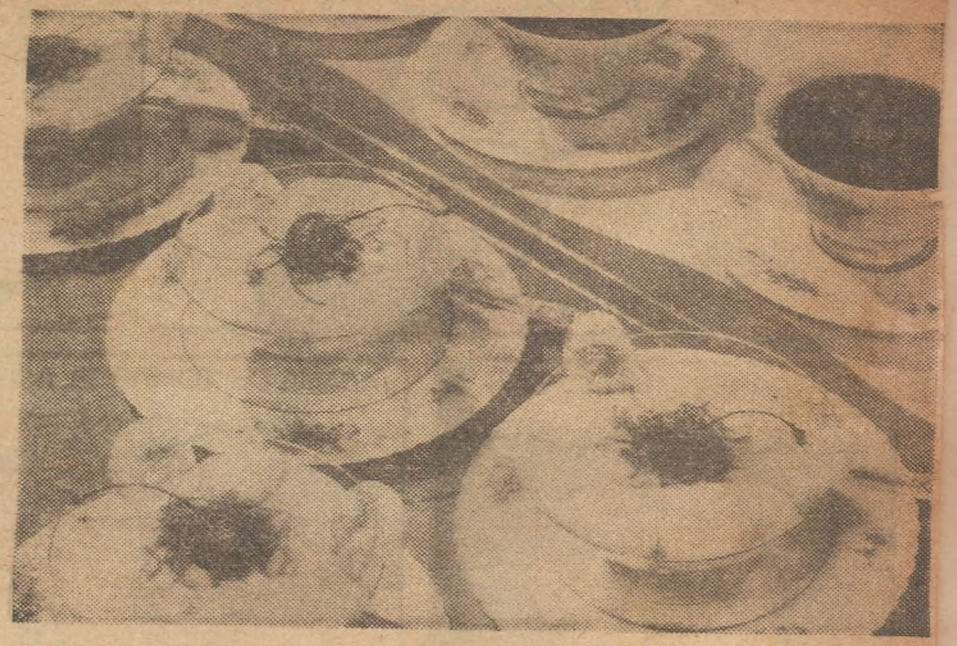
Se agregan los huevos, uno a unó, batiendo bien después de cada adición. Luego se bate hasta que la mezcla quede satinada y se parta cuando se levante la cuchara.

Se hacen los suspiros con una bolsa de decorar bizcochos o por cucharadas sobre una placa de hornear sin engrasar, dándoles forma redondeada. Se cuecen en horno caliente (425°F) durante 45 minutos. Si se desea que los suspiros queden tostaditos, se les corta una tapita, se les saca la masa que no se haya cocido, se ponen en el horno otra vez y se asan por 5 minutos más. Cuando hayan refrescado se rellenan con helado y se sirven con la salsa que se describió más arriba. Suficiente para 12 suspiros de crema.

BESITOS DE COCO

2 claras de huevo
¼ de cucharadita de sal
1 cucharada de café instantáneo
½ taza de azúcar
1 taza de coco rayado
¼ de cucharadita de vainilla

Se baten las claras con la sal hasta que hagan espuma. Se combina el café instantáneo con el azúcar y se le agrega a las claras, batiendo después de cada adición hasta que el azúcar haya mezclado bien. Se continúa batiendo hasta que la mezcla haga picos. Se le doblan el coco y la vainilla, y se va echando por cucharaditas sobre una placa de hornear bien engrasada. Se asan en horno muy lento (250°F) durante 30 minutos, o hasta que estén cocidos. Se adornan con coco teñido de rosa o de verde. Suficiente para 30 besitos.



Aunque la natilla siempre ha sido plato acostumbrado en nuestra mesa, adquiere una personalidad distinta cada vez que se varía su presentación. En esta ocasión la vemos servida con apetitosos adornos que no sólo la hacen más bonita sino mejor.

Cuando quiera servir un obsequio ligero, haga estos riquísimos besitos y verá con el entusiasmo que lo recibirán sus amistades. Para fiestecitas no tienen rival porque se hacen en unos momentos y se pueden teñir de diferentes colores que armonicen con flores o bombones.

Cuando la comida es ligera conviene servir un postre de más valor alimenticio, como estos suspiros de crema rellenos con helado y cubiertos con una sabrosa salsa sazonada con café. Aunque parecen obra de arte, son muy fáciles de preparar en la cocina casera.

Verduras Que Invitan

Combinadas con cuidado son tan lindas como saludables

Por MARIA MERCELIS

NUNCA nos cansamos de recomendar que se sirvan suficientes verduras en las comidas, porque de ellas recibimos muchas de las vitaminas y los minerales que necesitamos para mantenernos saludables. Además, resulta mucho más práctico y más barato obtenerlas en esta forma que obtenerlas en forma de píldoras y jarabes en la farmacia.

La coliflor y las zanahorias, por ejemplo, son sabrosas preparadas como indicamos aquí; la col con salsa de queso y los guisantes, son casi una comida completa; las remolachas y espárragos al gratén, son un manjar exquisito. Si no los hay frescos, se pueden obtener de lata o congelados, ya que ambos son perfectos substitutos de las verduras frescas, que muchas veces son difíciles de encontrar.

COLIFLOR POLONESA

2 cabezas de coliflor (o 2 latas o 2 pqt. congelados)
1 cucharadita de Ac'cent (condimento parecido a la pimienta)
2 huevos duros
2 cucharadas de perejil picado
½ taza migas suaves de pan
⅓ taza mantequilla derretida

Se separa la coliflor en pedazos, se le agrega agua salada hirviente, y el Ac'cent; se cocina hasta que ablande; se escurre. Se pican los huevos y se espolvorean sobre la coliflor con el perejil. Se doran las migas en la mantequilla y se vierten sobre la coliflor. Suficiente para 6 u 8 personas.

ZANAHORIAS VIENESAS

1 cebolla grande
¼ taza de mantequilla
6 tazas de rebanaditas de zanahoria
¾ cucharadita de Ac'cent
1 cucharadita de sal
Pizca de pimienta

Se pica la cebolla finamente; se cocina poco a poco en una sartén gruesa con la mantequilla hasta que ablande, pero no se dore mucho. Se agregan las zanahorias. Se espolvorean con Ac'cent, sal y pimienta, se tapan herméticamente. Se cocinan poco a poco sobre fuego moderado durante 30 minutos o hasta que ablanden las zanahorias. Suficiente para 6 u 8 personas.

COL EN SALSA DE QUESO

1 col grande y dura
¾ cucharadita de Ac'cent
¼ taza de mantequilla derretida
¼ taza de harina
1 cucharadita de sal
Pizca de pimienta
2 tazas de leche
1½ taza de queso amarillo rallado

Se desmenuza la col; se cubre con agua salada hirviente; se le agrega ½ cucharadita de Ac'cent; se cocina durante 8 minutos o hasta que esté medio cocida. Se escurre. Se derrite la mantequilla, se le agrega la harina, sal, pimienta y el resto del Ac'cent, luego la leche, revolviendo constantemente hasta que esté suave y espesa. Se le agrega el queso y se revuelve hasta que éste se derrita. Se agrega la col y se mezcla todo bien. Suficiente para 6 u 8 personas.

GUISANTES A LA FRANCESA

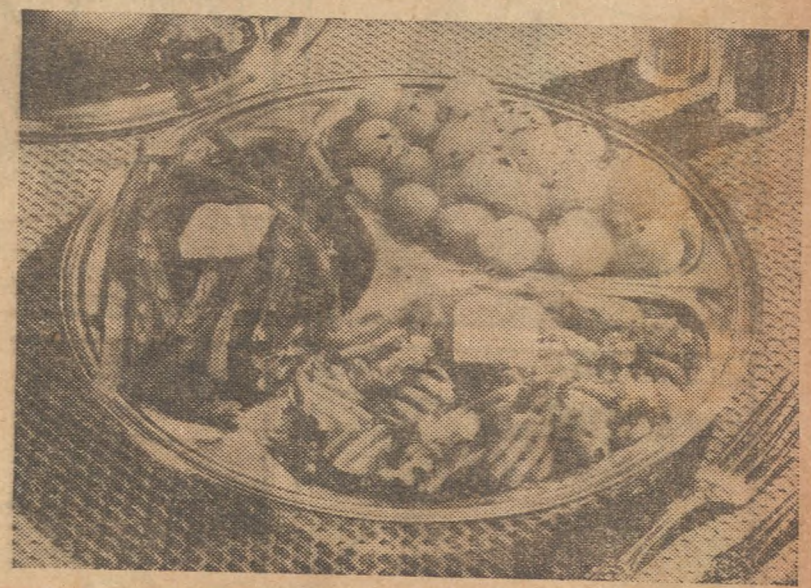
Se cubre el fondo de una cacerola gruesa con hojas de lechuga. Si los guisantes son frescos se desgranan y se miden 4 tazas; si son congelados, se usan 2 paquetes. Se les agrega ½ cuchardita de Ac'cent, 1 cucharadita de azúcar y ½ taza de agua hirviente. Se tapan con hojas de lechuga; se cocinan de 15 a 18 minutos, o hasta que ablanden los guisantes. Se tira la lechuga; se sazonan los guisantes al gusto con sal, pimienta y mantequilla.

REMOLACHA CON NARANJA (CHINA)

2 manojos de remolachas, o 2 latas de las pequeñas
1 cucharadita de Ac'cent
¼ de lb. de mantequilla
2 cucharadas de ralladura de naranja
¼ de taza jugo de naranja
1 cucharadita de sal

Se lavan las remolachas, se les quitan las raíces dejándoles el tronquito; se les agrega 1 taza de agua hirviente y ½ cucharadita de Ac'cent. Se tapan y se dejan cocinar unos 40 ó 50 minutos. Se escurren, se les quita el pellejo bajo agua fría corriente; se le quitan los tronquitos. Se derrite la mantequilla, se le agregan la ralladura, el jugo, la sal y el resto del condimento. Se vierte sobre las remolachas, se calienta otra vez todo. Se adorna con rebanadas de naranja. Suficiente para 6 u 8 personas.

Las zanahorias, coliflor y espárragos son excelentes fuentes de salud porque contienen vitaminas y minerales que no se pueden comparar a los mejores que se puedan obtener en frascos. Además, su lindo colorido añade variedad a las comidas.



¿Quién no comería con gusto estos sabrosos vegetales preparados así? La mantequilla y el perejil adornan mucho y la forma en que se han cortado y presentado tiene mucho que ver con su apetitosa apariencia.

ESPARRAGOS AL GRATEN

Se colocan espárragos cocidos (frescos, de lata o congelados) sobre una placa de hornear. Se les ponen pedacitos de mantequilla, se espolvorean con Ac'cent, sal y pimienta. Se espolvorean bien con queso Parmesano y se colocan bajo la flama de asar hasta que el queso dore ligeramente.

NOTAS CULINARIAS

¿Por qué no aprovechar las invenciones modernas que aligeran las tareas del hogar? Tomemos la mesita con ruedas, por ejemplo. Se puede utilizar para llevar las comidas a la mesa y devolver los platos a la cocina, se puede usar para efectuar la limpieza, para llevar la compra de la galería a la despensa, y para infinidad de otras tareas.

Los carritos para servir que se veían antes pasaron de moda porque no eran muy prácticos. Pero hoy día hay varios estilos que son maravilla de comodidad, o se puede convertir una mesita liviana con sólo agregarle unas roldanas en las patas y ponerle una agarradera a un extremo para manipularla con facilidad de un lado para otro. Conviene utilizar roldanas grandes en vez de chicas. Si es posible, se deben obtener dos roldanas de esas que frenan para que el mueble pare en firme.

Una mesa con ruedas para la lavandería es más cómoda que un estante adosado a la pared porque se puede llevar a donde se necesite: cerca de la lavadora o la tina para separar la ropa blanca y la de color; cerca del lavadero para rociar la ropa antes de plancharla, y cerca de la tabla de planchar para poner ésta según se termina cada pieza.

Para la limpieza, este mueble puede llevar cepillos, trapos, lustrador y todo lo necesario de un cuarto para otro, sin dejar nada olvidado que necesite más viajes al sitio que se ha limpiado.

* * *

¿Quiere probar el aguacate preparado en una forma novedosa? Haga un "guacamole" para servir con galleticas o papitas sopladas, o para agregarlo al aderezo de la ensalada. ¿Cómo se hace? Simplemente se pasa la pulpa del aguacate por un cedazo, se le agrega jugo de limón, cebolla rallada y sal. Se debe preparar poco antes de comerlo porque de lo contrario pierde su lindo color verdoso. Pruébenlo sobre ruedas de pan de agua untadas con un mojo de vinagre, ajo machacado, sal y pimienta. ¡Es una delicia!

LAS ENSALADAS SON IDEALES PARA LOS DIAS CALUROSOS

Por MARIA MERCELIS

Este trío que ofrecemos es tan apetitoso como saludable y fácil de preparar

EL exceso de calor o el miedo a las calorías no "aguarán" la fiestecita que usted planea si sirve ensaladas tan lindas y refrescantes como las que aparecen en esta página.

La de huevos y jamón endiablado, que reposa en su nido de frescas hojas de lechuga parece una joya engarzada en esmeralda. El aspic de tomate brinda colorido; lo mismo que las zanahorias crudas. Todas se preparan en unos momentos, y para que su sabor sea tan perfecto como su apariencia, se sazonan con Ac'cent, el nuevo condimento que realza el sabor de todas las comidas. Ahora las recetas individuales.

MOLDE DE JAMON ENDIABLADO Y HUEVOS DUROS

1 paquete (3 oz.) de queso crema
1 latita (3 oz.) jamón endiablado
6 huevos duros picaditos
2 cucharadas perejil picadito
2 cucharaditas de jugo de limón
Sal y pimienta al gusto
1 cucharadita cebolla rallada
1 cucharadita salsa inglesa
½ cucharadita mostaza preparada
Pizca de salsa picante
¼ cucharadita del condimento mencionado arriba

Se maja el queso y se le agrega el jamón endiablado. Se agregan los demás ingredientes y se mezcla todo bien. Se forra un molde de pan con papel engomado; se coloca en él la ensalada mezclada, bien apretada, y se deja en el refrigerador de un día para otro.

ASPIC DE TOMATE

1 paquete de gelatina, sabor de limón
1¾ de tazas jugo de tomate caliente
2 cucharadas jugo de tomate
1 cucharadita de cebolla rallada
½ cucharadita de salsa inglesa
Sal y pimienta al gusto

Se disuelve la gelatina en el jugo de tomate caliente. Se le agregan los demás ingredientes. Se vacía en 4 moldes individuales engrasados o en un molde grande. Se enfría hasta que cuaje, en el refrigerador o sobre hielo.

ENSALADA DE ZANAHORIAS CRUDAS

2 tazas zanahorias crudas ralladas
½ taza apio americano picadito
½ cucharada perejil picado
2 cucharadas cebolla picadita
¼ cucharada Ac'cent
2 cucharadas pimiento verde picado
2 cucharadas aceitunas negras picadas
¾ taza de mayonesa
1 cucharadita jugo de limón
Sal y pimienta al gusto

Se combinan todos los ingredientes y se enfrían durante varias horas.

La combinación de colores y sabores tiene mucho que ver con la perfección de la ensalada.

MODO DE SERVIRLAS

Se colocan 3 hojas de lechuga que tengan forma de copa, en 4 platos. Se saca la ensalada de huevos del molde, se le quita el papel y con un cuchillo filoso se divide en 8 rebanadas. Se colocan 2 rebanadas dentro de la "copa" de lechuga en cada plato. Se saca el Aspic del molde; se coloca en un moldecito sobre otra hoja de lechuga en cada plato, se adorna con mayonesa y paprika. Se rellena la tercera hoja de lechuga con la ensalada de zanahoria. Se sirven en seguida con panecitos de queso, galletitas saladas, té frío o café.

Otra ensalada que es sabrosísima es la de habichuelas tiernas, bien sean frescas, de lata o congeladas. Mezcladas con huevos duros picados, apio picado, perejil, cebolla y aderezada con una buena salsa, no deja nada que desear.

ENSALADA ESMERALDA

1 libra de habichuelas tiernas
Sal y condimento como en las demás
6 cucharadas de aceite de comer
2 cucharadas de vinagre
¼ cucharadita salsa inglesa
¼ cucharadita pimienta gruesa
2 huevos duros picaditos
¼ taza de apio americano picadito
1 cucharada de cebolla picadita
Lechugas o romanita
Anchoas
Tomates en tajadas

Se lavan las habichuelas y se les quitan los rabitos; se cortan en pedazos. Se cocinan, tapadas, en poca agua salada hirviente a la cual se le ha agregado el condimento especial. Se cocinan hasta que ablanden, de 15 a 20 minutos, pero que no se desmenucen. Se escurren y se enfrían. Se combinan el aceite, vinagre, salsa inglesa, pimienta y sal y se agregan a las habichuelas. Se agregan los huevos, el apio, perejil y cebolla picados. Se mezclan con dos tenedores hasta que todo quede bien unido. Se le agrega más sal si se necesita, y se deja en el refrigerador durante un par de horas. Se sirve sobre lechugas y se adorna con filetitos de anchoas y tajadas de tomate. Suficiente para 4 platos.

Al preparar ensaladas lo principal es que los ingredientes se vean frescos y apetitosos.

Como verán, los ingredientes requeridos para la preparación de estas ensaladas se pueden obtener fácilmente en cualquier mercado, y las recetas en sí son muy sencillas. Lo que quizás haya que aprender es a comer esta clase de alimentos, y sin temor a equivocarme, me atrevo a asegurar que una vez que hayan ustedes disfrutado de estos ricos platillos y de los beneficios que representan, pasarán a formar parte importante de las comidas diarias, éstas serán más atractivas y más saludables y, lo que es más importante, se emplearán menos horas en la cocina y en pensar en "¿qué servir hoy?"

LAS GALLETICAS GUSTAN A CUALQUIER HORA

Para que las galleticas queden duritas conviene dejarlas refrescar sobre una parrilla de alambre fino, o sobre una toallita de platos.

A los niños les convienen más las golosinas hechas en la casa que los dulces ordinarios

Por MARIA MERCELIS

POR BUENAS que sean las comidas, los niños —y muchas *veces los mayores— apetecen algo dulce entre comidas y a la hora de acostarse, y recurren a los bombones y otras chucherías que* no sólo engruesan demasiado, sino que quitan el apetito para los demás alimentos.

Una excelente forma de acabar con esas "carreritas" a la dulcería o bombonería es tener siempre a mano varias clases de galleticas que, con un vaso de leche, proporcionan una saludable y grata merienda. Estas que proponemos hoy son hechas con mantequilla de maní, leche condensada, y nueces o pasas. Se hacen en unos momentitos y la receta es garantizada. *La leche deberá ser condensada, no evaporada.*

GALLETICAS RIN-TIN-TIN

1⅓ de tazas (una latita de 15 oz.) de leche condensada
½ taza de mantequilla de maní

Cualquiera de estos seis ingredientes:

2 tazas de pasas
2 tazas de "corn flakes"
3 tazas de coco rallado
2 tazas de "bran flakes"
1 taza de nueces picaditas
2 tazas de dátiles picaditos

Se mezclan la leche condensada, la mantequilla de maní y cualesquiera de los seis ingredientes *mencionados arriba. (Se escoge uno entre los seis).* Se echa por cucharaditas sobre una placa de hornear bien engrasada y se ponen en horno moderado (375°F) durante 12 minutos o hasta que doren. Se retiran de la placa inmediatamente. Suficiente para 30 galletitas.

¡Verán lo ricas que son! Para conservarlas, si la familia no las descubre primero, guárdense en una lata cerrada o en una canastita forrada por dentro con papel engomado.

SI su esposo sale de caza y trae varias palomas o patos silvestres, pruebe estas sabrosas recetas:

TORTOLITAS A LA ESPAÑOLA

Tortolitas, 12
Tocino ahumado en trozo, 100 Gr.
Cebolla, 1
Zanahorias, 2
Agua hirviente o caldo, 2 tazas
Vino blanco, 1 taza
Sal y pimienta al gusto
Hierbas de olor al gusto
Manteca, 3 cucharadas

Arroz Blanco

Se limpian muy bien las tortolitas. Se les cortan el pescuezo y las patitas. Se fríen muy bien en la manteca caliente, junto con el tocino cortado en trocitos, la cebolla y las zanahorias. Cuando están doradas se les añade el caldo o agua hirviente y el vino blanco. Se dejan hervir hasta que están tiernas, sazonándolas con sal, pimienta y yerbas de olor. Si se consume demasiado, se le añade más caldo o agua para que quede una salsa espesa. Se sirven en el centro de una corona de arroz blanco y si no se tiene molde se sirve el arroz en el centro y las tortolitas alrededor.

PATOS SILVESTRES EN GELATINA DE SAL

Patos golondrinos grandes y gordos, 2
Grenetina oro, 12 hojas
Chicharitos cocidos, 1 taza
Coliflor blanca cocida y separada en ramitos, 1 taza
Zanahorias y nabos cortados en figuritas y cocidos, 1 taza
Trufas, 1 latita
Vinagre, 2 cucharadas
Hierbas de olor, sal y pimienta al gusto

Los patos se limpian y se ponen a cocer con rabos de cebolla. Luego que han hervido como una hora, se sacan y se ponen en otra agua caliente, con una tacita de vinagre, hierbas de olor y sal al gusto. Se dejan hervir hasta que estén tiernos. Se sacan y se cortan en piezas con mucho cuidado para que no se deshagan. Sólo se pueden utilizar las pechugas, los cuadriles y las piernas. Del caldo en que se cocieron la segunda vez los patos se toman dos litros. Se desgrasa, colándolos por un lienzo húmedo y, si todavía queda grasa, se le quita con un papel secante blanco (nuevo); ya desgrasado se le ponen las dos cucharadas de vinagre y las hojas de grenetina. Se hierve un rato, hasta que se sienta un poco pegajoso. En uno o dos platones hondos se colocan las piezas de pato adornadas con las verduras y trufas y se cubren con caldo. Se ponen en un lugar frío a que cuajen.

Este platillo se hace la víspera de tomarse. Se puede hacer con tórtolas. (Para 6 tórtolas, 5 hojas de grenetina). También con pollo. (Para un pollo, 8 hojas de grenetina).

MELOCOTONES CON QUESO CREMA Y FRESAS.— 1 lata de melocotones; 1 pomo de fresas VELVET "MEDINA"; 2 quesos crema medianos LA HACIENDA.

Se les quita el almíbar a los melocotones, se baten los quesos crema con esta almíbar, se colocan los melocotones en platicos individuales y se rellenan con el queso; se desbaratan las fresas en su almíbar con un tenedor y se cubren los melocotones con ella; se ponen en el referigerador hasta el momento de servirse.

FRITURAS DE HARINA DE CASTILLA:— 6 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 2 huevos; 2 cucharadas de Polvo ROYAL; sal; 3|4 libra de manteca.

Se ciernen la harina y el Royal y se agregan los huevos batidos y sal a gusto; después se va añadiendo agua poco a poco hasta que la harina tenga una consistencia que no sea clara ni muy espesa, se bate un poco, se pone una sartén al fuego con la manteca y cuando esté caliente se echa la masa por cucharadas y se forman las frituras dejándolas dorar.

POLLO A LA CAZADORA.— 1 pollo de 2 libras; 1 naranja agria, 1|4 taza de aceite OLIVEITE; 1 cebolla picada menudo; 1 lata de pimientos morrones; 1|2 taza de salsa de tomate DEL MONTE; 2 dientes de ajo muy picados; 1 vaso de vino seco FAISAN; 1|4 cucharadita de pimienta molida.

Limpio el pollo se descuartiza y se pone en un adobo de sal y naranja agria por 2 o 3 horas, pasado ese tiempo se pone el aceite al fuego en una cacerola y cuando esté bien caliente se dora el pollo sazonándolo con la pimienta, se añade el ajo, la cebolla y la salsa de tomate, en seguida se agregan los pimientos majados en el mortero y el vino seco, se revuelve bien y se deja cocinar bien tapado a fuego lento hasta que el pollo esté blando y quede en salsa.

PLATANOS MADUROS RELLENOS EN SALSA.— 5 plátanos; 1|4 libra de carne de puerco salcochada; 1|2 taza de miga de pan mojada en caldo; 2 huevos duros; 6 o 7 aceitunas; 1 cucharada de pasas; 1 cebolla pasada por la máquina; 2 ajos machacados; 2 cucharadas de salsa de tomate DEL MONTE; 1 cucharada de perejil picado; 4 cucharadas de manteca SABROSA; sal y pimienta.

Los plátanos deben de ser machos y estar maduros pero no blandos; se parten al largo al medio, se les saca el corazón abriéndoles un hueco en forma de canal. Se pone una sartén al fuego con la manteca, la cebolla, ají, perejil, ajos y la salsa de tomate, se sofrie por 5 minutos y se agregan la carne y las aceitunas picadas por la cuchilla fina de la máquina, se sazona de sal y pimienta y se agregan las pasas y las yemas duras desbaratadas, se agrega la miga de pan sofriendo por otros 5 minutos y se rellenan los plátanos que se envuelven en un batido de huevo al que se le habrá puesto la cucharada de harina de Castilla. Aparte se hace esta salsa: se lava y frota con el zumo de 1 limón, 1 plátano verde, se salcocha en poca agua, se maja en el mortero y se pone en una sartén al fuego con 2 cucharadas de manteca, 1 cebolla picada, 3 cucharadas de salsa de tomate, 1 ají muy picado y 1 diente de ajo machacado, se sofrie bien y se agrega 1 cucharada de alcaparras, 2 yemas crudas desleídas, se sazona de sal y pimienta, se agregan 2 cucharones de caldo y se deja hervir hasta que esté cuajada, se cuela y se vierte sobre los plátanos bien caliente.

MERMELADA DE FRUTA BOMBA. — 1 fruta bomba de 2 libras; 3 tazas de azúcar; 1 limón; 1 rajita de canela "MEDINA".

Se pela la fruta bomba, que debe estar muy madura, se pica en trocitos y se pone a cocinar con el azúcar y la canela a fuego muy lento, se le añade la corteza del limón y se va desbaratando con una cuchara hasta que todo esté como una crema, cuando tenga el punto deseado, o sea, que se vea el fondo de la cacerola se retira del fuego y se pasa por un colador. Se sirve acompañada de queso crema LA HACIENDA.

Arroz

"ALMA" de Nuestras Comidas

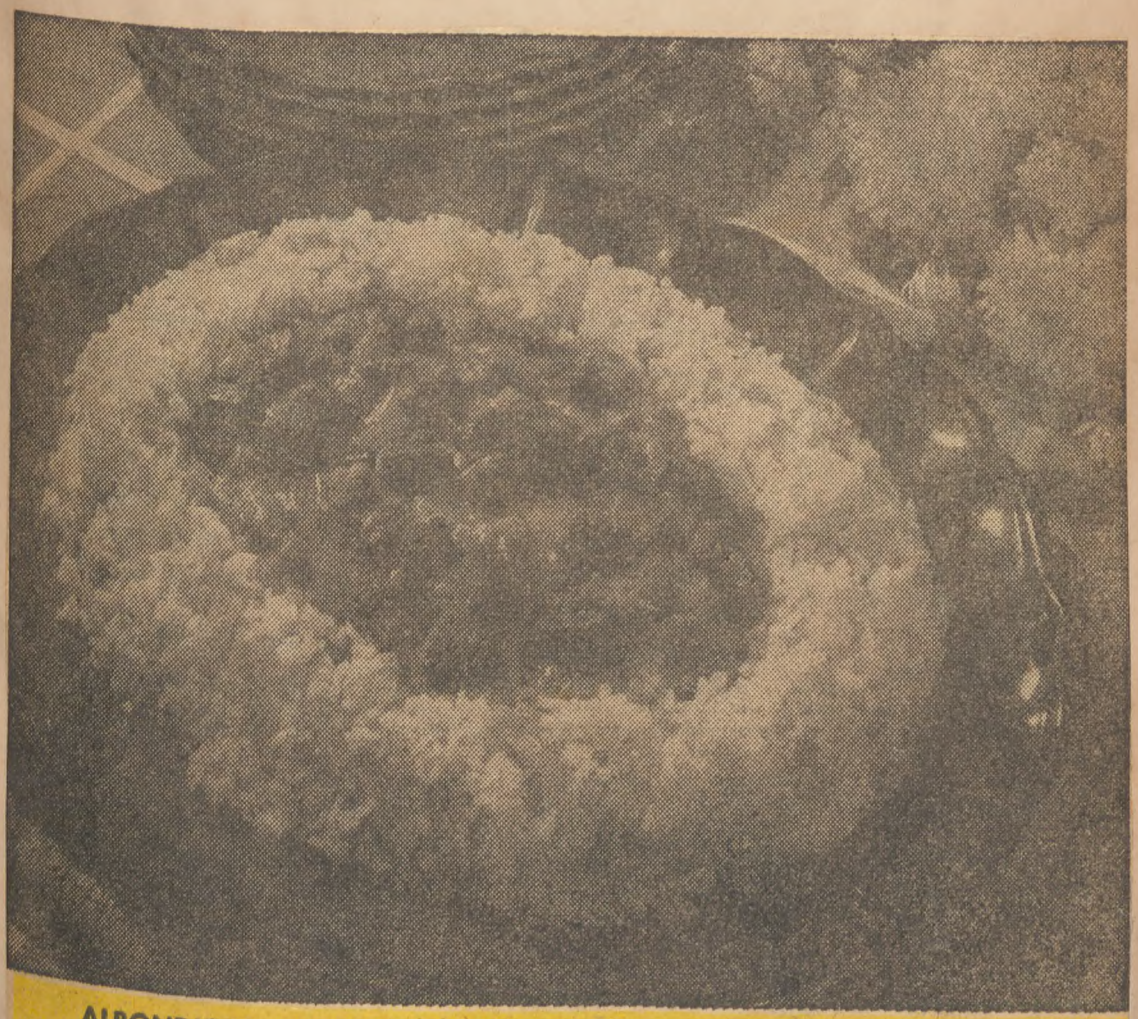
Por MARIA MERCELIS

LOS pueblos cuyo alimento principal siempre ha sido el arroz, como la India, la China, y hasta los nuestros, lo empleaban en su estado natural y todo marchaba bien, pero desde el día en que a alguien se le ocurrió pulirlo aparecieron las deficiencias nutricionales y la terrible enfermedad llamada beriberi que, en su estudio, fué el punto de partida de la teoría de las vitaminas.

Al ser pulido el arroz pierde ciertas de sus propiepiedades alimenticias, efecto que más tarde se agrava en el hogar al ser lavado repetidamente antes de cocinarlo. Los ensayos clínicos han confirmado que el arroz que se lava y se cocina en poca agua es mucho más rico en su contenido de vitaminas. El método de cocinarlo es muy importante. Por ejemplo, al cocer una taza de arroz a baño de maría en taza y media de agua se pierden un 3% de tiamina, un 2% de niacina, un 2¾% de riboflavina. Otra taza de arroz cocida en 10 tazas de agua, botando el exceso después que ablanda, pierde 14% de tiamina, 18% de niacina, y poco más del 11% de riboflavina. Estas pérdidas explican la falta de resistencia física y la pobre salud de la mayoría de habitantes de aquellos pueblos que consumen enormes cantidades de arroz. Por eso conviene comprar arroz enriquecido, y por eso traemos estos datos al conocimiento de nuestras lectoras.

CAMARONES A LA CRIOLLA

Se derriten 3 cucharadas de mantequilla en una cacerola; se le agregan ¼ taza pimiento verde, ¼ taza cebolla y ½ taza de apio picadito, y se doran por 5 minutos. Se agrega 1 cucharada de harina y se mezcla. Luego se agregan taza y ¾ de tomates de lata poco a poco, revolviendo, ½ cucharadita de sal, pizca de pimienta, 1 cucharadita de azúcar, una hoja de laurel, perejil, y se cocina 30 minutos. Se retiran la hoja de laurel y el perejil y se le agregan los camarones limpios y un poco de salsa inglesa. Se sirven con arroz blanco y ramitos de perejil. Para acompañar, una fresca ensalada de lechuga, tomates y pepinos verdes.



ALBONDIGAS CATALANAS CON ARROZ

Se combinan ¼ taza de cebolla picada, 1 huevo a medio batir, 1 cucharadita de sal, una de salsa inglesa, pizca de pimienta y ½ taza de migas de pan seco con ½ taza de leche. Se dejan reposar durante 5 minutos. Se les agrega una libra de carne de res molida y se mezcla todo ligeramente. Luego se forman las albóndigas, y se doran en manteca caliente. Una vez doradas, se dejan 2 cucharadas de manteca en la sartén las cuales se les agregan 2 de harina y se forma una pasta suave. Se le agrega una taza de buen caldo a la pasta, poco a poco, revolviendo constantemente para que no haga grumos, y se cocina hasta que se obtenga una salsa suave, no muy espesa. Se coloca el arroz en una fuente, se rodea con las albóndigas y se rocía todo con parte de la salsa, dejando el resto para servirlo en la mesa. Estas albóndigas se pueden hacer con un día de anticipación y dejarlas en un mojo de aceite, vinagre, sal y pimienta, que les da un sabor incomparable.

ARROZ BLANCO CON POLLO FRITO Y SALSA CREMA

El arroz blanco cocido a la usanza de la casa, pero que quede sueltecito y de ser posible echándole caldo en vez de agua sola. El pollo se pasará por huevo y luego polvo de galleta después de sazonado con sal y pimienta, y se freirá en manteca caliente. Una vez frito se saca de la sartén, dejando solamente dos cucharadas de grasa en ella, a las cuales se les agregan dos cucharadas de harina; se mezclan bien. Se usa ¼ de leche evaporada diluída con ¾ de taza de leche o caldo por cada taza de salsa que se desee. Se combinan el líquido y la pasta de harina poco a poco, y se cocinan hasta que espesen, revolviendo constantemente. Sazón al gusto.

Ensalada de espárragos

Ingredientes: 2 mazos de espárragos frescos, aceite, pimienta, vinagre y sal.

Se limpian los espárragos con un cuchillo, procurando dar a todos idéntico tamaño. Luego se los pone a cocer en agua con sal y apenas están blandos se dejan escurrir. Una vez fríos se condimentan con sal, vinagre, aceite y pimienta al gusto.

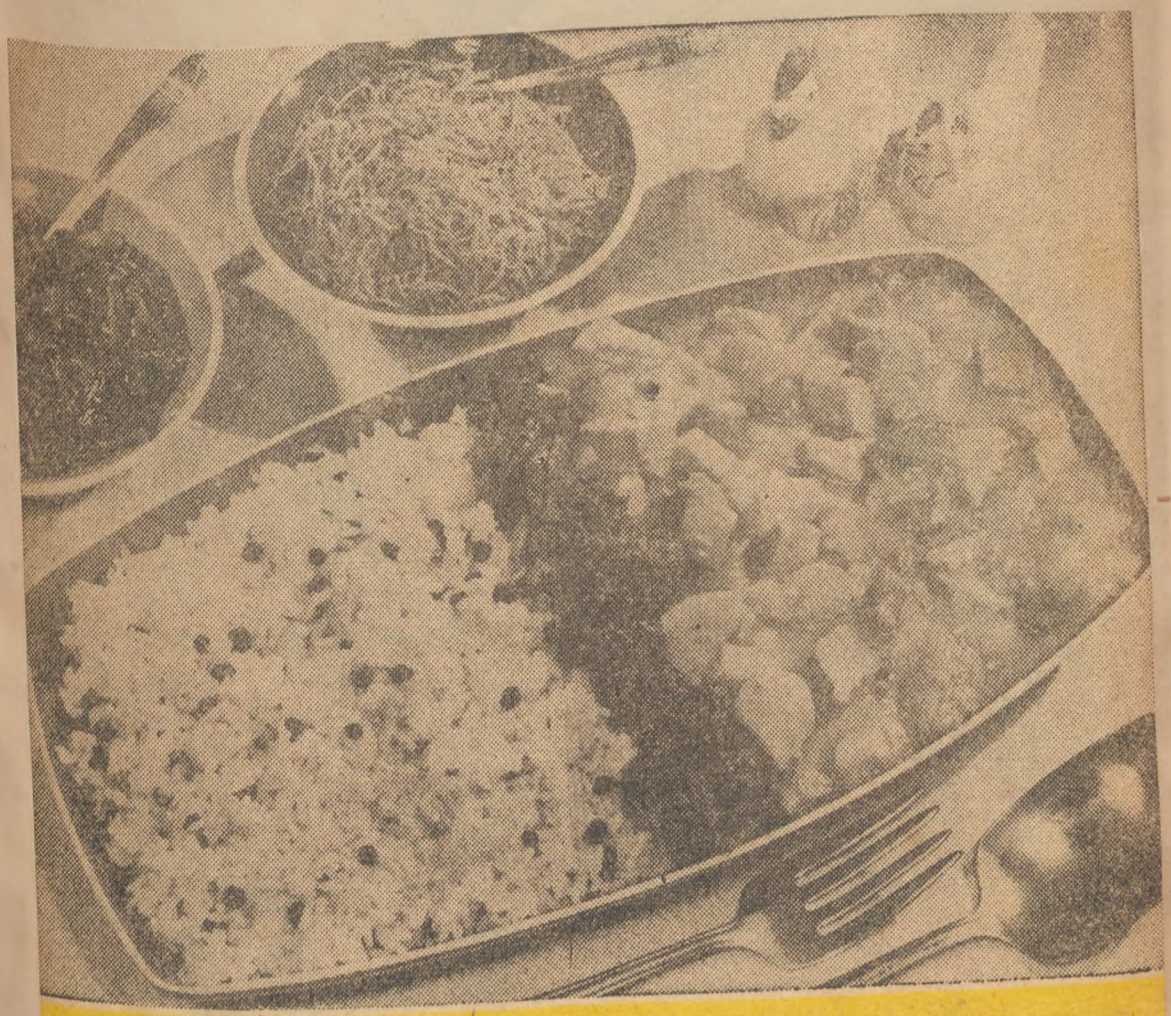
Esta receta puede también hacerse con espárragos en latas.

Salchichas al tomate

Cortar en pedazos tres cuartos de kilo de salchicha fresca, arrollarlos y prenderlos con dos palillos, formando espirales, y pincharlos después un poco.

Poner en una cacerola media taza de aceite, dorar en él una cebolla picada, agregarle luego tres tomates pelados y picados, un ramito compuesto de hierbas aromáticas, poner las espirales de salchichas, saltarlas un momentito, agregar un vaso de vino dulce, sal, pimienta, una cucharadita de azúcar y nuez moscada y dejar hervir despacio hasta que la salchicha esté cocida y la salsa espesita.

Echar agua, sal y media cebolla en una cacerola, dejar hervir esto y agregar 350 gramos de arroz previamente lavado. Dejarlo cocer y una vez a punto escurrirlo, agregarle un poco de manteca y servirlo acompañado con la salchicha y la salsa.



CURRY DE POLLO A LA INDIANA

Combine taza y un tercio de arroz cocido con ¼ de taza de pasas sin semillas y consérvelos calientes a un lado. En otra cacerola mezcle 1 latica de sopa de pollo concentrada, de media a una cucharadita de polvo curry, y ½ taza de leche. Agréguele 1 taza de pollo picadito (cocido), sal y pimienta al gusto. Caliéntelo a fuego lento, revolviendo de vez en cuando para que no se pegue. Agréguele un poco de mantequilla al arroz y mézclelo bien con dos tenedores. En una fuente alargada coloque el pollo a la crema a un extremo, y el arroz con pasas al otro. Adórnelo con ramitos de perejil y sírvalo con coco tostado y encurtidos. Este plato exótico es facilísimo de hacer y proporciona una comida abundante con ingredientes que se pueden conseguir en cualquier tienda; sin embargo, es algo muy novedoso tanto para la comida familiar como para cuando hay visitas. Y no sólo esto, sino que con un poco de habilidad puede servir de tema para interesantes discusiones en la mesa.

ARROZ CORONA REAL

A tres tazas de arroz cocido como de costumbre se le agregan 1 taza de zanahorias cocidas picaditas, 2 cucharadas de mantequilla y pimienta al gusto; se mezclan ligeramente y se colocan en un molde de corona engrasado que se pondrá donde se conserve caliente. En una cacerola aparte se derriten cuatro cucharadas de aceite donde se dora ½ taza de rodajas de cebolla, se le agregan cuatro cucharadas de harina de trigo, luego taza y media de buen caldo poco a poco, revolviendo constantemente para que no haga grumos. Se le agregan dos tazas de carne cocida picada y se calienta todo junto. Se saca el arroz del molde sobre una fuente y se rellena el centro con la sala de carne. Este es un plato de lindísima apariencia y mucho colorido por la variación de vegetales que se puede emplear para mezclar el arroz. Con guisantes es combinación blanca y verde; con zanahorias anaranjado y blanco, con remolachas rojo y blanco. ¡Tan lindos como verdaderas acuarelas!

¿PORQUE SERVIR POLLO FRITO SIEMPRE?

Prepárelo a la austríaca y verá cómo llueven los halagos

Por MARIA MERCELIS

EL pollo ha sido plato obligado en nuestra cocina para los domingos, las ocasiones especiales y cuando hay visita, pero no es necesario servirlo siempre frito o al horno. ¿Cuánto tiempo, por ejemplo, hace que usted no ha comido un guisado de pollo, unas albóndigas de pollo con salsa a la crema?

No hay nada más apetitoso que una humeante cazuela, bien condimentada y bien acompañada de un arroz amarillo o blanco, y unos platanitos fritos. Esta que sugerimos es obsequio de una amiga que trajo la receta de uno de sus viajes, y que se ha convertido en favorita nuestra también.

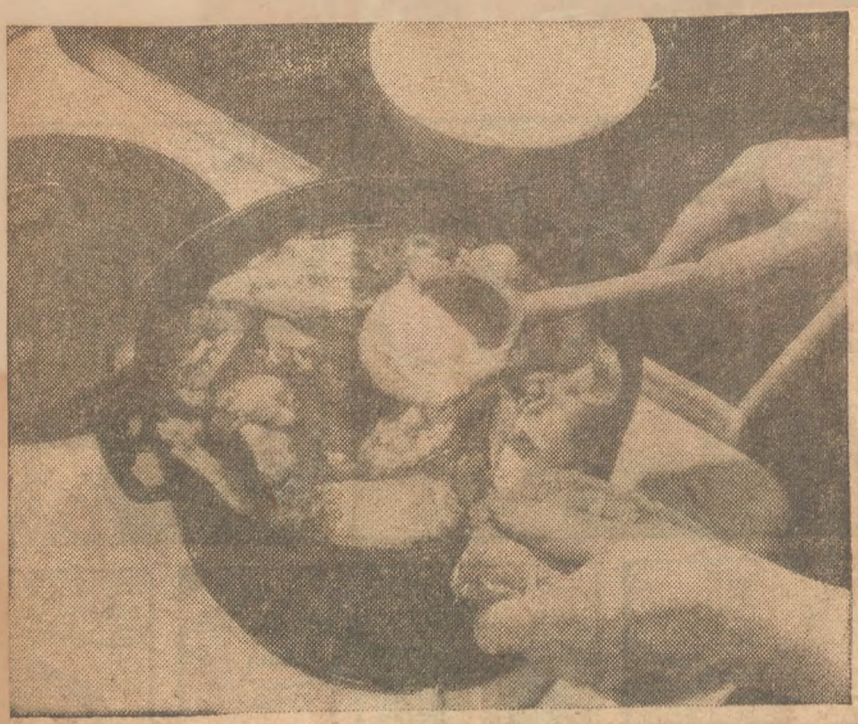
POLLO A LA AUSTRIACA

2 cebollas picaditas
1 pimiento verde, picadito
1 diente de ajo machacado
2 cucharaditas de manteca
1 pollo de 3 ó 4 libras, en pedazos
1 latita de salsa de tomate
½ taza de agua
1½ cucharaditas de sal
⅛ cucharadita de pimiento
Condimento
1 hoja de laurel
Pizca de orégano
Como 4 tazas de agua hirviente
2 tazas de chícharos de lata

Modo de prepararlo: En una cazuela de hierro o de barro se fríen las cebollas, el pimiento verde y el ajo en la manteca hasta que ablanden pero no se doren. Se agrega el pollo. Se combinan la salsa de tomate, la media taza de agua y los condimentos y se le ponen al pollo. Se le agrega suficiente agua hirviente para cubrirlo y se deja cocinar a fuego lento durante hora y media, agregándole más agua si la necesita durante su cocimiento. Se agregan los chícharos: se le agregan los buñuelos de harina; se tapa; se deja hervir unos 12 minutos más.

BUÑUELOS DE HARINA

Se cierne la harina de Castilla y luego se miden taza y media, se le agregan 3 cucharaditas de polvo de hornear y media cucharadita de sal y se cierne todo junto tres veces. Luego se le pone una taza de leche y se mezcla hasta que los ingredientes secos han humedecido, cuando se le pone una cucharadita de perejil picadito. Se vuelve a mezclar para distribuir bien el perejil. Se le quita la tapa a la cazuela donde se hizo el guiso anterior. Debe haber suficiente caldo en ella para cubrir ligeramente el pollo. Se mete una cucharita en el líquido de la cazuela, luego en la mezcla de buñuelos, y se va echando por cucharaditas sobre el pollo. (Se humedece la cucharita cada vez para que la mezcla no se pegue a ella). Los buñuelos se echan rápidamente, se tapa la cazuela otra vez y se hierve durante 12 minutos. Se sacan los buñuelos después de cocidos, se vacía el pollo en una fuente bonita, se adorna con los buñuelos, ¡y a la mesa!



¿Qué mujer no se sentiría orgullosa de presentar esta linda fuente de pollo? Aunque parece una obra de arte, es muy fácil de hacer.

Los buñuelos de harina sazonados con perejil, orégano o hierbabuena adornan el guisado y le dan un aspecto lindo y apetitoso.

El jamón, planchado o frito, es también magnífico como plato principal, pero necesita que se le acompañe dignamente con algo que le imparta elegancia. Así pues, se pueden freír rodajas de piña fresca o en conserva en mantequilla y azúcar. Para acompañar a ambos, unas batatas (boniatos) asadas, rellenas con mantequilla y queso amarillo. Esta combinación de colores y sabores será un precioso adorno para la mesa.

48

Cuando el plato principal de la comida es fuerte conviene servir un postre ligero como la gelatina, y para darle vistosidad se puede adornar con frutas frescas o en conserva poco antes de que el líquido se endurezca para que éstas no se muevan de donde usted las ha colocado. Como punto final se le pondrá una cereza roja o un pedazo de angélica en el centro y unas hojitas de yerbabuena.

La gallina rellena nunca pierde su lugar favorito en nuestra mesa, pero conviene variar el relleno para romper la monotonía. Por ejemplo, haciéndolo de castañas molidas, de papas majadas, de plátano maduro. ¿Y sabe cómo darle un brillo encantador? Báñela mientras se hornea con jalea de manzana o de guayaba disuelta, y quedará reluciente y con un sabor verdaderamente rico.

Claro que no debe faltar un sabroso bizcocho para servir con el café, y podemos darle un precioso aspecto de fiesta cubriéndolo con un azucarado blanco espolvoreado luego con coco rallado. Todavía quedará más vistoso si se le hacen adornitos con bomboncitos de goma o de dulce en diversos colores o, si no, se pueden utilizar pétalos de rosas formando diseños atractivos con varias hojas verdes.

¿Ha probado usted alguna vez el helado amerengado? Usted lo puede hacer en la casa fácilmente. Ponga un bizcocho de poco espesor sobre un pedazo de cartón un poco más ancho que el bizcocho. Trabajando rápidamente esparza el helado bien duro sobre el bizcocho dejando dos pulgadas sin cubrir a todo el rededor. Cúbralo con merengue que ya esté batido bien duro y métalo en horno bien caliente (400°F) durante 6 u ocho minutos a dorar.

Otro postre muy sabroso es el de plátanos (guineos) fritos en mantequilla y azúcar y luego rociados con buen ron. Para que tengan un gusto quemado se le prende fuego al momento de servirlos. No sólo es una golosina fácil de preparar sino que su presentación puede transformarse en toda una ceremonia para darle mayor atractivo a la comida. ¡Observe la sorpresa y placer que experimentan sus invitados!

Breves...

Para que el pescado no se pegue a la sartén al freírlo, caliente como un dedo de manteca derretida. Con un salero espolvoree una camada pareja de sal dentro de la manteca de modo que cubra todo el fondo de la sartén ligeramente. Fría el pescado como de costumbre, volteándolo una sola vez.

* * *

El tocino ahumado fríe mejor si se guarda durante unas horas en el refrigerador. Deje las tajadas juntas que ya se separarán mientras se fríen. Voltéelas, y escúrralas sobre un papel de estraza.

* * *

Para que los vegetales no pierdan su color, agrégueles unas gotas de limón al agua en que cocine los rojos y los blancos; coloque una hoja de lechuga en el fondo de la cacerola donde cocine los verdes. Los amarillos no necesitan protección alguna.

* * *

Los recipientes de madera para ensaladas no deben lavarse en agua. Lo mejor es mojar un paño en agua caliente jabonosa, exprimirlo y pasarlo por ambos lados del recipiente, secándolo luego con toallitas de papel. La parte de afuera se puede lustrar como cualquier mueble.

* * *

La próxima vez que haga una cubierta de chocolate para ese bizcocho que gusta tanto a la familia, espolvoréelo con cáscara de naranja (china) rallada y quedará encantada.

* * *

Para no tener que estar "pescando" las hierbas de color ni el ajo antes de servir el puchero, haga una bolsita de estopilla donde los puede colocar, amarrándolos con un cordelito; más tarde puede retirarlos del cocido sin molestia alguna.

Para que las papas queden granojosas, espolvoréelas mientras están calientes, húmedas (sin mondar), con un poco de sal; tape la olla con una toalla de cocina seca. La sal les quitará la humedad y las dejará con un sabor delicioso.

* * *

Para picar perejil, cebollitas y otras hierbas de color, moje unas tijeras grandes de cocina en agua fría y corte las hojas en trocitos. Así no se ensucian las manos, ni el picador, ni la mesa.

* * *

Para que los niños no malgasten el azúcar en la mesa se puede poner en uno de esos envases con agujeros que se usan en las reposterías para espolvorear los pasteles, o un salero con agujeros grandecitos.

Impreso en los E.U.A. por Suplementos Asociados, Inc., 420 Lexington Avenue., New York 17, N. Y. "HABLEMOS" está registrado en todos los países.

Tortilla Saint Germain

Bátense las claras y las yemas separadas con sal. Se calienta manteca en dos sartenes, se rehoga en uno cabecitas de espárragos y en el otro espinacas. Se concluye la tortilla poniendo por encima de los espárragos las yemas y sobre las espinacas las claras. Se juntan para servirlas poniendo entremedio una salsita hecha con aceitunas deshuesadas y manteca Maitre d'hotel.

Papas rellenas con salchichas

Ingredientes: 8 papas grandes, 8 salchichas chicas, queso rallado, sal, pimienta, leche, manteca, un poco de harina, caldo y cebolla bien picada.

Cocer las papas sin pelar, y una vez a punto cortarlas por la mitad y hacerles un hueco bastante grande a cada una; con la papa que se ha sacado se prepara una especie de puré al que se le agrega el queso rallado, sal y pimienta a gusto, un poco de leche, una cucharada de manteca y una taza de caldo; se pone a hervir esta mezcla revolviendo un momento y se le agregan, la harina, cernida, y la cebolla bien picada. Con este sabroso puré se taparán las papas después de colocar una salchicha bien picada en el fondo del hueco de cada una, echándoles por encima otro poco de queso o pan rallado. Mantenerlas calientes en el horno.

PARGO ASADO

Lavar bien un pargo y condimentarlo con sal y pimienta, colocarlo en una asaderita, rociarla con limón, ponerle adentro perejil picado y cebolla de verdeo igualmente picada y por encima trocitos de manteca y rallado; colocarlos en una fuente de horno, a temperatura regular.

Aparte cortar dos cebollas en rodajas muy finitas y un ají.

Poner en una sartén un poco de manteca o aceite, calentar bien y cocer dorando apenas en esto una cebolla; agregarle después el ají y espolvorear apenas con harina. Agregarle medio vaso de vino dulce y dejar hervir un momentito, condimentando bien.

Una vez el pargo a punto se sirve cubriéndole con la cebolla y acompañándole con papas hervidas.

Pudín de carne

Ingredientes: 500 gramos de carne de ternera picada, 4 rodajas de jamón cocido o una latita de jamón del diablo, 1 taza de salsa blanca liviana, 5 yemas de huevo, 1 panecito remojado en leche (con corteza), 3 cucharadas de cebolla rallada, 70 gramos de manteca, sal, pimentón, pan rallado.

Poner la manteca en una sartén y dorar la cebolla; agregar la carne, saltarla un poco, retirarla del fuego y agregar el jamón picado o el jamón del diablo, las yemas, la salsa blanca, y el pancito exprimido; se sazona a gusto; mezclar todo bien; poner en una budinera previamente enmantecada y polvoreada con pan rallado, se cuece a baño de maría una hora. Cuando esté cocido se desmolda sobre la fuente. Se sirve acompañado con puré de papas y de zanahorias.

Ponche de vino o sidra

Poner en una ponchera dos vasos de cherry, agregarles unas hojas de menta y dejarlos durante dos horas. Ponerles después cuatro rodajitas finas de limón, dos naranjas peladas y cortadas en rodajas finas; agregar a continuación el jugo de un limón, el de dos naranjas, un litro de vino Jerez, el contenido de dos botellas de sidra y media botella de soda. Se coloca la ponchera sobre hielo y se sirve el ponche bien frío, azucarándolo a gusto.

Pichones exquisitos

Se limpian los pichones, que se parten por la mitad; se espolvorean con sal y se pasan por huevo batido —al que se habrá agregado sal fina, y unas gotas de aceite—, y se colocan en una asadora con un poquito de aceite, dejando que se asen bien.

Se fríe mucho perejil muy fino y se coloca en una fuente redonda; encima, estando el perejil muy caliente, se colocan los medios pichones y se les vierte una salsa tártara.

SANDWICHES SURTIDOS

Se ha utilizado pan negro y pan blanco, colocando los dos colores alternados con el relleno por dentro para luego al cortarlos en cuadritos o tiritas obtener pedacitos a dos colores. Los círculos se cortaron con un cortapastas filoso primero, luego a una de las rodajas se le cortó el centro con un cortador de galleticas, accesorio que fué utilizado también para cortar las estrellas y los corazones.

Rellenos

De carnes: carne de puerco molida con jamón en dulce, pechuga de pavo y jamón endiablado, a la cual se le agregó un poco de leche para suavizar y mezclar bien.

De caviar: se untan dos mitades del pan con mantequilla, luego con mostaza. Para una lata de caviar se salcochan cuatro huevos, se majan las yemas en el mortero, se mezclan al caviar, con un poco de leche, perejil y un poco de queso rallado; todo bien unido se coloca sobre una parte del pan y encima pepinillos en encurtido, en lascas muy finas.

SANDWICH PARISIEN

Se salcochan unos camarones y dos huevos, se pican en la máquina, se cocinan en la sartén con un poco de mantequilla, sal, pimienta y un poco de miga de pan mojado en leche; se une todo bien y se le añade un poco de salsa mayonesa. En otro tazón se maja bien una lata grande o dos chicas de jamón endiablado con un poco de mayonesa. Luego se pica un pan de molde a lo largo en varias tajadas rectangulares. Se distribuye el relleno alternado entre las tajadas y se sostienen juntas con palillos de dientes. Para cubrirlo se majan dos paquetitos de queso crema con un poco de leche y se esparce con una espátula para simular el azucarado de los bizcochos.

MELOPEA DE JALEA DE FRESA

Se unta al pan mantequilla por ambos lados, se coloca una lasca de jamón, otra de pavo y encima la jalea de fresa.

Composición de foie-gras

Se unta el pan por ambos lados con mantequilla y mostaza, y sobre una parte se le pone una camada de foie-gras.

Con estos dos últimos rellenos se pueden hacer "bocaditos abiertos", esto es, que se sirve solamente una rueda del pan cubierta con el relleno, pero lindamente adornada con motitas de pimiento morrón, pedacitos de pepinillos encurtidos o diminutas cebollitas.

FIGURITAS DE FANTASIA

Se unta el pan por ambos lados con mantequilla y luego sobre una parte se coloca una camada de queso gruyére majado con un poco de leche y aceitunas picaditas. Luego con un corta pastas se cortan figuritas de arbolitos, animales o el diseño que se desee. Si no hay cortapasta se pueden cortar las figuritas de cartón y cortar a su alrededor con un cuchillo bien afilado.

BOCADO INDIO

Los sandwiches de pollo y chutney son completamente nuevos. A media libra de pechuga de pollo machacada suavemente en el mortero se le añade una cucharada de chutney y una y media de crema bechamela; se mezcla bien y se extiende sobre el pan por ambos lados. Para lograr el efecto cuadriculado se utilizan ruedas de pan de dos tonos. SALSA BECHAMELA: se ponen al fuego dos cucharadas de harina y una de mantequilla y bien desleída se añade un litro de leche caliente, poco a poco, hasta unirlo todo; se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se deja hervir bastante rato sin parar de revolver; cuando esté bien cocinada la salsa se le agrega el queso rallado.

SANDWICH ORIENTAL

Se tiene preparada una salsa mayonesa, se pica en la máquina carne de puerco cocinada, salchichón de buena clase, un pedazo de mortadella, pechuga de pollo y jamón; todo esto se mezcla bien con la salsa mayonesa. Al pan se le unta mantequilla y mostaza por ambos lados y sobre una parte se coloca una camada del preparado y encima ruedas de tomate, aceitunas o pepinos en encurtido.

NOTA CULINARIA

LA GALLINA, el pavo y el pescado son platos muy sabrosos, si se saben preparar bien. El relleno les da mejor apariencia, mejor sabor a las carnes menos delicadas.

Aquí van algunas sugestiones: mézclense los ingredientes bien, pero con mano ligera. Rellénese perfectamente la carne, pero sin apretarla, porque el relleno crece según se cocina. El relleno se "chupa" parte de los jugos de la carne o ave, así es que aunque le guste blandita, tenga mucho cuidado de no agregarle demasiado líquido antes de asarla o cocinarla.

Para la carne de puerco se puede hacer un sabroso relleno con arroz, manzanas y ciruelas pasas, que queda un poco más blando que el hecho con pan.

Ingredientes para 6 tazas de relleno: media taza de cebolla picada; 1/4 de taza de manteca; 3 tazas de arroz cocido; 2 tazas de manzanas picadas gruesas; 1 3/4 tazas de ciruelas pasas crudas picadas; 1/4 cucharadita de sazón para relleno (se compra en latitas); 2 cucharaditas de sal; 1/4 cucharadita de pimienta.

SANDWICHES Y ENTREMESES

Hechos en la casa admiten una gran variedad

COMO habrán visto por las páginas centrales de este número, el sandwich ya no se hace con dos rodajas de pan y un pedazo de carne, sino que hoy día ha adquirido cierta "personalidad", "estilo" o como quiera llamársele, y lo encontramos hasta en los sitios más meticulosos, en sitio prominente del menú. Claro que son de tamaño pequeño para que sean fáciles de sostener y de comerlos sin ocasionar molestias, y para darles mayor atractivo, se les llama "bocaditos". Si los sandwiches se preparan la víspera deben envolverse en una servilleta húmeda, para que el pan se conserve suave, y se les debe poner un peso encima. Ahora veamos cómo se hacen los diferentes sandwiches que aparecen en dichas páginas centrales.

● La receta de hoy: PUDIN ESCOCES

4 cucharaditas de maizena
1 taza de azúcar moreno
2/3 taza de Leche en Polvo Golden State
1/4 cucharadita de sal
2 tazas de agua
3 yemas de huevo, batidas
3 cucharadas de mantequilla
1/2 cucharadita de vainilla

● Mézclese perfectamente bien la maizena, el azúcar, la leche en polvo y la sal. Bátanse en agua lentamente. Cocínense a fuego directo o en doble recipiente de baño maría, agitando constantemente hasta que quede espesa. Separe pequeña cantidad de la mezcla caliente y mézclese con las yemas de huevo batidas, combínese después con el resto de la mezcla caliente. Póngase al fuego otra vez agitando constantemente y cocínese hasta que quede espesa. Enfríese y agréguele mantequilla y la vainilla. Refrigérese el pudín y sírvase con crema.

1 SANDWICHES SURTIDOS

Para acompañar los sandwiches en las fiestas de niños se puede servir un sabroso refresco de frutas secas, que les conviene mejor que las bebidas gaseosas. La piña, las frutas cítrosas, la horchata de coco, guanábana y ajonjolí son ideales.

3 MELOPEA DE JALEA DE FRESA

En la preparación de estos lindos bocaditos se puede hacer derroche de ingenio, porque hasta con el relleno más sencillo se hacen verdaderas maravillas.
El peligro está en que son tan atractivos y tan deliciosos que "desaparecen" al instante.

5 BOCADO INDIO
La ensalada satisface mucho más si se sirve con varios sandwiches y un vaso de leche o una taza de café. Así se convierte en casi un lujoso banquete.

2 SANDWICH PARISIEN
Para la cena del domingo cuando no se desean platos fuertes, resulta muy agradable uno de estos panes rellenos y cubiertos con queso, y son de lindísima apariencia.

6 **SANDWICH ORIENTAL**

De ser posible, conviene servir un poco de apio, y utilizar el perejil como condimento, porque ambos son ricos en minerales y le imparten un sabor especialísimo a los alimentos. El queso en abundancia también proporciona la proteína necesaria.

4 FIGURITAS DE FANTASIA

Con un bocadito cuyo relleno es ligero se pueden servir frutas frescas y algún queso, como gruyere, o de bola, para darle mayor valor nutritivo al obsequio. Vale la pena emplear unos momentos adicionales para darles formas novedosas.

Muchas veces se pueden preparar los alimentos en formas tan atractivas que hasta las personas que están predispuestas contra ellos se entusiasman y aprenden a comerlos, como se notará arriba.

UNA de las contribuciones más recientes que la ciencia de la alimentación ha hecho a la vida es el uso de los alimentos para el mejoramiento de la salud. El concepto de que todo cuanto se come mantiene la salud del cuerpo, ha sido destruído por las experiencias realizadas desde el descubrimiento de los principios esenciales para la vida que se llaman "vitaminas".

Es ya una convicción generalizada la que establece que para asegurar un equilibrio perfecto en el organismo no bastan los gramos ni las calorías contenidas en potencia en un alimento, sino que es condición principalísima la de saber qué clase y qué cantidad de las diferentes vitaminas contiene. Es decir, que si en la confección de un menú ha de tenerse presente el paladar, no es menos importante el conocer el valor esencial de los alimentos que han de combinarse en su confección.

La falta de esos principios vitales, que deben formar parte del menú equilibrado, originan diversas enfermedades, endémicas en algunas regiones, y que pueden curarse con sólo mediar una transformación en el programa alimenticio.

Es fácil, entonces, comprender la importancia que las vitaminas, acompañadas de los minerales y proteínas, tienen en la organización de nuestra vida, y cómo pueden aliarse la ciencia y la cocina, sin desmedro de la una ni la otra.

Las lechugas, los berros y demás hojas verdes que se emplean para ensaladas, por ejemplo, son ricas en minerales y vitaminas. La lechuga contiene gran cantidad de fósforo y además hierro y las vitaminas A, B, C y G. El requesón contiene proteína, y con lo cara que está la carne, cuando se puede conseguir, es un excelente sustituto en cualquiera de las comidas del día.

De todo esto se desprende la insistencia de los expertos en nutrición en que se incluyan ensaladas en los menús, y como a muchas de nuestras gentes no les gustan mucho, es preciso "enseñarles" a comerlas, para lo cual su presentación debe ser apetitosa, los sabores combinados con esmero, y el servicio impecable. Prueben estas recetas y verán cómo todo el mundo las saborea con gusto.

ENSALADA DE REMOLACHA

Se ponen a marinar en salsa francesa tajadas delgadas, cuadritos o tiritas de remolacha cocida por una hora A tiempo de servirlas se arreglan sobre hojas de lechuga y se bañan con mayonesa, si se desea.

REMOLACHAS RELLENAS

A las remolachas ya cocidas se les hace un huequito en el centro y se ponen a marinar en salsa francesa por una hora. Se sirven sobre lechugas, rellenas con aguacate picado mezclado con mayonesa y con maní tostado. O en lugar de aguacate casquitos de naranja sin ningún hollejo.

PEPINOS EN MOLDES

Se pela el pepino y se parte en tajadas muy delgadas que se ponen por una hora en agua con sal helada. Entonces se escurren bien, se mezclan con mayonesa y crema batida. Moldecitos pequeños y lisos untados de mantequilla se fo-

rran de tajadas muy delgadas de tomates y el centro se llena con los pepinos, la crema y mayonesa bien revueltos. Se ponen en el refrigerador hasta que endurezcan y se sirven sobre hojas de lechuga.

ENSALADA DE TOMATE

Las ensaladas de tomate pueden hacerse simplemente con tajadas de tomate y una salsa francesa o tomates enteros rellenos. Para hacerlos rellenos se toman tomates bien maduros, se pelan si se quiere, y se les hace un hueco en el centro. Por dentro se les pone un poco de azúcar y se dejan un rato en el refrigerador. Se rellenan y se colocan sobre hojas de lechuga. Para el relleno puede usarse cualquiera de los siguientes:

RELLENO DE AGUACATE: aguacate picado con un poco de salsa francesa.

RELLENO DE GUISANTES: simplemente guisantes cocidos con mantequilla y una ramita de perejil.

RELLENO DE CAMARONES: los camarones cocidos se sazonan bien y se les pone alcaparras.

RELLENO DE POLLO: simplemente pollo cocido y picado finamente, con mayonesa.

RELLENO DE SALMON: al salmón se le mezclan mitad mayonesa y mitad crema de leche y se llenan con esto los tomates.

RELLENO CON PUNTAS DE ESPARRAGOS: se rellenan los tomates con las puntas de espárragos y se les pone salsa francesa.

RELLENO DE QUESO: el queso rallado se mezcla con crema batida y se rellenan con esto los tomates, adornando cada uno con una aceituna.

Se notará que en las recetas dadas hay un magnífico equilibrio entre los elementos esenciales, no sólo para proporcionar comidas atractivas a la vista y al paladar, sino para ayudar a conservar el organismo en perfectas condiciones.

CROQUETAS DE MACARRONES.— 1|2 paquete de macarrones LA SIN RIVAL; 2 cucharadas de mantequilla; 4 cucharadas de harina; 1 taza de leche fría; 1 taza de queso rallado; 1|2 cebolla picada por la máquina; sal y pimienta; 3 cucharadas de jamón picadito; 1 cucharada de perejil hecho polvo; 3 huevos; polvo de galleta; 1 libra de manteca SABROSA.

Se salcochan los macarrones echándolos en agua hirviendo con un poquito de sal y 1|2 cucharadita de mantequilla; cuando estén casi blandos se escurren y se pasan por la máquina de picar. Se hace una salsa crema poniendo una sartén al fuego con la mantequilla y cuando esté derretida se le agrega la leche con la harina disuelta en ella, se revuelve seguido hasta que se espese, se agrega el queso a la cebolla y se sazona de sal y pimienta, se mezcla y se deja hervir durante un minuto. Se agregan todos estos ingredientes a los macarrrones picados junto con el jamón y el perejil; bien mezclado se deja enfriar por completo.

Se hace un batido con los huevos, se forman las croquetas, no muy grandes, se pasan por el batido de huevos, luego por polvo de galleta y se fríen en manteca caliente hasta dorarlas. Se sirven adornando la fuente con hojas de lechuga y acompañadas de rodajas de limón.

BACALAO A LA ISLEÑA.— 1 libra de bacalao de clase superior; 3|4 libra de aceite OLIVEITE; 2 dientes de ajo; 1 libra de papas partidas en cuatro; 1 litro de agua hirviendo; sal y pimienta; 1|2 taza de miga de pan; 1 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA".

Se pone el bacalao en remojo durante 4 o 5 horas cambiándole el agua varias veces; se salcocha, se escurre y se le quitan las espinas y pellejos; se pone el aceite al fuego y se deja hervir, en seguida se separa del fuego y se deja refrescar, se vuelve a poner al fuego y se fríen los pedazos de bacalao dejándolos dorar, se sacan y se dejan aparte; en ese mismo aceite se echan los ajos y las papas dejándolas dorar, se echan los pedazos de bacalao; pasados 5 o 6 minutos se sazona de sal, pimienta y pimentón y se agrega la miga de pan mojada en una taza del agua en que se salcochó el bacalao; se deja hervir por unos minutos y se agrega el agua hirviendo y se deja al fuego hasta que esté en una salsa cuajada.

SOUFFLE DE JAMON.— 2 tazas de jamón molido; 4 huevos; 1|2 taza de leche de vaca; 2 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 3 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; sal y pimienta.

Se pone la mantequilla en una sartén al fuego y cuando esté derretida se separa del fuego, en seguida se agrega la harina, se sazona de sal y pimienta mezclándolas bien revolviendo seguido, se pone la sartén al fuego (que no sea muy vivo), se le dan 3 o 4 vueltas a la mezcla hasta que rompa a hervir y se agrega la leche poco a poco sin dejar de revolver hasta que la salsa hierva por un minuto. Se separa del fuego, se agregan las yemas desleídas mezclándolas bien, después el jamón y por último las claras batidas a punto de nieve; se coloca en un molde ligeramente engrasado y se cocina en baño de maría al horno.

PUDIN DE CARAMELO CON PIÑA.— Prepárese 1 paquete de Pudin de Caramelo ROYAL, según las instrucciones del paquete. Cuando se espese la mezcla y dé un hervor quítese del fuego y déjese enfriar. Agréguesele 1|2 taza de piña escurrida y machacada. Hiélese bien. Adórnese con crema batida.

Más Recetas para su Colección

En materia de dulces nuestra cocina tiene maravillas

MEJOR será que aquellas que le tienen miedo al aumento de peso, pasen esta página, porque les garantizamos que querrán probar hasta la última receta que aparece aquí. Para consuelo de ellas les aconsejamos que no se priven del placer de probarlas siquiera una vez, que con ello el daño no será tanto.

ROSQUITAS DE YEMA

Se baten diez yemas con un cuarto de kilo de azúcar, dos cucharadas de manteca, una copita de Jerez y vino blanco, un poco de leche y la harina necesaria para hacer una masa blanda; se une bien amasándola, se forman las roscas y se ponen al horno.

ALFAJORES DE MAICENA

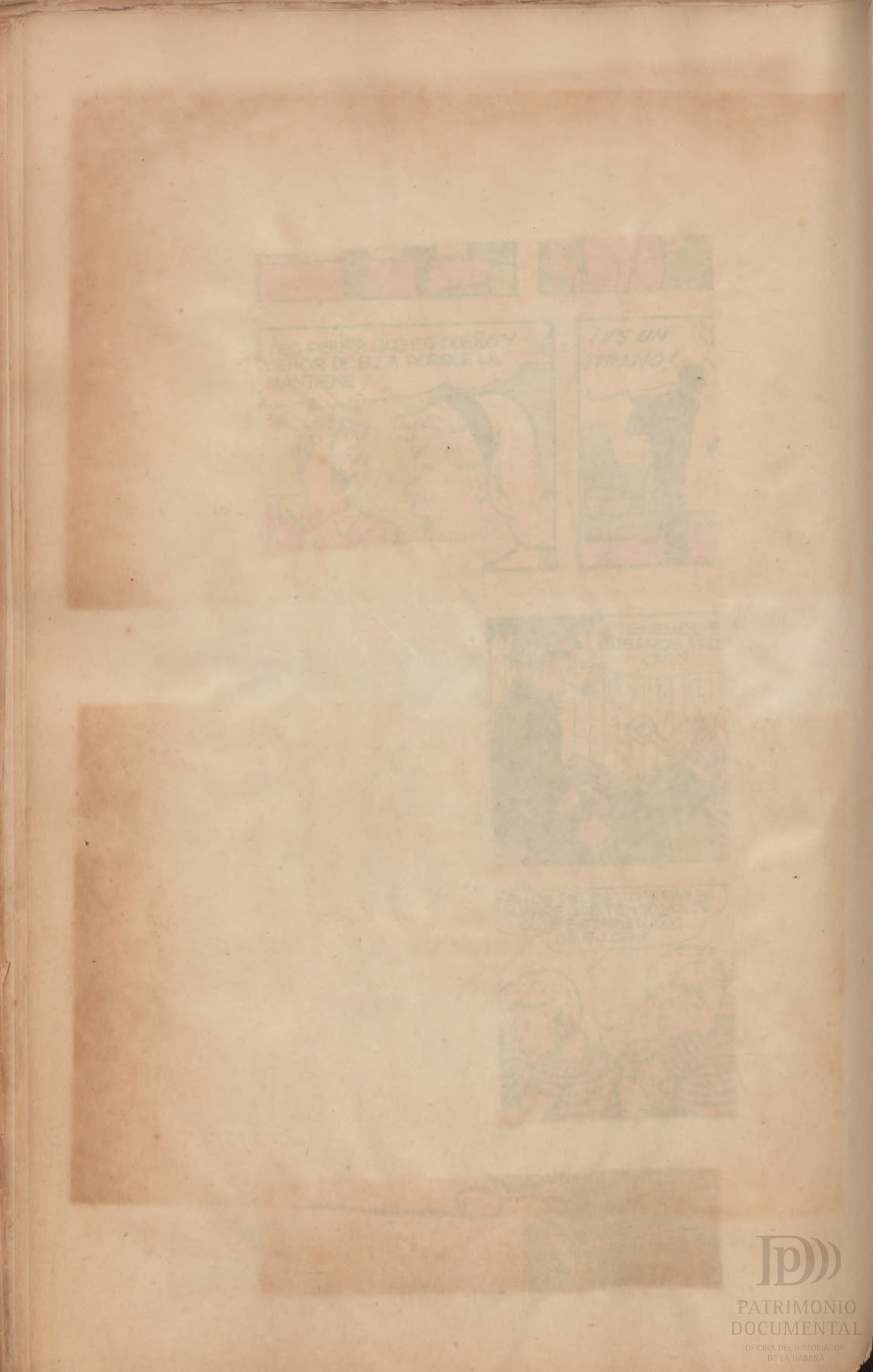
Tómese un paquete de maicena, dos cucharadas de manteca, media libra de azúcar molido, cuatro yemas, dos claras y una copita de Oporto; se amasa bien y se estira con el palote para que no quede muy fina, se corta con una copita o cortapasta y se ponen al horno. Después se unen con dulce de leche.

DATILES CONFITADOS

Se pone a hervir medio vaso de agua con un cuarto de kilo de azúcar y se le da punto alto, procurando que no se pegue a la cacerola, la que se limpiará con un paño para evitar que se azucare; cuando está a punto se retira y se bate hasta que quede como una crema espesa. Se limpian los dátiles, se abren por el medio, se les saca el hueso y se rellenan con un poco de la crema. Para confitarlos se hace un almíbar muy en su punto con medio vaso de agua y un cuarto de kilo de azúcar, se le ponen los dátiles, se revuelven hasta que empiecen a azucararse, se extienden en una tablita y se dejan secar.

Huevos rellenos.

Se salcochan seis huevos, se pelan y parten por la mitad, a lo largo, cuidando que no se rompan. Se les quita la yema y se aplastan con un tenedor junto con la salchicha, el atún o la que se quiera, hasta formar una pasta. Se rellenan los huevos con ésta preparación, se colocan sobre lascas de jamón, se cubren con mayonesa, decorándolos con aceitunas picadas. Quedan también muy sabrosos preparados con jamón del diablo, foie gras o jamón en dulce.



ARROZ CON CAMARONES.— 1 libra de camarones; 1 lata de petit-pois; 1 libra de arroz JON-CHI; 5 cucharadas de aceite; 2 cebollas muy picadas; 1 diente de ajo machacado; 1 latica de pimientos morrones; 1|8 cucharadita de pimienta molida; 1 polvito de nuez moscada "MEDINA"; sal y azafrán; 2 cucharadas de perejil picado.

Lave y salcoche los camarones; déjelos en el agua caliente; haga un sofrito en una freidera con la cebolla, aceite y ajo, deje sofreir por 5 minutos, agregue los camarones pelados; sazone de sal, pimienta y nuez moscada; déjelo sofreir por 5 minutos, agregue el arroz y rehoguelo por un momento, agregue el perejil y échele agua caliente que lo cubra; déjelo hervir hasta que el grano empiece a ablandarse a fuego vivo; póngalo a fuego bajo hasta que se seque; agregue el petit-pois. Al servirlo adórnelo con los pimientos morrones.

POLLO A LA MASCOTA.— 1 pollo grande; sal, pimienta y naranja agria; 1|2 libra de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1|4 libra de jamón; 1|4 libra de tocino; 1 rebanada gruesa de pan de flauta; 1|4 libra de manteca SABROSA; 1 cebolla picada; 2 dientes de ajos; 1 cucharada de perejil picado.

Se parte el pollo en pedazos, se sazona con sal, pimienta y naranja agria, se deja un rato en este adobo, se escurre y se reserva el adobo, se envuelven los pedazos en la harina, se frie el tocino y el jamón en la manteca, se sacan y se frie el pan que también se saca. En esta manteca se frien los pedazos de pollo, una vez dorados se le agrega la cebolla y el ajo; se pican en la máquina el jamón, tocino y pan se agregan los menudos del pollo también picados y el perejil, se agrega todo al pollo añadiendo el adobo y se cocina por algunos minutos más.

PURE DE PAPAS CON QUESO CREMA Y PETIT-POIS.— 2 libras de papas; 1|4 libra de mantequilla; 1 taza de leche; 1 cebolla; 1 queso crema LA HACIENDA; 1 lata de petit-pois; 1|4 cucharadita de pimienta; 2 cucharadas de perejil picado.

Pele las papas y las cebollas y salcóchelas juntas; cuando estén blandas páselas por un colador, agréguele la leche caliente, mantequilla y perejil; unte un molde de anillo en mantequilla, coloque el puré en él y póngalo a horno moderado hasta que empiece a dorarse ligeramente, bata el queso con una cucharada de leche. Vuelque el puré en una fuente redonda; mézclele el petit-pois calentado en baño-maría y escurrido al queso crema; colóquelo en el centro del puré.

ENSALADA DE COL.— 1 col tierna; 1 cebolla; 1 diente de ajo; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; 1|4 cucharadita de mostaza; sal y pimienta; zumo de 1 cebolla cruda.

Se salcocha la col habiéndole quitado las hojas duras, se enfría y exprime hasta dejarla seca (al salcocharla se agrega la cebolla y ajo) se hace en un tazón una salsa con el aceite, vinagre, mostaza y sal y pimienta, se agrega el zumo de cebolla; se pica menuda la col y se mezcla con esta salsa.

DULCE DE COCO.— 1 paquete de Pudín ROYAL de Vainilla; 1|4 de taza de mantequilla; 1|4 de taza de leche; 1|2 taza de coco rallado; 1.3|4 tazas de azúcar en polvo; 1|4 de cucharadita de extracto de Vainilla.

Derrítase la mantequilla; añádase el Pudín Royal y bátase hasta que esté mezclado uniformemente. Añádanse entonces la leche y el coco rallado. Cocínese hasta que hierva y déjese hervir un minuto. Retírese del fuego y añádanse el azúcar y la vainilla. Mézclese hasta que quede liso y entonces viértase en un molde de hornear engrasado con mantequilla. Déjese reposar en un lugar fresco hasta que se enfríe. Sírvase cortado en cuadraditos.

CROQUETAS DE PESCADO.— 1 libra de pargo; 2 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 5 huevos; 3 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1|2 litro de leche; 2 cucharadas de perejil muy picado; 1 cucharadita de zumo de limón verde; 1 cucharadita de cebolla picada muy fino por la máquina; 1|4 de cucharadita de pimienta; sal; pan rallado; 1 libra de aceite OLIVEITE.

Se salcocha el pescado poniéndole al agua un poquito de sal; se desborona bien con un tenedor quitándole las espinas; se derrite la mantequilla en una sartén al fuego agregándole poco a poco y alternativamente la harina de Castilla y la leche más 2 yemas crudas; cuando hierva se echa el pescado, el perejil, la cebolla, el limón y se sazona de sal y pimienta; se cocina bien la masa y se extiende en una fuente llana; cuando esté fría se forman las croquetas; se pone el aceite al fuego, se hace un batido con los huevos restantes, se envuelven las croquetas en pan rallado, luego en el batido de huevo, otra vez en pan rallado y se fríen en el aceite bien caliente.

ARROZ A LA MACEDONIA.— 1 libra de arroz JON-CHI; 12 espárragos; 6 cebollas chicas; 1 zanahoria; 3 ramas de perejil; 1 manojo de espinacas; 1|2 lechuga; 1|2 latica de puré de tomate; 1 vaso de vino blanco; 3 vasos de agua; 1|8 de cucharadita de pimienta; sal; 3 cucharadas de manteca.

Se pone una freidera al fuego con la manteca y se le agrega la zanahoria, espinacas, lechuga, perejil y los espárragos, todo muy picado, se sazona de sal y pimienta y se rehoga hasta que empiece a tomar color, entonces se agrega el puré de tomate, se deja hervir por un minuto, se agrega el vino y el agua; se deja hervir por 15 ó 20 minutos, se agrega el arroz, se tapa, se prueba de sal y se cocina al horno. Debe quedar sin caldo pero no muy seco.

CARNE DE TERNERA EXQUISITA.— 3 libras de boliche; 1 diente de ajo machacado; sal; 1|4 cucharadita de pimienta; 1|2 cucharadita de orégano tostado; 1|2 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1.1|2 vaso de vino blanco; 1|4 de libra de manteca SABROSA; 4 cebollas; 1 cucharón de caldo; 1 latica de petit-pois; 5 ó 6 gotas de limón.

Después de limpia la carne se sazona de sal y pimienta, se le agrega el orégano y pimentón y un vaso de vino blanco; se deja en este adobo hasta el siguiente día en bastante frío y dándole tres o cuatro veces vuelta para que se le impregnen bien los ingredientes. Tres horas antes del almuerzo se pone una cacerola al fuego con la manteca, se agregan las cebollas cortadas en anillos y la carne sin el adobo, se tapa herméticamente, poniéndole un peso encima para que ajuste bien la tapa y se cocina a fuego muy moderado por media hora; pasado este tiempo se le agregan los ingredientes del adobo colados, el caldo y se deja cocinar hirviendo sin que llegue a dorarse ni pegarse; cuando esté tierna la carne se le agrega el 1|2 vaso de vino blanco restante y se deja que dé un hervor, se saca y se coloca la carne en una tartera engrasada con manteca poniéndola en horno bien caliente; cuando esté dorada por todos lados se parte en lascas y se coloca en medio de una fuente rodeándola de un lado con los petit-pois calentados en baño-maría y por el otro lado con un buen puré de papas. La salsa de esta carne es muy exquisita, se cuela y se sirve en una salsera añadiéndole las gotas de limón.

SOUFFLE ROYAL DE FRUTAS.— 1 paquete de Pudín Royal de Vainilla; 1 taza de agua; 1 plátano (guineo) majado; 2 claras de huevos; 2 cucharadas de azúcar; el jugo de 1 limón; el juego de 1 naranja (china).

Combínense el paquete de Pudín Royal de Vainilla y la taza de agua. Cocínese revolviendo constantemente, hasta que se espese y quede liso. Combínense el jugo de limón, el de naranja y el plátano majado y agréguense entonces el pudín caliente. Déjese enfriar. Bátanse a punto de nieve las dos claras de huevos incorporándose a la vez las dos cucharadas de azúcar. Incórporese este merengue a la mezcla anterior y hiélese.

FRITURAS DE PAPAS:— *1 lb. de papas; 1 cda. de mantequilla LA HACIENDA; 1|4 cdta. de pimienta; 2 cds. de harina de Castilla; 2 huevos; 3|4 lb. de manteca SABROSA; Sal.*

Se salcochan las papas, se reducen a puré en caliente, se le añaden los huevos, mantequilla, sal y pimienta, se agrega la harina y se fríen echándolas por cucharadas en manteca caliente.

PESCADO CON VINO BLANCO:— 2 lbs. de ruedas de pargo; 2 zanahorias partidas en ruedas finas; 1 copa de vino blanco; 2 cdas. de mantequilla; 2 cdas. de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 2 cebollas picadas; Sal; 1|4 cdta. de nuez moscada; 1lb. de aceite OLIVEITE; 4 cucharones de caldo; Pan rallado; 4 huevos.

Se derrite la mantequilla en una freidera grande, se agregan las cebollas y zanahorias el caldo y el vino, se deja hervir tapado hasta que las zanahorias estén muy blandas, se agrega la harina y nuez moscada, se sazona de sal y se deja hervir revolviendo hasta formar una crema ligera, se pasa por un colador, se pone al fuego y se cocinan en esta crema las ruedas de pescado, se dejan hervir hasta formar una crema espesa, se echan en una fuente bien extendidas para que se endurezca bien la crema y se deja enfriar por completo. A la hora de comerse se envuelven en polvo de pan, después en un batido de huevo, otra vez en polvo de pan y se fríen en aceite bien caliente.

ARROZ A LA ITALIANA GRATINADO AL QUESO:— 1 lb de arroz JON-CHI; 1|2 taza de manteca; 1 cebolla muy picada; 4 cucharones de caldo; 1 latica de salsa de tomates; 14 lb. de queso rallado; 1|8 cdta. de pimienta; 1|4 cucharadita de nuez moscada "MEDINA"; 2 cucharadas de mantequilla; Sal.

Póngase una cacerola al fuego con la manteca, agruéguese la cebolla y antes de que empiece a dorarse el arroz, rehóguese y agréguesele al caldo caliente. Déjele cocer a fuego vivo, cuando empiece a ablandarse agréguesele el tomate y la mitad del queso, pimienta y nuez moscada, sazónese de sal, déjese hervir hasta que empiece a secarse, colóquese en una fuente de horno, espolvoréese de queso, échesele la mantequilla por encima en pedacitos y gratínese a bonito color dorado.

PUDIN DE CHOCOLATE VAPOR:— Ablándese: 1|4 de taza de manteca o mantequilla. Añándanse poco a poco batiendo bien 3|4 de taza de azúcar, 1 huevo, 1|2 cucharada de extracto de vainilla. 21|2 onzas de chocolate amargo derretido. Ciérnanse juntos; 11|2 tazas de harina, 1|2 taza de maicena, 41|2 cucharaditas de Polvo ROYAL, 1|4 cucharadita de sal. Añándanse los ingredientes secos a la primera mezcla, alternando con una taza de leche. Viértase la masa en un molde grande engrasado o en varios pequeños. Ajústese la tapa bien. Cuézase al vapor por 2 horas. Sírvase con la salsa que prefiera.

SALSA DE ALBARICOQUES:—Déjese en remojo durante una noche en agua fría 11|4 tazas de albaricoques. Escúrranse y pásense por un colador. Añádanse 1|2 taza de agua, 1 taza de azúcar. Cuézase revolviendo constantemente hasta que se espese en forma de crema. Sírvase frío.

TORTILLA DE PAPAS:— *8 huevos; 1 papa grande; 1|8 cucharadita de pimienta; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 1|2 libra de manteca SABROSA; sal.*

Se cortan las papas del tamaño de daditos y se fríen en manteca caliente; se escurren y dejan aparte; se baten las yemas y aparte las claras con el Royal a punto de nieve; se pone una sartén al fuego con 3 cucharadas de manteca y cuando esté caliente se unen los dos batidos, se sazona de sal y pimienta agregando las papas, se mezcla bien y se vierte en la sartén, se deja cocinar por ese lado, se le da la vuelta con una tapa y se cocina por dos o tres minutos más.

FRITURAS DE PESCADO:— 1.1|4 libra de ruedas de pargo; 4 yemas de huevos; 1 cucharada de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 cebolla muy picada; 2 cucharadas de perejil picado; sal y pimienta; 3 claras batidas a punto de nieve 1 libra de aceite OLIVEITE.

Se salcocha el pescado con muy poquita sal, se escurre y se pica por la máquina; se prepara un batido con las yemas de huevos, se agrega poco a poco la harina, se sazona de sal y pimienta y se agrega la cebolla y el perejil; se mezcla bien y se añade el pescado, se revuelve y se agregan las claras, se prueba de sal y se fríen por cucharadas en aceite muy caliente a fuego vivo.

ARROZ A LA ZAMORANA.— 1.1|4 libra de arroz JON-CHI; 1|4 taza de aceite; 1|8 taza de manteca; 2 cebollas grandes picadas; 6 nabos pelados y cortados en rodajas; 1 diente de ajo machacado; 2 ramas de perejil; 1 hoja de laurel; 2 pimientos; 1 pata, oreja, hocico y 1 costilla de puerco; 1|4 libra de jamón; 2 litros de agua; sal.

Póngase una freidera al fuego con el aceite y la manteca, rehóguense las cebollas, nabos, ajos, perejil, laurel y los pimientos cortados en cuatro al largo, se deja tomar un poco de color, removiendo seguido, añádase el puerco cortado en pedazos pequeños y el jamón en tiras; sazónese de sal y pimienta, rehóguese un poco y agréguesele el agua, déjese cocer lentamente hasta que todo esté blando; pruébese de sal y añádase el arroz, déjese cocer a fuego vivo revolviéndolo un par de veces y añadiendo más agua si fuere necesario; cuando el grano empiece a ablandarse termínese de cocinar en el horno fuerte.

NARANJAS RELLENAS CON QUESO CREMA:— 6 naranjas agrias; 6 quesitos crema LA HACIENDA; 4 tazas de azúcar; 4 tazas de agua; 1 raja de canela "MEDINA".

Se pelan las naranjas, se les quita una tapa y se le sacan los hollejos sin romperlas, se ponen en agua durante 3 o 4 horas, cambiándosela a menudo; después se salcochan quitándoles el agua tan pronto empiecen a hervir, se enjuagan por 2 o 3 veces en agua fría y se les vuelve a echar agua poniéndolas al fuego hasta que se ablanden; se separan del fuego y se ponen en agua fría por 2 o 3 horas cambiándosela de nuevo. Se pone al fuego una paila con el azúcar y agua indicada, cuando empiece a hervir se clarifica y se echan las naranjas con la canela dejándolas hervir hasta que el almíbar tenga punto; se sacan las naranjas, se escurren y se reserva el almíbar; cuando estén frías se rellenan con el queso, se ponen en una dulcera no muy honda y echándoles almíbar hasta algo más de la mitad.

FRITURAS DE HUEVO.— *8 huevos salcochados; 2 cucharadas de perejil picado; 2 huevos crudos; 2 cucharadas de harina; sal y pimienta; 1 libra de manteca SABROSA.*

Se parte cada huevo en tres pedazos a la redonda; se hace un batido con los huevos crudos y la harina, se agrega el perejil y se sazona de sal y pimienta, se une todo bien y se echan los huevos partidos en este batido; se pone una sartén al fuego con la manteca, a fuego vivo, y cuando esté bien caliente se frien los pedazos de huevo hasta que estén ligeramente dorados.

ARROZ CON BONITO.— 1 libra de arroz JON-CHI; 1 lata de bonito español en aceite; 1 cebolla grande muy picada; 2 ajíes cortados al largo; 2 dientes de ajo machacados; 3 ramas de perejil; 1 latica de salsa de tomates; 1 latica de petit-pois; 3 cucharadas de aceite sal, pimienta y azafrán; 1 latica de pimientos morrones.

Se pone una freidera al fuego con el aceite, se agregan la cebolla, ajíes, ajos y perejil, se sofrie por dos minutos y se agrega el bonito con su aceite y el tomate, se sofrie por dos o tres minutos más y se agrega el arroz, y el petit-pois, se mezcla blen al sofrito y en seguida se le agrega agua que lo cubra la que debe estar caliente, se sazona de sal y 1 polvito de pimienta, se le da color con azafrán tostado desleído en un poquito de agua y se cocina a fuego vivo, cuando el grano empiece a ablandarse se termina de cocinar a fuego muy bajo. Al servirlo se adorna con los pimientos morrones.

SOUFFLE DE SESOS.— 1 cabeza de sesos; 4 yemas duras; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 3 cucharadas de leche; 3 claras batidas; 3 yemas crudas; sal y pimienta; 1|2 cucharadita de nuez moscada "MEDINA"; 1 latica de salsa de tomate.

Se tienen los sesos en agua fresca un rato y se les quita la telita que los cubre, se salcochan echándolos cuando el agua esté hirviendo y se dejan hervir por diez minutos; se sacan del agua y cuando estén casi fríos se majan en el mortero mezclados con las yemas duras, se le agrega la leche y se sazonan de sal y pimienta a gusto agregándole la nuez moscada; se baten 3 claras con el Royal y se añaden a los sesos al igual que las yemas crudas ligeramente batidas; se une todo bien y se coloca en un molde engrasado con mantequilla cocinándolo al horno. Se sirven con salsa de tomate.

ENSALADA DE COLIFLOR.— 1 coliflor grande y tierna; 1 lechuga escarola; 1|8 de litro de crema de leche; 3 cucharadas de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; 10 o 12 aceitunas; 1 polvito de pimienta blanca; 15 o 20 rabanitos tiernos; sal.

Se salcocha la coliflor en agua con sal; se escurre y se corta en pedazos cuidando de que queden las florecitas enteras, se pone en un plato grande, se le vierte la crema por encima; se mezclan en un tazón el aceite, vinagre, pimienta y sal a gusto y se le vierte por encima a la coliflor. Se adorna con una corona de lechuga alrededor finamente picada y los rabanitos cortados como flor.

PASTEL DE DULCE.—1.1|2 libra de harina para cakes LA SIN RIVAL; 3 huevos; 1|2 libra de manteca; 1|4 libra de azúcar; 2 cucharadas de mantequilla; 1 copita de vino seco; 1 cucharadita de polvo ROYAL.

Todo se amasa en una vasija con las manos uniéndolo bien; se engrasa un molde con mantequilla, se echa la mitad de la masa, después el relleno del dulce que se quiera y se cubre con la otra mitad de la masa. Se cocina a horno moderado.

Y no lo olvide...

...Para evitar que se rompan los huevos que se salcochan basta con echarle un poco de sal al agua en que se van a hervir.

TORTILLA DE PLATANO MADURO.— *8 huevos; 1 plátano bien maduro; 1|8 cucharadita de pimienta; 4 cucharadas de manteca SABROSA; sal; 1 cucharadita de Polvo ROYAL.*

Se cortan los plátanos en pedazos y se frien, se aplastan con un tenedor quitándoles la parte del corazón; se baten las yemas y aparte se baten las claras con el Royal y se unen los dos batidos; se pone una sartén al fuego con la manteca y cuando esté caliente se mezclan los plátanos al batido y se vierte en la sartén; se deja cocinar a fuego lento por cuatro o cinco minutos, se le da la vuelta con una tapa y se cocina del otro lado por dos o tres minutos.

FABADA.— 1|2 libra de judías; 1|2 morcilla; 1|4 libra de tocino; 1 chorizo; 1 hueso de jamón; 1 libra de papas; 2 cucharadas de aceite OLIVEITE; 2 dientes de ajos; 1 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1 polvito de pimienta; sal.

Se dejan las judías en remojo la noche anterior; al día siguiente se ponen al fuego con la morcilla, tocino, chorizo y el hueso de jamón; cuando las judías estén casi blandas se agregan las papas partidas en pedazos chicos; en una sartén se hace un sofrito con el aceite y los ajos machacados, se aparta del fuego y se le añade el pimentón, se agrega el sofrito a las judías, se prueba de sal y se le agrega la pimienta dejándolo hervir hasta que esté en una salsa cuajada..

MACARRONES CON CARNE.— 1 paquete de macarrones LA SIN RIVAL; 1|2 libra de carne de puerco; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 1|2 latica de salsa de tomate; 1 cucharón de caldo; 1 copa de vino blanco; 1|8 de mantequilla; 4 cucharadas de queso rallado; sal y pimienta; 1 cebolla, 2 dientes de ajo y 1 hoja de laurel.

Se salcochan los macarrones echándolos cuando el agua esté hirviendo agregándole un poquito de sal y una cucharadita de mantequilla, cuando estén blandos se separan del fuego y se dejan bien tapados en el agua por dos minutos, en seguida se escurren bien; se pone una sartén al fuego con el aceite, se agrega la cebolla muy picada, los ajos machacados con 1|8 de cucharadita de pimienta, el laurel y la carne de puerco picada por la máquina, cuando la carne esté sofrita se añade el caldo y el vino, se deja hervir por unos minutos y se vierte un poco en una tartera, encima se ponen macarrones, después un poco de mantequilla derretida y se polvorea con queso rallado, se vuelve a poner carne con salsa y se continúa en la misma forma, se polvorean con pan rallado y se cocinan al horno.

CREMA DE FRESA.— 1 lata de fresas; 1 taza de azúcar; 2 yemas de huevo.

Se les quita el almíbar a las fresas y se reserva; se pasan las fresas por un colador para reducirlas a puré; se hace un almíbar con el azúcar y 1 taza de agua, se le agrega el almíbar reservada y se deja hervir, moviéndolo continuamente hasta que tenga espesor de crema; entonces se baja del fuego y se le agregan las yemas batidas, se mezcla bien y se vuelve a poner al fuego revolviendo seguido por uno a dos minutos sin dejar que llegue a hervir. Se sirve acompañado de queso crema LA HACIENDA.

Y no lo olvide...

...Para dar color verde con jugo de espinacas se lavan bien las hojas, se secan, se pasan por un pedazo de alambre o se muelen en un mortero, se colocan en una muselina, y se exprimen, obteniendo así un líquido verde.

Si algunos chocolates no se disuelven bien al baño-maría se les agrega un poquito de agua caliente para disolverlos, menos al cobertura, para que este chocolate se disuelva bien se debe rallar previamente con un cuchillo.

Receta de Cocina

Huevos pochés

En una cacerola se pone agua fría hasta la mitad. Agregar medio vaso de vinegre y un poquito de sal fina. Colocar al fuego y cuando rompa el primer hervor se revuelve; rápidamente se echa en el medio el huevo sin cáscara, teniendo cuidado que la clara cubra la yema. se deja al fuego unos minutos hasta que esté algo consistente la clara, se saca y se pone en un colador, hasta el momento de usarlo.

TORTILLA DE HUEVO CON JAMON:— 1|4 libra de jamón; 10 huevos; 1|8 cucharadita de pimienta; 4 cucharadas de leche; 1 cucharada de mantequilla LA HACIENDA; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; sal.

Bata los huevos co el Royal, añada la leche y bata seguido por 5 minutos más, añada el jamón picado por la máquina y desalado, sazone con la pimienta, pruebe de sal; ponga una sartén al fuego con la matequilla, cuando esté caliente eche el batido, déjelo dorar ligeramente, dóblela a la mitad, voltéela una o dos veces. Sírvala con plátanos maduros fritos.

ARROZ A LO TURQUESTAN.— 1 libra de arroz JON CHI; 2 cebollas muy picadas; 6 hígados de pollo o gallina picados en pedacitos; 1|4 lata de salsa de tomate; 1 hoja de laurel; 1|8 cucharadita de pimienta blanca en polvo; 1|2 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1|4 libra de queso rallado; 2 dientes de ajo machacados; 3 cucharones de caldo; azafrán tostado; sal; 5 cucharadas de manteca.

Se pone una cacerola no muy honda al fuego con la manteca. se añade la cebolla y los hígados, se sofrie un poco removiéndolo seguido, se agrega el tomate, laurel, pimienta y pimentón; cuando esté sofrito se echa el arroz y se rehoga un poco, se agrega el caldo caliente, se le da color con azafrán, se agrega el ajo y cuando el arroz esté casi blando se agrega el queso y se termina de cocinar a fuego bajo muy tapado.

BUÑUELOS DE OSTIONES.— 25 ostiones; 4 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 2 huevos; 1 taza de leche; sal y pimienta; 1|2 libra de manteca SABROSA; 1 cucharada de mantequilla;

Se sacan los ostiones de la concha, teniendo cuidado de no tirar el agua. Se pone en un recipiente donde se pueda batir la harina, se les añade la leche y el liquido de los ostiones, la mantequilla y los huevos; se sazona con sal y pimienta y se bate por media hora; pasado ese tiempo se le añaden los ostiones, se toman por cucharadas cuidando que lleve ostiones y se frien en manteca bien caliente. Se sirve con limón.

ENSALADA DE CHAYOTES.— 3 chayotes; 1 tacita de aceite OLIVEITE; 3 cucharadas de vinagre; sal y mostaza.

Se salcochan enteros los chayotes, cuando estén fríos se cortan en lascas y se les quita la cáscara y el corazón; se les vierte por encima una salsa mezclada con el aceite y vinagre, la mostaza y la sal. Debe servirse bien fría.

ENCANTO DE FRUTAS.— 1 paquete de Gelatina ROYAL, sabor de Frambuesa; 1 taza de agua hirviendo; 1 taza de agua fría; unos granos de sal; 1 taza de frutas frescas variadas y majadas; 1 taza de crema batida endulzada al gusto.

Disuélvase la Gelatina Royal en el agua hirviendo, añádanse el agua fría y la sal. Enfríese hasta que la mezcla empiece a espesarse. Agréguesele la taza de frutas frescas. Enfríese hasta que esté firme la mezcla. Entonces viértase en vasos de refresco alternando una cucharada de gelatina con otra de crema batida, terminando con una cucharada de crema batida.

PONCHES Y BEBIDAS

para fiestas y reuniones

Se Preparan en poncheras y se sirven en copas de champagne

Por MARIA MERCELIS

PONCHE DE CHAMPAGNE

(Proporción para cincuenta personas)

Un litro de Curacao tinto, otro de coñac viejo, otro de vino de Tokay, medio de Chartreuse verde, medio de jarabe de piña, ocho naranjas cortadas, dos limones en rodajas y cuatro botellas de agua Apolinaris; se deja dos horas y se le incorpora una piña en rodajas, medio kilo de frutillas y cinco botellas de Champagne; se le pone mucho hielo y azúcar al paladar.

PONCHE A LA RUSA

(para cincuenta personas)

Cinco botellas de buen Burdeos tinto, un litro de Jerez, otro de coñac, medio de jarabe de frambuesas, un poco de Curacao rojo, dos limones en rodajas, cuatro ramas de menta verde, ocho naranjas (chinas) a pedazos, cuatro sifones, seis botellas de soda y medio kilo de azúcar; se mezcla bien todo y se deja a que fermente una hora, se le pone mucho hielo picado y se sirve.

PONCHE MADRILEÑO

(para veinticinco personas)

En una gran ponchera se pone un kilo de hielo en pedazos, se le añade un litro de almíbar con vainilla, un cuarto de litro de Curacao tinto, otro de coñac, dos botellas de Burdeos, un cuarto de kilo de frutillas, una granada grande desgranada, cuatro plátanos (guineos) cortados, cuatro naranjas (chinas) también cortadas y el zumo de dos limones. Se mezcla todo bien, se deja en reposo una hora y por último se le añaden dos botellas de soda.

PONCHE NECTAR

(para veinticinco personas)

Se corta un limón en rodajas y se pone en una ponchera con ocho cucharadas de azúcar, el jugo de dos limones, un cuarto de litro de marrasquino, cuatro botellas de soda, tres de Champagne y una de Jerez; se revuelve bien, se le pone mucho hielo y frutas del tiempo cortadas a pedacitos.

PONCHE CRIMEA

(para veinte personas)

Medio litro de horchata, un cuarto de litro de coñac, otro de marrasquino, dos botellas de Champagne, tres sifones de soda, media botella de Sauternes, un cuarto de kilo de azúcar, dos limones cortados, cuatro naranjas (chinas) en pedazos y doce rodajas de piña; se le añade mucho hielo y se sirve.

COCKTAIL AMERICANO

Medio vaso de coñac o Kirsch, una cucharada de azúcar en polvo, seis gotas de bitter, canela en polvo, nuez moscada y un huevo; se pone en la cotelera, se bate veinte minutos y se sirve en copas.

COCKTAIL DE VERMOUTH

Una copa de Vermouth, otra de agua, una cucharada de azúcar, unas gotas de bitter, dos yemas y una clara; se pone en la cotelera y se bate veinte minutos.

MAZAGRAN

(para 1 persona)

Se pone en una copa café, hasta la mitad, una cucharada de coñac o ron, una rodaja de limón, azúcar al paladar y hielo picado; se le pone agua al gusto.

HORCHATA LIMONADA

Media cucharada de azúcar molido, una copita de jugo de limón y una y media de horchata, se llena con agua filtrada, se revuelve, se le pone hielo y alguna fruta fresca; se sirve con pajas.

LIMONADA CON VINO DEL RHIN

Se pone en un vaso grande una cucharada de azúcar, el jugo de medio limón y hielo picado; se llena con vino del Rhin y se le pone alguna fruta fresca. Se sirve con pajas. Se hace igual con Jerez.

PONCHE CALIENTE

En una cacerola esmaltada se ponen una botella de vino de Borgoña, un limón cortado en rodajas, una copa de vino de Marsala, un cuarto de kilo de azúcar, canela en rama, un clavo y nuez moscada rallada, se calienta mucho, sin dejarlo hervir, se sirve en copas de Burdeos. Es bueno para los días fríos.

Entre las bebidas refrescantes y que se prestan para preparar agradables variaciones se encuentra el té, especialmente cuando se trata de personas que no quieren correr el riesgo de aumentar peso. Se puede sazonar con jarabe, melao o miel de abejas en vez de azúcar.

Más Recetas Para su Colección

Para complacer a una amable lectora que se olvidó de darnos su nombre para escribirle directamente, damos a continuación varias recetas para hacer encurtidos de diferentes clases que resultan magníficos para acompañar a las carnes y a las ensaladas.

Vinagre de Moras

8 tazas de moras
4 libras de panela
Agua hervida y filtrada
60 tazas de agua

Se muele la panela y se mezcla con el agua y las moras molidas. Se cuela y se vacía en un botellón grande de cristal o de loza que no quede muy lleno. La boca del botellón se tapa con un trapo y se amarra bien. Se deja quieto por 2 ó 3 meses, que debe estar listo el vinagre. Si se quiere, se le pueden poner uvas frescas o tajadas de piña antes de ponerlo en el botellón.

Encurtido Casero

Se cocinan por separado habichuelas, zanahorias, coles de Bruselas, colifor, pepinitos, cohombros pequeños, cebollas pequeñitas y un poco de ají dulce. Se hierve agua con sal, yerbabuena, orégano, una hoja de laurel, granos de pimienta y clavos. Se vacía el agua hirviente sobre las legumbres y se dejan reposando por 24 horas más o menos. Al día siguiente se bota el agua, se escurren las legumbres y se cocinan por 5 minutos en el vinagre hirviente.

Pepinos verdes pequeños (pickles)

Los pepinitos se limpian muy bien y se ponen en una vasija de loza (no debe usarse de metal). Se cubren con agua salada hirviente en proporción de una taza de sal para cada 8 litros de agua y se deja esto por 3 días. Se sacan los pepinos, se pone a hervir la misma agua con sal y se vuelve a vaciar sobre ellos. Se deja por 3 días y otra vez se vuelve a repetir la operación. A los 3 días se bota el agua salada y se cubren los pepinos con agua hirviente con alumbre en proporción de 20 tazas de agua por una cucharada de alumbre. En esto se dejan los pepinos por 6 horas, entonces se les bota el agua y ya se cocinan en la siguiente preparación cuando esté hirviendo:

10 tazas de vinagre.
2 ajíes rojos
1 astilla de canela
1 cucharada de clavos

Se dejan los pepinos a fuego lento hasta que estén tiernos. Si se quiere que queden más dulces, al hervir el vinagre se le agregan 2 tazas de azúcar.

Al usar tajadas de carne en la confección de sandwiches es mejor poner varias finas que una gruesa. Así sabrá mejor y se manipulará con más facilidad.

* * *

Si se le corta la natilla, coloque la vasija en otra con agua fría y bátala bien con un batidor de globo. Verá cómo suaviza perfectamente.

* * *

Al abrir una lata de puntas de espárragos asegúrese que la abre por la parte abajo para que las puntas queden en el fondo y no se rompan. Al sacar los espárragos se pueden agarrar por la parte más gruesa y salen muy bien y enteritos.

* * *

Para hacer un azucarado sencillo para galletitas, se mezclan tres cucharadas de leche caliente con dos tazas de azúcar impalpable. Luego se perfuma con media cucharadita de vainilla.

* * *

Cuando haga un albondigón añádale una o dos papas crudas rayadas con todo y cáscara en vez de las acostumbradas migas de pan. Sabe delicioso.

TORTILLA DE HUEVO SOUFFLE.— 8 huevos; 1 cucharada de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 1 limón verde; 3 cucharadas de azúcar; 1 taza de salsa bechamel; sal.

Se baten las yemas y se le añade el azúcar y la harina poco a poco, se le agrega el zumo de 1|2 limón y se sazona de sal, se baten las claras a punto de nieve con el Royal, se unen los dos batidos y se vierten en un molde engrasado y se cocina en el horno hasta que se vea dorada a 375 grados F. durante 15 o 20 minutos. Se sirve con salsa bechamel.

ARROZ AMARILLO CON CARNE DE PUERCO.—1 libra de arroz JON-CHI; 1 libra de masa de puerco; 4 cucharadas de manteca SABROSA; 2 cebollas; 2 dientes de ajo; 2 ramas de perejil; 2 ajíes grandes; 1 hoja de laurel; 1|2 lata de salsa de tomates; 3 granos de pimienta; 1 naranja agria; 1.1|2 litro de agua; azafrán y sal.

Se corta en trozos la carne de puerco y después de bien lavada se escurre, se sazona de sal y zumo de naranja y se deja por dos horas más o menos en este adobo. Pasado este tiempo se pone al fuego una freidera con la manteca y la carne con su adobo, se saltea hasta que empiece a dorarse, se añaden los ajos machacados, la cebolla picada muy menuda, la pimienta, y el laurel, se deja sofreir por diez minutos, se agregan los ajíes partidos al largo, la salsa de tomates y el perejil, se deja sofreir por cinco minutos más, se agrega el agua que debe estar caliente y se deja hervir a fuego vivo, bien tapado hasta que la carne esté blanda, en seguida se agrega el arroz y se deja hervir hasta que el grano empiece a ablandarse dándole color con azafrán tostado desleído en un poquito de agua y probándolo de sal. Cuando el grano esté casi blando se termina de cocinar a fuego muy lento.

CARACOLES EN SALSA ROJA.— 2 paquetes de caracoles LA SIN RIVAL; 1|2 libra de jamón; 1|8 de mantequilla; 1 ají grande picado menudo; 2 cebollas picadas menudo; 2 dientes de ajo; 1 lata de salsa de tomates; 1|8 de cucharadita de pimienta; sal; 2 cucharadas de queso rallado; 1 cucharón de caldo.

Se salcochan los caracoles echándolos en el agua cuando ésta empiece a hervir y agregándole una cucharadita de mantequilla y sal; cuando estén blandos se ponen a escurrir; se pone una cacerola al fuego con la mantequilla agregándole la cebolla y el ají y los ajos machacados, se deja sofreir por un minuto, se agrega la salsa de tomates, en seguida se agrega el jamón picado por la máquina, se sazona de sal y pimienta y se agregan los caracoles revolviéndolos bien en la salsa, se le echa el caldo caliente y se dejan hervir hasta que queden en una salsa cuajada. En el momento de servirlos se les mezcla el queso.

ENSALADA DE TOMATES Y QUESO CREMA.— 6 tomates; 1 queso crema LA HACIENDA; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; sal; 1|2 tacita de leche; hojas de lechuga.

Procúrese que los tomates sean de piel fina y así no será necesario quitarles la misma; pónganse en el refrigerador durante un rato; después córtense en cuatro sin llegar al final; sáquensele las semillas con cuidado; bátase el queso crema con la leche, sólo para unirlos y rellénese el centro de los tomates con esta mezcla. Cúbranse con hojas de lechuga platicos individuales, colóquense en estos platicos los tomates. Mézclense el aceite, el vinagre y sal a gusto en un tazón y viértasele por encima a los tomates. Pónganse en el refrigerador hasta el momento de servirse.

PUDIN DE MAIZ.— 1 taza de maíz rallado que no esté muy tierno; 1 taza de igual tamaño de agua; 1.1|2 taza de leche; 5 huevos; azúcar al gusto; 1 cucharada de mantequilla; 1 raja de canela; 15 ó 20 pasas sin semillas; 10 ó 12 almendras dulces "MEDINA".

Se mezclan el maíz y el agua y se ponen en una pailita a cocinar a fuego lento y revolviendo seguido hasta que se espese, se baja del fuego y se dja enfriar, se deslien las yemas y se mezclan a la leche, se agregan las claras batidas, azúcar al gusto, la mantequilla derretida, la canela y pasas y las almendras peladas; se mezcla todo bien y se vierte en un molde engrasado con mantequilla; se cocina en baño maría al horno hasta que esté bien duro.

CANAPES

Bien fríos o calientes siempre han de ser pequeños y delicados

Por MARIA MERCELIS

LOS CANAPES consisten en tajadas de pan pequeñas, tostadas o sin tostar, galletas o una base sólida de cualquier pasta, como de hojaldre, que son cubiertas de mantequilla, crema de carne o queso y adornadas al gusto con tiritas, redondeles o diferentes figuras, de legumbres, carnes, huevos, pescado, aceitunas, encurtidos, crema batida, mayonesa, etc., Se prestan para variadas combinaciones de colores y gustos, y muestran la originalidad y el buen gusto de la señora de la casa. Pueden servirse como hors d'oeuvre, como aperitivo antes de la sopa, para acompañar cocktails y toda clase de bebidas, y son de gran efecto en los buffets. En bridges y cenas sirven de acompañamiento para las gelatinas y ensaladas de frutas.

Los canapés deben ser siempre pequeños, del tamaño de uno o cuando más dos bocados. Pueden adornarse con la jeringa con crema batida, mantequilla batida, o mayonesa.

CANAPES DE ANCHOAS—En tostaditas pequeñas se pone una anchoa con un poco de jugo de limón Se adorna con la clara y la yema dura picada.

CANAPES DE CAVIAR—Sobre tostaditas o galletitas se pone en caviar solo, con jugo de limón o mezclado con un poco de crema.

CANAPES DE HIGADO DE GANSO—Se mezcla el hígado con crema batida, se extiende sobre galletitas de queso

CANAPES DE PAVO—Sobre una tajada de pan untada de mantequilla se coloca una tajada de carne blanca y otra de carne oscura

CANAPES DE JAMON—Se coloca sobre una tajada de pan, jamón, tomate y encima una tajada de queso. Se asa y se sirve caliente

CANAPES DE MANTEQUILLA DE MANI—Se usan tajaditas de pan negro de mantequilla y luego de mantequilla de maní.

BOCADO PARA COCTELES

Espirales

Se hace una masa con medio kilo de harina, una cucharada de azúcar molido, sal, un pocillo de leche, dos cucharadas colmadas de manteca y dos yemas: se amasa hasta que esté lisa y bien unida, se estira con el palote que quede fina y se corta en tiritas de un centímetro, se enrolla cada tirita sobre tubitos de lata o palitos y se fríen en abundante aceite caliente; hay que sacarlos enseguida del cañito para que no se rompan, se rellenan con mayonesa de pollo o huinita o lo que se quiera.

Foto Burbee

Cuando se hacen los bocaditos fritos se debe usar un aceite o grasa vegetal de buena clase, escurriéndolos luego sobre papel de estrasa.

Bocaditos

Con dos tazas de harina, una yema, dos cucharadas de manteca, sal, pimienta y una lata de paté de foie, se hace una masa, añadiéndole agua si fuera necesario; estando bien unida se estira dejándola de medio centímetro, se corta con molde redondo y se fríe en aceite bien caliente.

Salchichitas con Masa

Se hace una masa mezclando dos tazas de harina, dos cucharadas de manteca, media cucharadita de sal fina, seis cucharadas de leche y un huevo; se amasa apenas hasta unirla y se deja descansar 15 minutos; se estira la masa fina y se corta en trozos de la medida de la salchicha, se envuelve de manera que la cubra y se van colocando sobre chapas enharinadas con la unión de la masa para abajo, se pintan con huevo batido y se cocinan en horno fuerte. Se sirven calientes.

Cestitas Venecianas

Se hace una masa con medio kilo de harina, 80 gramos de manteca, una cucharada de polvo de hornear, un huevo y agua con sal; se amasa un poco que no quede ni muy dura ni muy blanda; se estira y se cortan unos medallones con los que se forran unos moldes de quimbos previamente enmantecados y enharinados, se rellenan

con frijoles, se pinchan en el fondo y se cocinan en horno caliente. Se rellenan al gusto con comidas saladas o dulces.

Barquitos Rellenos

Se baten bien tres yemas, se le agrega poco a poco harina cernida para formar una masa blanca, se le pone una cucharada de grasa fina, sal y agua si es necesario, se amasa un poco y se estira fina; se corta con molde redondo, se hacen cuatro picos, en cada redondel, pegándolos con agua y se fríen en grasa bien caliente; se rellenan con pastas saladas o con una crema que se hace poniendo en un pocillo dos cucharadas de maicena, se deslíe con leche fría, se le agregan tres yemas. Aparte se hace hervir una taza y media de leche con media taza de azúcar y vainilla; cuando está hirviendo se le mezcla la maicena y se revuelve hasta que se espesa.

Bombitas de Anchoas

Se pone a hervir una taza de agua con cincuenta gramos de manteca, se le agrega una taza de harina poco a poco, se revuelve con cuchara de madera hasta que espese, se retira y se le echan de uno a cuatro huevos, moviendo la pasta con la cuchara para que se una y quede bien lisa: se coloca la preparación en una manga con boquilla lisa y sobre placas de horno se forman las bombitas que se cocinan a horno caliente; cuando se enfrían se rellenan con una pasta que se hace picando anchoas bien limpias, a las que se agrega manteca y mostaza. Este relleno se pone en manga con boquilla finita y para hacer penetrar el relleno se rompe un poquito la bomba con el pico. El relleno se puede variar y también se puede rellenar con crema pastelera.

Croquetas de Jamón

Se derriten dos cucharadas de manteca, se le agregan dos cucharadas de harina, se cocina un poco y se le ponen cuatro litros de leche; cuando empieza a espesar se le pone jamón picado fino, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, queso rallado y dos yemas; estando bien espeso se extiende en una fuente, se deja enfriar, se forman las croquetas chiquitas y alargadas, se pasan por pan rallado y huevo y se fríen bien doraditas. Pueden servirse frías o calientes.

Canapés Valentina

Se cuecen papas grandes en agua con sal; estando frías se cortan en rebanadas cuidando salgan enteras; se cuecen aparte remolachas y se cortan en rebanadas del tamaño de la papa; se tienen también huevos cocidos duros. Para armarlos se untan las rebanadas de papa con jamón del diablo, encima se le pone la remolacha y por último una rebanada de huevo duro; se cubren con mayonesa, se adornan con alcaparras y se acomodan en una fuente sobre una buena ensalada de lechuga.

TORTILLA CON PETIT-POIS

8 huevos; 1|2 lata de petit-pois; 3 cucharadas de manteca SABROSA; 1 cucharadita de sal y pimienta; 1 cucharadita de Polvo ROYAL.

Se baten las yemas ligeramente, las claras se baten con el Royal mezclándolas a las yemas; se sazona de sal y pimienta; se pone una sartén al fuego con la manteca y cuando esté caliente se agrega el petit-pois al batido y se vierte en la sartén cocinándola por ese lado y doblándola después en dos, se deja cocinar por dos o tres minutos más. Se sirve con plátanos maduros fritos.

CORDERO CON ARROZ

1.1|2 libra de cordero deshuesado; 1 libra de arroz JON-CHI; 3 cucharadas de manteca; 2 cucharadas de aceite; 1 cebolla grande; 1|2 vaso de vino blanco; 1 diente de ajo; 2 ramas de perejil; 1 clavo de especia; sal y pimienta; 1 latica de petit-pois; caldo.

Píquese muy fina la cebolla y fríase en la manteca y aceite mezclados; a medio dorar agréguesele el ajo machacado y el cordero cortado en trozos. Rehóguese bien y añádase el arroz; fríase éste hasta que moviéndolo con una cuchara haga ruido; entonces agréguese el vino y caldo que lo cubra; sazónese de sal y pimienta a gusto y agréguese el perejil, el clavo de especia y el petit-pois, hágase cocer destapado y a horno moderado durante una hora. Sírvase.

PAPAS A LA CREMA

2 libras de papas; 1.1|2 taza de leche; 2 cucharadas de mantequilla; 1.1|2 cucharada de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 2 cucharadas de perejil picado; 1|4 cucharadita de nuez moscada rallada "MEDINA"; sal y pimienta.

Se salcochan las papas y se dejan en el agua para que se conserven calientes; se pone ua cacerola al fuego con la leche y cuando esté tibia se agrega la mantequilla y la nuez moscada, sazonándola a gusto de sal y pimienta; cuando hierva la leche se le agrega la harina poco a poco, cirniéndola por un colador para que no forme pelotas; se añaden las papas cortadas en rebanadas y el perejil y se deja hervir a fuego moderado de manera que queden en una salsa cremosa.

ENSALADA DE LEGUMBRES

1.1|2 libra de papas; 2 remolachas; 2 zanahorias; 4 huevos; 15 0 20 rábanos tiernos; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; 1|4 cucharadita de mostaza; 1 polvito de pimienta; sal.

Se salcochan las papas, zanahorias y huevos echándole un poquito de sal al agua y se salcochan también por separado las remolachas, cuando todo esté blando se pelan los huevos, las papas también se pelan y cortan en cuadraditos, se le quita la piel a las zanahorias y remolachas y se cortan en rebanadas finas; se adorna la ensaladera con hojas de lechuga, se colocan alternando las papas, remolachas y zanahorias; se cortan en rebanadas 3 de los huevos y con ellas y los rábanos cortados en forma de flor se adorna de manera artística; se mezclan el aceite y el vinagre con la mostaza, pimienta y sal, se le agrega pasada por un colador la yema dura restante, se une todo bien y se le vierte por encima.

DULCE DE NARANJA

6 naranjas agrias de cáscara amarilla bien gruesa; 2 tazas de agua para el almíbar; 1.1|2 taza de azúcar; 1 rajita de canela.

Se pelan las naranjas partiéndolas en cuatro, se les quitan los hollejos y pulpa usando sólo la corteza blanca, se echan en agua y se tienen en ella durante cuatro o cinco horas cambiándole el agua a menudo; pasado este tiempo se salcochan botándoles el agua cuando empiecen a hervir, en seguida se les agrega agua de nuevo y se ponen al fuego hasta que estén blandas, se sacan y se echan en agua fría mudándole el agua por dos o tres veces durante una hora, pasado este tiempo se sacan y se ponen a escurrir; se pone una paila al fuego con el agua y el azúcar y cuando hierva se clarifica, se agrega la canela y las naranjas enjugándolas antes en un paño, se dejan hervir hasta que el almíbar esté de medio punto se bajan del fuego y se dejan hasta el día siguiente en que se les da punto. Se sirve con queso crema LA HACIENDA.

TORTICAS DE BACALAO.— 1 libra de bacalao; 3|4 libra de papas; 2 taza de aceite; 1 cucharada de mantequilla LA HACIENDA; 1|8 cucharadita de pimienta; 2 huevos; 1 ají, 1 cebolla; sal; 4 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL.

Después de bien lavado el bacalao se pone en remojo durante siete u ocho horas; pasado este tiempo se le cambia el agua y se pone a cocinar agregándole las papas peladas y cuando éstas estén blandas se bajan del fuego dejándolas en el agua caliente y sacando el bacalao para ripiarlo bien con un tenedor, se le quitan las espinas y se le agregan las papas pasadas por un colador, se agrega la mantequilla y la cebolla y ají picados por la máquina, se agregan los huevos ligeramente batidos, se sazona de sal y pimienta dándole la forma de torticas; se envuelven en la harina cernida y se fríen en el aceite bien caliente. Se sirven con salsa blanca o con salsa de tomates.

AJIES RELLENOS CON ARROZ.—6 pimientos; 1|2 taza de arroz JON-CHI; 3 iascas de jamón; 6 cucharadas de queso rallado; 1 yema de huevo, 1 clara de huevo, 1 cucharada de pan remojado en leche; sal y pimienta; 6 cucharadas de salsa blanca; 3 tomates; 1 diente de ajo; 6 rebanadas de pan; 2 tazas de aceite.

Se lavan bien los ajíes y se le quitan las semillas, escurriéndolos bien. El arroz se cocina con agua suficiente echándole un poquito de sal; cuando esté blando se le quita el agua por completo y se deja por dos minutos a fuego bajo, se echa en un tazón, se le agregan dos cucharadas de queso, el jamón que de antemano se debe haber cocinado y picado menudo, la yema, sal y pimienta a gusto, el pan remojado y por último la clara batida a punto de nieve; se mezcla todo bien, se rellenan los ajíes y se ponen en una tartera redonda, poniendo la parte del relleno hacia arriba, se echa en la tartera una taza de aceite, se espolvorean los ajís con el queso restante y se cocinan al horno por 30 minutos más o menos. Aparte en una sartén se echa el resto del aceite y el diente de ajo que se deja freir bien y después se saca, se echan los tomates sin semillas muy picados y se dejan sofrir bien, se sacan y en ese aceite se frie el an. Al servirlos se ponen los ajíes en una fuente, se le vierte la salsa por encima y alrededor se ponen las rebanadas de pan frito. Salsa para los ajíes: Se pone al fuego una cacerolita con una taza grande de leche con nata, se le agregan dos cucharadas de mantequilla y poco a poco una cucharada de harina de Castilla, se revuelve seguido hasta que se cuaje un poco.

POLLO A LA JARDINERA.—1 pollo de 3 libras; 3 cucharadas de aceite OLIVEITE; 3 cucharadas de manteca SABROSA; 2 zanahorias 2 cebollas, 1 cucharada de harina de Castilla; 2 cucharones de vino blanco; 1|4 cucharadita de pimienta; 1 polvito de nuez moscada "MEDINA"; sal.

Se mata el pollo el dia anterior y se deja bien tapado al frio; cuando se vaya a cocinar se parte en pedazos y se sazona de sal dejándolo aparte. Se pone al fuego una freidera con el aceite y la manteca mezclados, se agrega el pollo y se deja sofreir dándole vueltas hasta que se dore por parejo, se le agregan las zanahorias y las cebollas cortadas en rebanadas finas. Aparte se hace una salsa poniendo una cacerolita al fuego con la cucharada de harina cernida, se le agrega poco a poco el caldo y el vino, cuando empiece a hervir se vierte sobre el pollo, se le agregan la pimienta y nuez moscada, se prueba de sal y se tapa bien dejándolo al fuego hasta que las zanahorias y el pollo estén blandos.

PUDIN ROYAL DE MANI.—Prepárese 1 paquete de Pudín de Vainilla ROYAL, según las instrucciones del paquete. Cuando se espese y dé un hervor, quítese del fuego y déjese enfriar. Agréguensele 3|4 de taza de mani bien picado, 1|2 taza de crema batida endulzada, 1|4 cucharadita de extracto de vainilla. Acomódese en vasos sorbeteros y hiélese. Adórnese con crema batida sazonada con ron.

FRITURAS DE CALABAZA

1 libra de calabaza; 1 copa de leche; 2 huevos; 3 cucharadas de maicena; 3 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 cucharada de mantequilla; azúcar al gusto; 1|4 cucharadita de canela molida; 3|4 libra de manteca SABROSA.

Se salcocha la calabaza con un polvito de sal, se maja y se le une la mantequilla, el azúcar, los huevos con sus claras, la leche y por último la maicena y la harina. Se mezcla todo y se echa por cucharadas a freir en manteca abundante y caliente.

PESCADO ASADO A LA CUBANA

1 pargo de 3 libras; 2 limones verdes; 2 cebollas; 3 dientes de ajos machacados; 1|4 cucharadita de pimienta molida; 2 hojas de laurel; 1 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 2 cucharadas de vinagre; 1 taza de aceite OLIVEITE; sal; 1 cucharadita de orégano tostado.

Después de bien limpio el pescado se le echa el zumo de limón y se sazona de sal y pimienta, se le agrega el orégano y el pimentón, se deja un rato en este adobo, después se le agrega el vinagre y el aceite mezclados con los ajos, se baña bien el pescado con este mojo y se pone a asar a la parrilla a fuego muy lento dándole vueltas y untándole de la misma salsa del adobo; una vez asado el pescado se coloca en la fuente, se echa el adobo en un sartén, se le agregan las cebollas cortadas en anillos, se deja hervir el mojo y se le vierte por encima al pescado.

SESOS EN SALSA

1 cabeza de sesos; 1 limón verde; sal y pimienta; 2 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 2 cucharadas de harina; 2 tazas de caldo; 1|2 taza de vino blanco; 2 cucharadas de perejil picado; 1|4 cucharadita de ralladura de nuez moscada; 1 yema cruda; 4 huevos duros; 10 rebanadas de pan frito.

Se lavan los sesos poniéndolos en agua fresca durante un rato; se les quita la telita que los cubre, se vuelven a lavar y se les echa el zumo del limón y se cocinan al vapor entre dos tapas. Se pone una cacerola al fuego con la mantequilla y se le agrega la harina y cuando estén doradas se añade el caldo, se sazona de sal y pimienta, se agrega el perejil y la nuez moscada y el vino, se deja cuajar esta salsa y se le agrega la yema cruda desleída en un poco de caldo pero separándolo del fuego antes de agregar la yema; se parten los sesos en pedazos estando bien calientes y se echan en la salsa; al servirlos se adornan con rebanadas de huevos duros y pan frito.

PUDIN DIPLOMATICO CRIOLLO

10 polcas (biscuits de champaña); 1 lata de cascos de guayaba; 2 paquetes de Flan ROYAL; 3 tazas de leche.

Vaciense en una cacerola 2 paquetes de Flan Royal y añádanse 3 tazas de leche. Póngase a cocinar a fuego lento, hasta que comience a hervir revolviendo constantemente. Viértase la mitad de la mezcla anterior en un molde acaramelado y cúbrase con la mitad de las polcas y cúbranse éstas con los cascos de guayaba escurridos. Colóquense encima las polcas restantes. Viértase por encima, y poco a poco, el resto de la mezcla y póngase a enfriar en la nevera. Voltéese y adórnese con cascos de guayaba, cortados a la mitad imitando una Flor de Pascuas. En el centro se le puede poner maní (cacahuete) picadito, o queso crema.

Y no lo olvide...

...El polvo ROYAL hará que sus tortillas queden más ligeras y delicadas y que rindan más; agréguelo al batir las claras. También evitará que los soufflés se bajen.

Los pasteles de fruta se cuecen mejor si se les introduce en el medio un embudito de papel o un macarrón.

La masa se dora muy bien si se le ha pasado un poco de leche.

BATIDO DE FRESAS

1 cajita de Jell-O, sabor fresa
1 taza de agua caliente
1 taza de jugo de fresas
1 pizca de sal
⅓ de taza de azúcar
1 taza de fresas machacadas

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente, se le agrega el jugo de fresas y la sal. Se enfría hasta que tenga la consistencia de un jarabe. Se coloca el recipiente con el Jell-O y demás ingredientes en otro con hielo picado, y se bate con un batidor de globo hasta que espese, como crema batida. Se le agrega el azúcar a las fresas y se mezclan con el Jell-O batido. Se vierte en un molde y se enfría hasta que cuaje. Se desmolda. Suficiente para 10 personas.

Batido de Fresas con Cuadritos de Jell-O. Se prepara el batido según receta, y se vierte en una fuente, adornándolo con cuadritos de Jell-O. (Véase página 4.)

BATIDO DE PLATANOS (BANANOS)

1 cajita de Jell-O, sabor naranja
2 tazas de agua caliente
¼ cucharadita de sal
¼ cucharadita de corteza de naranja rallada
2 cucharadas de azúcar
1½ tazas de pulpa de plátano

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se le agrega la sal y la corteza de naranja. Se enfría hasta que tenga la consistencia de un jarabe. Se pone en un tazón de hielo picado y se bate con un batidor de globo hasta que espese, como crema batida. Se agrega el azúcar a la pulpa de plátano y se mezcla con el Jell-O batido. Se vacía con cuidado en copas y se enfría hasta que cuaje. Se sirve con crema batida, adornado con cerezas marrasquino. Suficiente para 10 personas.

BATIDO DE GUAYABA

1 cajita de Jell-O, cualquier sabor rojo
2 tazas de agua caliente, o agua y jugo de guayaba
1 taza de pulpa de guayaba, cocida
⅓ de taza de azúcar
½ taza de crema, batida

Se disuelve el Jell-O en el agua y jugo caliente y se enfría hasta que empiece a cuajar. Se pone el recipiente con el Jell-O en otro con hielo y agua y se bate con un batidor de globo hasta que quede espeso como crema batida. Se le agrega la pulpa de guayaba, el azúcar y la crema. Se vierte en moldecitos, se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se adorna con rebanadas de plátano. Suficiente para 6 personas.

BATIDOS NAPOLITANOS

Si desea un postre atractivo, pruebe los batidos napolitanos. Se vierte una pequeña cantidad del Jell-O disuelto en moldecitos y se enfrían hasta que cuajen. Cuando el resto del Jell-O espese, se bate según las instrucciones dadas en la página 3, y se vierte sobre el Jell-O cuajado. Se enfrían hasta que cuajen, se desmoldan y se sirven.

PARA PREPARAR CREMAS DE JELL-O

1. Se enfría el Jell-O hasta que espese un poco, y se bate conforme a las instrucciones dadas en la página 3. Se le agrega la crema o leche evaporada, se vierte en moldes y se enfría, o

2. Se enfría el Jell-O disuelto hasta que espese un poco. Se bate la crema hasta que quede espesa y cremosa, pero no dura. Se mezcla el Jell-O con la crema, se vierte en moldes y se enfría, o

3. Se enfría el Jell-O hasta que espese un poco, y se bate conforme a las instrucciones dadas en la página 3. Se bate la crema hasta que quede espesa y cremosa. Después de batir la crema y el Jell-O, se mezclan con cuidado, se vierte en moldes y se enfría.

POSTRE DE CREMA Y PLATANO (BANANO)

1 cajita de Jell-O, sabor limón
1½ tazas de agua caliente
5 plátanos
5 cucharadas de azúcar
1 taza de crema, batida

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente, y se enfría hasta que tenga la consistencia de un jarabe; se pone en un recipiente con hielo picado y se bate con un batidor de globo hasta que espese, como crema batida. Se machacan los plátanos con un tenedor de plata, se le agregan el azúcar, la crema, el Jell-O batido y se vierte en un molde. Se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se sirve adornado con rebanadas de plátano. Suficiente para 8 ó 10 personas.

CREMA BAVARA DE FRAMBUESAS

1 cajita de Jell-O, sabor frambuesa
1 taza de agua caliente
4 cucharadas de azúcar
1 taza de frambuesas frescas picadas
1 taza de jugo de frambuesa y agua
½ taza de crema, batida

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se agrega el azúcar a las frambuesas y se dejan reposar por 20 minutos. Se escurre el jugo, se le agrega agua suficiente para llenar una taza. Se agrega el Jell-O disuelto y se deja enfriar hasta que tenga la consistencia de un jarabe. Se pone en un recipiente con hielo picado y se bate con un batidor de globo hasta que espese como crema batida. Se le agregan las frambuesas y la crema y se vierte en un molde. Se enfría hasta que cuaje. Se desmolda. Se adorna con frambuesas. Suficiente para 12 personas.

Crema Bavara de Fresas: Se usa la misma receta con Jell-O sabor fresa y fresas frescas.

CREMA DE HIGOS

1 cajita de Jell-O, sabor limón
2 tazas de agua caliente
½ taza de crema, batida
¾ taza de higos endulzados, en pedacitos

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente y se enfría hasta que tenga la consistencia de un jarabe. Se le agregan la crema batida y los higos y se vierte en un molde. Se

CREMA DE PIÑA

1 cajita de Jell-O, sabor limón
1 taza de agua caliente
½ taza de jugo de piña de lata
3 yemas de huevo, batidos ligeramente
2 ó 3 cucharadas de jugo de limón
1 pizca de sal
½ taza de crema, batida
3 claras de huevos batidas, duras
1 taza de cubitos de piña de lata
½ taza de cerezas marrasquino, picadas

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente y se le agrega el jugo de fruta. Se mezclan las yemas, jugo de limón y sal, se cuecen al baño de María revolviéndolo constantemente hasta que espese un poco. Se retira del fuego y se agrega el Jell-O disuelto. Se vierte en un molde y se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se adorna con puntas de piña y cerezas picadas. Suficiente para 10 personas.

MERMELADA BAVARA

1 cajita de Jell-O, sabor naranja
1¾ tazas de agua caliente
¼ cucharadita de sal
½ taza de crema, batida
⅓ taza de mermelada, sabor naranja

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se le agrega la sal. Se enfría hasta que tenga la consistencia de un jarabe. Se le agrega la crema y mermelada. Se echa en un molde. Se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se adorna con crema batida y mermelada sabor naranja. Suficiente para 6 personas.

LECHE EVAPORADA BATIDA CON JELL-O

Varias de las recetas en este librito requieren crema batida. A veces es difícil conseguir crema—pero—este obstáculo se ha vencido fácilmente—hemos encontrado que si la leche evaporada se bate con el Jell-O disuelto, da los mismos resultados satisfactorios que la crema.

½ cajita (¼ taza) de Jell-O, cualquier sabor
½ taza de agua bien caliente
¾ taza de leche evaporada

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se agrega la leche evaporada y se mezcla todo bien. Se pone el recipiente en otro con hielo picado y se bate con un batidor de globo por cinco minutos o hasta que la mezcla haga picos. Se retira del hielo y se revuelve cuidadosamente con una cuchara hasta que esté suave. Se sirve como adorno para postres o se guarda en el refrigerador hasta que se necesite, revolviéndola bien antes de usarla. Suficiente para 2½ tazas.

Nota: Esta mezcla se puede enfriar en el refrigerador en vez de sobre hielo picado. Cuando esté espesa, se bate hasta que quede esponjosa; se guarda otra vez en el refrigerador para que endurezca un poco. Se revuelve antes de usarse.

SINFONIA DE FRUTAS

1 cajita de Jell-O, sabor limón
1 taza de agua caliente
1 taza de jugo de frutas y agua
1 pizca de sal
2 tazas de toronja en cuadritos (sin membrana)
½ taza de naranja en cuadritos (sin membrana)
½ taza de piña molida de lata

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se le agrega el jugo de frutas, el agua y la sal. Se enfría hasta que empiece a cuajar. Se le agregan las frutas. Se vierte en moldecitos y se enfría hasta que cuaje. Se desmolda. Se sirve solo o adornado con crema batida y rebanadas de naranja. Suficiente para 8 personas.

POSTRE DE MELON Y PLATANOS (BANANOS)

1 cajita de Jell-O, sabor fresa
2 tazas de agua caliente
1 taza de rebanadas de plátano
1 taza de tajaditas de melón

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se enfría. Cuando empiece a cuajar se le agregan las frutas. Se vierte en un molde. Se enfría hasta que cuaje. Se sirve solo o con crema batida y se adorna con rebanadas de plátano y cerezas marrasquino. Suficiente para 6 personas.

CAPAS DE MANGO Y FRAMBUESA

1 cajita de Jell-O, sabor naranja o frambuesa
2 tazas de agua caliente
½ taza de rebanadas de mango
1 taza de frambuesas frescas

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se ponen las rebanadas de mango en el fondo del molde y se agregan las frambuesas. Se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se sirve en tajadas. Se adorna con crema batida, si se desea, o como ensalada, con salsa mayonesa. Suficiente para 6 personas.

CORAZONCITOS DE JELL-O

1 cajita de Jell-O, cualquier sabor rojo
2 tazas de agua caliente
1 pastel de poco espesor

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se vierte la mitad del Jell-O en un molde y se enfría hasta que cuaje. Se cortan corazones del pastel. Se cortan corazones del Jell-O. Se colocan los corazones de Jell-O sobre los de pastel. Se adorna con copitos de crema que se ha batido junto con el resto del Jell-O frío, medio cuajado. Suficiente para 6 personas.

Estas Frutas Flotan en JELL-O

Fresas frescas, en mitades
Melocotón (durazno) fresco, en tajadas
Manzanas en cuadritos (Nueces partidas y malvaviscos)
Naranjas frescas
Plátano (Banano), en rebanadas
Pera fresca en tajadas
Toronja fresca, en gajos

Estas Frutas no Flotan en JELL-O

Albaricoques de lata
Cerezas de lata
Ciruelas pasas cocidas
Ciruela cocida
Frambuesas de lata
Melocotón de lata
Mango fresco
Pera de lata
Piña de lata

POSTRE DE MANGO Y LIMON

1 cajita de Jell-O, sabor limón
2 tazas de agua caliente
Bolitas o tajaditas de mango
Cerezas marrasquino

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente y se vierte en un molde. Se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se adorna con mango, cerezas marrasquino y un copito de crema batida. Suficiente para 4 personas.

POSTRE DE PIÑA Y PLATANO (BANANO)

1 cajita de Jell-O, sabor frambuesa
1 taza de agua caliente
1 taza de jugo de piña de lata
1 plátano en rebanadas

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se le agrega el jugo de piña. Se enfría. Cuando empiece a cuajar se le agregan las rebanadas de plátano. Se vierte en moldecitos y se deja enfriar hasta que cuaje. Se desmolda y se sirve con crema batida. Suficiente para 4 personas.

MOLDE DE PERAS Y PASTEL

1 cajita de Jell-O, sabor limón o frambuesa
1½ tazas de agua caliente y jugo de peras mezclados
¼ a ½ cucharadita de jengibre
⅛ cucharadita de sal
2 peras de lata, en rebanadas
½ taza de crema, batida
1 taza de pastel desmoronado

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se agrega el jengibre y la sal. Se mide ¾ taza del Jell-O disuelto y se le agrega ¼ de taza de agua fría. Cuando espese se le agregan las peras. Se vierte en un molde y se enfría hasta que cuaje. Se enfría el resto del Jell-O hasta que empiece a cuajar. Se pone el recipiente dentro de otro con hielo picado y agua y se bate con un batidor de globo hasta que espese, como crema batida. Se le agrega la crema batida y el pastel desmoronado. Se vierte en el molde sobre el Jell-O cuajado. Se enfría hasta que cuaje. Suficiente para 6 ú 8 personas.

Nota: Si se desea, puede dársele color rosado a las peras calentándolas en su sirop con colorante vegetal, o en el jugo de remolachas (betabel) crudas.

POSTRE CRISTALINO DE GUAYABA

1 taza de agua caliente
1 taza de pulpa de guayaba, cocida
1 cajita de Jell-O, sabor frambuesa

Se vierte el agua caliente sobre la pulpa de guayaba, se revuelve bien. Se cuela por una tela fina sin exprimir y se le agrega agua caliente hasta medir 2 tazas. Se disuelve el Jell-O en este líquido y se vierte en un molde. Se enfría y se sirve solo, adornado con frutas, o con crema batida. Suficiente para 4 personas.

MOLDE CARDENAL DE PERAS

1 cajita de Jell-O, sabor cereza
1½ tazas de agua caliente
½ taza de almíbar de peras
⅛ cucharadita de jengibre
⅛ cucharadita de sal
Rebanadas de peras (cocidas o de lata)

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente; se le agrega el almíbar, el jengibre y la sal.

PARA PREPARAR RELLENOS DE PASTELERIA CON JELL-O

Sólo hay que disolver el Jell-O en el agua caliente y jugo de frutas, agregándole una pizca de sal. Se vierte, sobre la fruta endulzada y se enfría hasta que espese. Se rellenan las pastas de tartaleta o el pastel, y se enfrían hasta que cuajen. Se sirven solos o con crema batida.

Frutas que se prestan especialmente para rellenos con Jell-O—fresas frescas, frambuesas o gajos de naranja; o frutas de lata, tales como melocotón (durazno), piña, o cerezas agrias.

ENROLLADO JELL-O

1 taza de fresas frescas
4 cucharadas de azúcar
1 cajita de Jell-O sabor fresa
1½ tazas de agua caliente y jugo de fresas
1 pastel esponjoso cuadrado, de poco espesor

Se pican las fresas y se les agrega el azúcar, dejándolas reposar por un rato. Se escurren y se usa el jugo como parte del líquido necesario para disolver el Jell-O. Una vez disuelto, se pone a enfriar hasta que empiece a cuajar. Se le agregan las fresas, picadas, se pone el recipiente en otro con hielo picado, y se bate hasta que quede espeso como crema batida. Se extiende el pastel sobre una toalla húmeda, espolvoreada con azúcar. Se unta con la mitad del Jell-O batido. Se enfría por 5 minutos para que endurezca un poco. Se enrolla luego con cuidado y se pone sobre una fuente. Se cubre con el resto del Jell-O batido y se enfría bien. Suficiente para 8 ó 10 personas.

PASTEL DE PIÑA

1 cajita de Jell-O, sabor limón
2 cucharadas de azúcar
¼ cucharadita de sal
1 taza de agua hirviendo
2 yemas de huevo
1 taza de jugo de piña de lata
1¼ tazas de piña de lata o cocida, molida sin jugo
1 pasta para pastel horneada (de 9 pulgadas) fría

Se mezclan el Jell-O, el azúcar, la sal y 2 cucharadas de agua. Se agregan las yemas y se bate bien todo. Se agrega gradualmente el agua restante, agitando la mezcla hasta que se disuelva el Jell-O. Se agrega el jugo de piña. Se enfría. Cuando esté un poco espeso, se agrega la piña. Se vierte en el pastel frío y se enfría hasta que cuaje. Se sirve solo o se adorna con crema batida y trocitos de coco, si se desea. Suficiente para 8 personas.

TARTALETAS ESPONJOSAS DE LIMON

1 cajita de Jell-O, sabor limón
1½ tazas de agua caliente
¼ de taza de agua fría
4 tartaletas horneadas
½ taza de crema, batida

Se disuelve el Jell-O en agua caliente. Se mide ¾ de taza y se le agrega ¼ de taza de agua fría, se enfría hasta que espese un poco. Se vierte ¼ de taza en cada tartaleta y se enfrían hasta que cuajen. Se enfría el resto del Jell-O hasta que espese un poco. Se pone en un recipiente con hielo picado y se bate hasta que esté esponjoso, como crema batida. Se le agrega la crema y se vierte sobre el Jell-O que se ha endurecido en las tartaletas. Se enfrían hasta que cuajen. Se adornan con fresas y hojas de yerbabuena. Suficiente para 4 personas.

ENSALADA DE TORONJA Y ACEITUNAS

1 cajita de Jell-O, sabor limón verde
2 tazas de agua caliente
4 cucharaditas de vinagre
½ cucharadita de sal
¾ de taza de apio bien picado
1 taza de secciones de toronja
8 aceitunas rellenas picadas

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se agrega el vinagre y ¼ de cucharadita de sal. Se enfría hasta que empiece a cuajar. Se sazona el apio con ¼ de cucharadita de sal. Se le agrega la toronja. Se agrega la mezcla al Jell-O que ha cuajado un poco. Se le agregan las aceitunas y se vierte en moldecitos. Se enfría hasta que cuaje. Se sirve en hojas de lechuga y se adorna con salsa mayonesa, si se desea.

ENSALADA DE COL

1 paquete de Jell-O, sabor limón
1 cucharadita de semilla de apio
1 cucharadita de sal
Una pizca de pimienta
2 tazas de agua caliente
2 cucharadas de vinagre
1 cucharadita de cebolla rallada
1½ tazas de col picada en tiritas
⅓ de taza de encurtidos dulces picados
1½ cucharadita de pimientos morrones picados

Se mezcla el Jell-O, la semilla de apio, la sal y la pimienta. Se disuelve el Jell-O en el agua caliente y el vinagre. Se enfría. Cuando espese un poco se le agregan los demás ingredientes. Se vierte en un molde de corona o en moldecitos. Se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se sirve en hojas de lechuga aderezado con mayonesa. Suficiente para 4 ó 6 personas.

SABROSA ENSALADA DE LEGUMBRES

1 paquete de Jell-O, sabor limón
2 tazas de agua caliente
1 taza de tomates picados
½ taza de apio picado
½ cucharadita de cebolla rallada
2 cucharadas de vinagre
1 cucharadita de sal
¼ de cucharadita de salsa inglesa
½ taza de habas cocidas

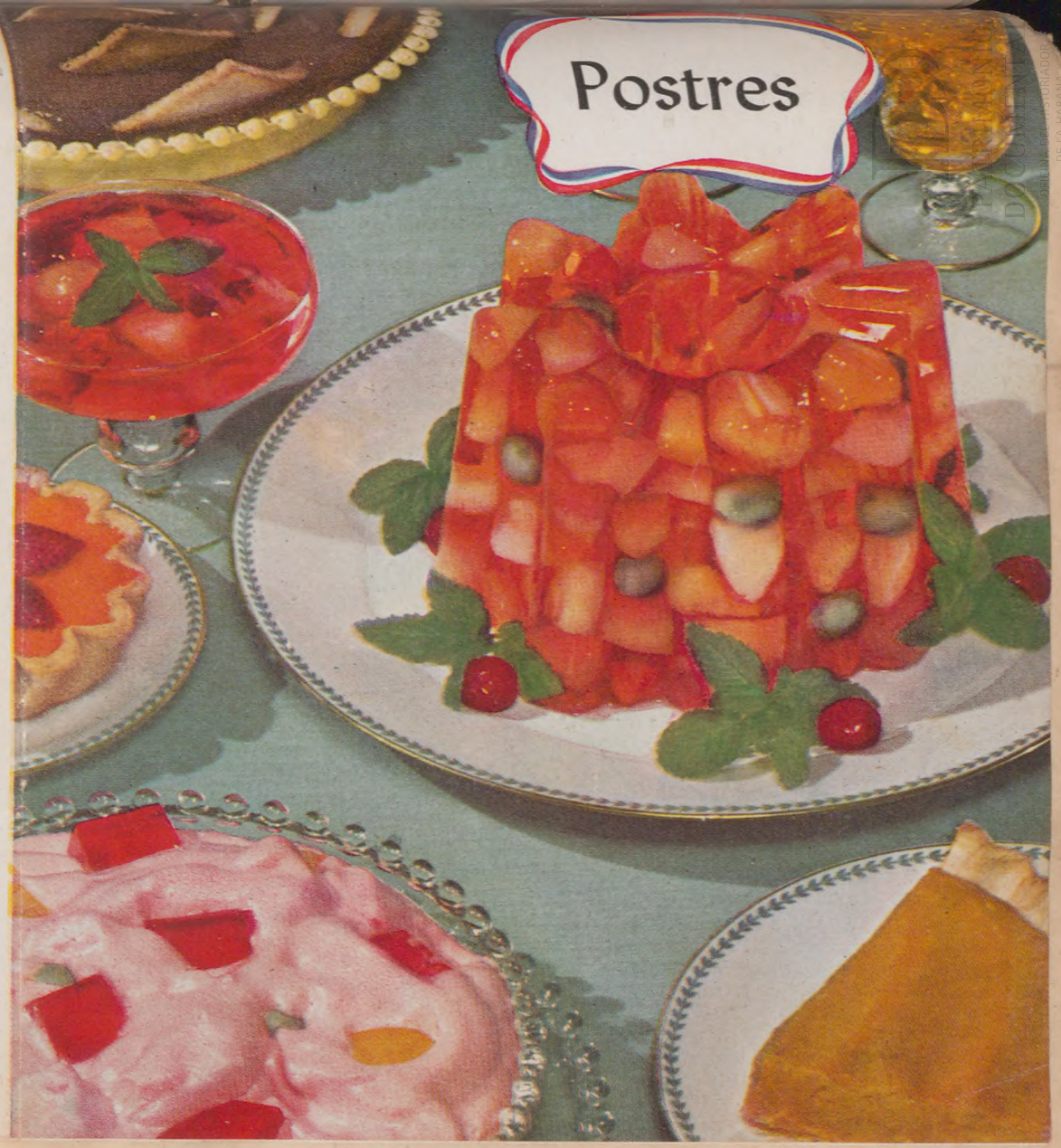
Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se enfría hasta que esté un poco espeso. Se combinan las legumbres con el adobo y se dejan reposar. Se le agrega el Jell-O y se vierte en un molde. Se desmolda; se sirve en hojas de lechuga. Se adorna con salsa mayonesa. Suficiente para 6 personas.

ENSALADA DE ZANAHORIAS Y MANZANA

1 paquete de Jell-O, sabor limón
2 tazas de agua caliente
Una pizca de sal
⅓ de taza de manzana roja picada
⅓ de taza de zanahoria cruda picada
⅓ de taza de pasas sin semillas

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente y se le agrega la sal. Se enfría. Cuando espese un poco se le agregan los demás ingredientes. Se vierte en moldecitos y se enfría hasta que cuaje. Se desmolda y se sirve en hojas de lechuga aderezada con mayonesa. Suficiente para 4 ó 6 personas.

PLATILLOS ILUSTRADOS en la página de enfrente: Entremés de Papas; Ensaladas de Zanahorias y Manzana; de Legumbres, de Toronja y Aceitunas, de Col; Molde de Durazno en Jell-O, con adorno de queso y nueces.



¡Es Fácil Preparar Platillos Atractivos con JELL-O!

Para combinar JELL-O en Capas

¡Pruebe esta variación! Diferentes sabores de Jell-O en capas. Se vierte la primera capa de Jell-O disuelto en copas o moldes y se enfría hasta que esté bien cuajado. (Enfría con más rapidez si se pone el molde en un recipiente con agua y hielo.) Se le agregan las otras capas de diferentes sabores y colores, teniendo cuidado de que cada capa esté bien cuajada antes de agregar la próxima. Con excepción de la primera capa, el Jell-O disuelto debe estar frío antes de agregarlo al molde.

Para adornar los Moldes de JELL-O

Algunas frutas flotan en el Jell-O mientras que otras se hunden. (Véase página 7.) Uselas así:

Se vierte el Jell-O disuelto en el molde y se le agrega una fruta que se hunda, distribuyendo los pedazos uniformemente. Luego se le agrega una fruta que flote. Se enfría hasta que cuaje y se saca del molde.

O, se vierte una capa de Jell-O disuelto en el molde. Se enfría hasta que cuaje. Se colocan las frutas sobre esta capa cuajada. Se agrega el Jell-O, teniendo cuidado de no descomponer el diseño. Se enfría hasta que cuaje.

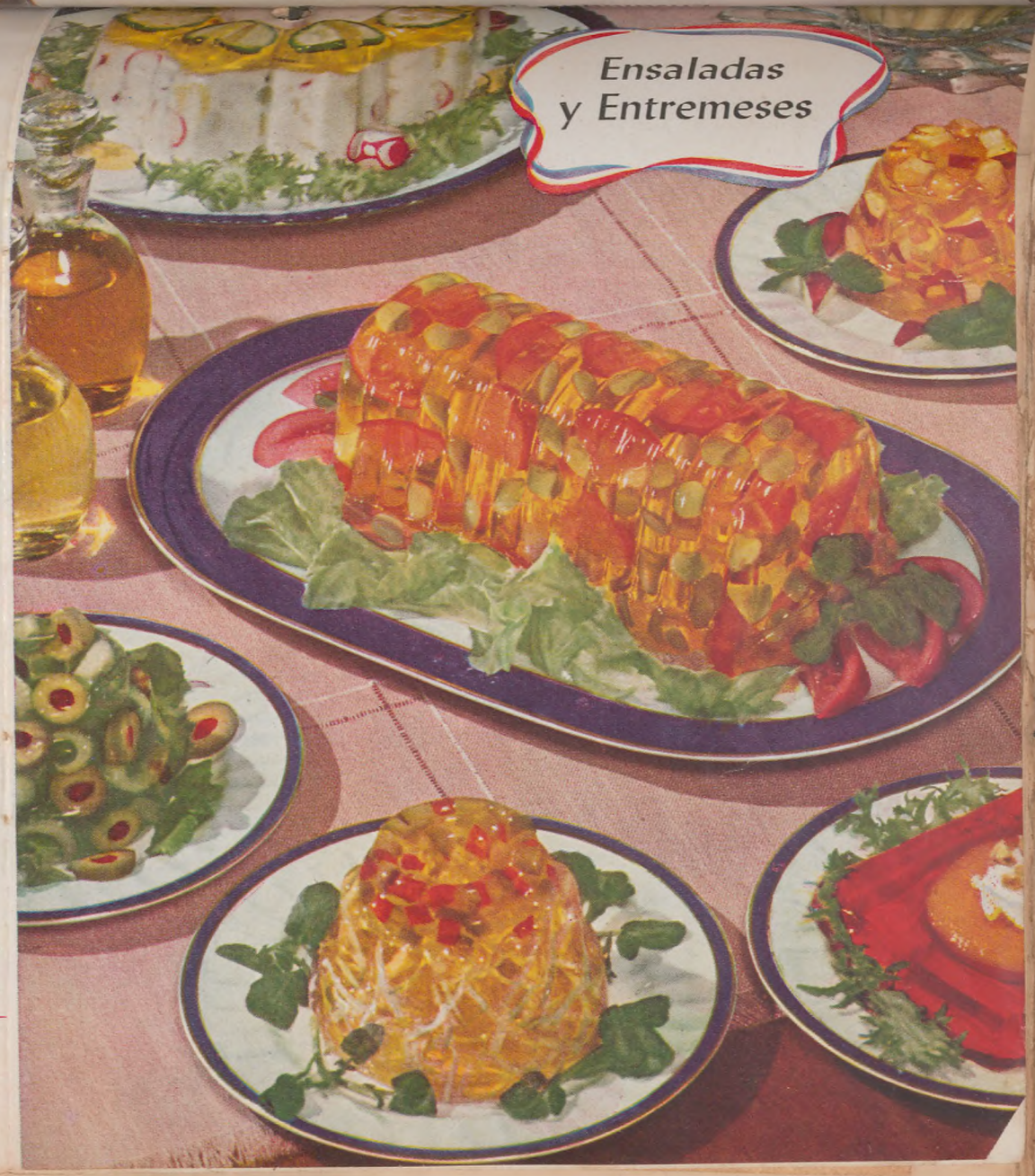
Fantasía de JELL-O

Se vacía el Jell-O en copas. Cuando esté firme se le agregan dos cucharadas de crema o natilla. Se corta el Jell-O en varios sitios introduciendo el lado del cuchillo profundamente cerca de la orilla de la copa. Se deja que la crema se escurra entre las grietas formando un diseño. Se adornan las copas con un pedacito del Jell-O.

Cuadritos de JELL-O

Se vacía el Jell-O en un recipiente plano. Se enfría hasta que cuaje. Se corta en cuadritos con un cuchillo filoso humedecido en agua caliente. Se desmolda y se separan los cuadritos con cuidado. Se sirve en copas de helado. Para variar, se pueden combinar los cuadritos de Jell-O con pedazos de fruta o cuadritos de pastel.

POSTRES ILUSTRADOS, en la página de enfrente: Pudín Jell-O de Chocolate con Panetelas; Helado de Chocolate, hecho con Pudín Jell-O; Cuadritos de Jell-O; Jell-O con Frutas; Tartaleta de Jell-O Batido; Sinfonía de Frutas; Batido de Fresas con cuadritos de Jell-O; Pastel hecho con Pudín de Caramelo Jell-O.



JAMON Y APIO EN JALEA

1 cajita de Jell-O, sabor limón
1¾ tazas de agua caliente
¼ taza de vinagre
½ cucharadita de sal
1 taza de jamón cocido, picadito
2 encurtidos dulces, picaditos
1½ tazas de apio, picaditos
1 cucharada de cebolla rallada

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente. Se le agrega el vinagre y la sal y se enfría. Cuando empiece a cuajar se le agregan los demás ingredientes; se vierte en un molde hondo, y se deja enfriar hasta que cuaje. Se saca del molde y se sirve en rebanadas, adornado con cresón. Suficiente para 8 personas.

DELICIOSO ENTREMES DE PAPAS

1 cajita de Jell-O, sabor limón
2½ tazas de papas cocidas, picadas
2 cucharaditas de cebolla rallada
3 cucharadas de vinagre
2 cucharadas de aceite
1¾ cucharaditas de sal
1 pizca de pimienta
1¼ tazas de agua caliente
3 cucharadas de vinagre
1 pizca de sal
5 cucharadas de mayonesa
½ taza de pepinos picaditos
¼ taza de rebanaditas de rábanos
½ taza de apio picadito
2 cucharadas de tiritas de pimiento verde

Se mezclan bien las papas, cebolla, vinagre, aceite, sal y pimienta. Se dejan reposar por ½ hora, revolviéndolos de vez en cuando.

Se disuelve el Jell-O en el agua caliente y se le agrega el vinagre y la sal. Se agregan 3 cucharadas de agua a ⅔ de taza de Jell-O. Se vierte en un molde rosca de 1½ litros, o en un molde para pan. Se adorna con rebanadas de pepino y rábanos y se enfría hasta que cuaje. Se enfría el resto del Jell-O hasta que empiece a cuajar.

Se pone el recipiente en otro con hielo o agua fría y se bate con un batidor de globo, hasta que espese como crema batida. Se agrega la mayonesa y demás ingredientes. Se le agregan las papas que han estado reposando. Se vierte sobre el Jell-O cuajado y se enfría. Se saca del molde. Se adorna con un borde de lechuga, huevos duros endiablados, o rebanadas de tomate rociados con aceite y vinagre. Suficiente para 8 ó 10 personas.

POLLO EN JALEA

1 cajita de Jell-O, sabor limón
1¾ tazas de caldo de pollo, caliente, sin grasa
2 cucharadas de vinagre
½ cucharadita de sal
1 pizca de pimentón
1 taza de pollo cocido, en pedacitos
1 taza de apio picado
2 cucharadas de pimientos verdes, picaditos

Se disuelve el Jell-O en el caldo caliente. Se agrega el vinagre, ¼ cucharadita de sal y el pimentón. Se deja enfriar. Se mezclan el pollo, el apio, el pimiento verde y un ¼ de cucharadita de sal. Cuando el Jell-O empiece a cuajar se le agrega la mezcla de pollo. Se vierte en un molde hondo y se deja enfriar hasta que cuaje. Se saca del molde y se sirve en hojas de lechuga. Se adorna con salsa mayonesa. Suficiente para 6 personas.

PARA PREPARARLO CON FRUTAS O LEGUMBRES

1. Se enfría el Jell-O hasta que esté espeso, pero no cuajado.

2. Se le agregan las frutas o legumbres, picadas en pedacitos.

3. Se llenan los moldes con cuidado y se enfrían hasta que cuajen.

PARA PREPARAR BATIDOS DE JELL-O

1. Se enfría el Jell-O hasta que tenga la consistencia de un jarabe.

2. Se bate con un batidor hasta que esté espeso como crema batida.

3. Se sirve en copas atractivas, y se adorna con grajea o frutas.

JELL-O es el Postre Favorito de las Américas porque:

JELL-O es un postre de gelatina delicioso, refrescante y saludable que deleita a toda la familia.

JELL-O viene en seis deliciosos sabores—fresa, naranja, limón verde, cereza, limón y frambuesa.

JELL-O puede servirse sólo o combinado con frutas y legumbres. Sus colores cristalinos brindan un aire de alegría y elegancia a la comida más sencilla.

JELL-O es fácil de preparar. Sólo tiene usted que disolverlo en agua caliente, agregarle frutas o legumbres, si desea, y enfriarlo. Se puede preparar mucho antes de las comidas, dejándolo en el refrigerador hasta la hora de servirlo.

JELL-O se presta para preparar infinidad de postres, batidos, cremas, ensaladas y entremeses exquisitos, para comidas familiares o como el toque final en ocasiones especiales.

¡Qué gusto haber encontrado al fin un postre tan sabroso, decorativo y económico con qué obsequiar, tanto a la familia como a los convidados!

Pudines JELL-O Deliciosos y Nutritivos

Hay tres deliciosos pudines Jell-O . . . chocolate, vainilla y caramelo . . . los tres son riquísimos, y se preparan con la mayor facilidad. Sólo hay que agregar 2 tazas de leche al contenido de la cajita. Se hierve por espacio de 5 minutos revolviéndolo constantemente, se enfría y se sirve.

Nota: Puede usarse leche evaporada o en polvo, en vez de leche fresca.

Cuando se Use Leche en Polvo

Se mezclan 8 cucharadas de leche en polvo o 7 cucharadas de leche descremada en polvo, con el pudín seco. Luego se agregan 2 tazas de agua poco a poco, revolviéndolo constántemente, y se cuece como indicado.

Si se desea un pudín más cremoso, se cubre el pudín caliente y se enfría. Antes de servirlo, se bate bien. Los pudines Jell-O se pueden servir sólos, adornados con crema, o como rellenos para pastelería. En cualquier forma que se preparen, son deliciosos y nutritivos.


JELL-O
POSTRE DE GELATINA
SABOR
FRESA
PESO NETO – 92 GRAMOS
JELL-O
POSTRE DE GELATINA
SABOR
CEREZA
PESO NETO – 92 GRAMOS
JELL-O
POSTRE DE GELATINA
SABOR
NARANJA
PESO NETO – 92 GRAMOS
JELL-O
POSTRE DE GELATINA
SABOR
LIMON
PESO NETO – 92 GRAMOS
JELL-O
POSTRE DE GELATINA
SABOR
LIMON VERDE
JELL-O
POSTRE DE GELATINA
SABOR
FRAMBUESA
SENCILLO Y FACIL DE PREPARAR
NO REQUIERE COCIMIENTO
SE DISUELVE EN AGUA CALIENTE
COLORES CRISTALINOS Y BRILLANTES
ECONOMICO
EL POSTRE DE GELATINA QUE MAS SE VENDE
6 SABORES DELICIOSOS
FRESA NARANJA LIMON VERDE
CEREZA LIMON FRAMBUESA
POSTRES ALEGRES CON
JELL-O
31 RECETAS
CREACIONES ATRACTIVAS Y SABROSAS

Tomates Rellenos

FACILISIMOS de preparar, económicos y refrescantes, no sólo son un plato muy saludable sino de lindísima apariencia, y felicitamos a la simpática Sra. Cibelina Huizo, de Santa Ana, El Salvador, quien nos envió la receta con un saludo afectuoso que aceptamos con entusiasmo

TOMATES RELLENOS

6 tomates grandes
½ libra de jamón en dulce
⅛ de lata de petit-pois
10 nueces picadas
½ mazo de apio
½ taza de salsa mayonesa
Sal y pimienta
Rabanitos y lechugas o berros.

Se parten los tomates por la mitad quitando las semillas con cuidado de no romperlos. Se pasa el jamón por la maquinita de moler, agregando los petit-pois; se pican bien las nueces y el apio, sazonándolos con sal y pimienta al gusto. Se junta todo bien y se agregan 2 cucharadas de salsa mayonesa. Se rellenan luego los tomates, se cubren con la misma salsa y se sirven puestos en hojas de lechuga, adornados con rabanitos y berros. Pónganse en el refrigerador hasta la hora de servirlos Suficiente para 6 personas

ENSALADA GELATINADA

Se corta bien finita la col, se humedece un molde y se coloca en él la col, se adorna con rueditas de zanahorias. Se cubre con gelatina de vegetales y se deja en el refrigerador hasta que esté completamente cuajada. Se desmolda y se sirve sobre hojas de lechugas.

SALSA DE CAMARONES:

Después de salcochados los camarones, se machacarán en el mortero hasta formar una crema, a la cual se le va agregando poco a poco la mantequilla y poquitos de leche para que quede suave, se sazona bien de sal y si se quiere se liga con un poco de mostaza. Sirve para rellenos, ensaladas o bocaditos.

ENSALADA MIXTA:

Se escogen 3 lechugas tiernas y se cortan en tiritas bien finas. Dos pepinos verdes y se cortan en ruedas finas también y un mazo de rábanos, que después de limpios se le harán con el cuchillo distintas listas de forma que queden en franjas blancas y rojas. Una remolacha y una zanahoria se rallarán por separado. Los rabanitos, el pepino y la lechuga se tienen en agua fresca con sal, se escurren bien y se preparan de la siguiente forma: La lechuga al centro rodeada de ruedas de pepinos, sobre cada pepino se coloca un rabanito. Hecho esto se procede a hacer franjas con la zanahoria y la remolacha molida, de modo que queden alternas, se servirá cubierto de salsa de camarones.

LECHUGA RELLENA

1 lechuga tierna
1 chorizo
salsa de tomate
2 huevos salcochados
2 papas fritas
1 pimiento morrón
ajo, cebolla y sal.

Se desmenuza bien el chorizo y se sofríe en la salsa de tomate y los ajos y la cebolla bien picaditos; se le agrega después las papas fritas en cuadritos y los pimientos morrones finamente picados. Lávese bien la lechuga, las hojas por separado y viértase en cada una parte de la salsa, envuélvase como si fuera un tamalito, colóquense en una fuente y sazónense con aceite y limón y los huevos muy picaditos.

ENSALADA MIXTA

Tres repollos de lechuga, una lata de remolacha, un macito de rábanos rojos, dos pepinos encurtidos, una libra de habichuelas, tres huevos, una libra de papas y una y media taza de salsa mayonesa.

Se cocinan de antemano con un poco de sal las papas y habichuelas, y cuando están blandas se dejan enfriar y se pican bien chiquitas, se mezclan todos los ingredientes, los cuales han de estar picados chiquitos.

ENSALADA DE AGUACATE CON POLLO

Se cortan 4 aguacates grandes, no muy duros, por la mitad, a lo largo. Se saca la masa y se une a un pollo salcochado y bien molido, haciendo una pasta, a la cual se le agrega media taza de salsa mayonesa que se hace en la siguiente forma: se baten dos yemas de huevo y se le van agregando, gota a gota, una taza de aceite bueno, 2 limones y un poco de sal. Con la pulpa de aguacate, pollo y salsa mayonesa, se rellenan las cáscaras de los aguacates y se colocan en rebanadas de pan que han de estar untadas con un poco de mayonesa y cubiertas con lechuga. Por último se cubren con media taza de crema de leche bien batida y se polvorean con queso molido, y enseguida se pone en la nevera y queda una exquisita y original ensalada.

SALSA DE TOMATE A LA CREMA

1 taza de tomate.
1 ramita de perejil.
2 ruedas de cebolla.
½ cucharadita de bicarbonato.
1 taza de salsa blanca mediana.

Se le agrega a los tomates el perejil, la cebolla y la pimienta y se deja cocinar a buen fuego por espacio de 20 minutos. Se pasa por el colador, se le añade el bicarbonato y se le agrega la salsa blanca. Esta salsa es muy apropiada para pescado asado.

ENSALADA DE TOMATES RELLENOS

Quítele el corazón sin romper la cáscara, a unos cuantos tomates sanos maduros, que estén firmes, hasta tener media taza de pulpa de tomates. Agréguele media taza de pulpa de fruta-bomba, media taza de zanahoria rallada y media taza de col también rallada. A esto se agrega una cucharada de vinagre o el jugo de un limón y una cucharada de aceite de oliva. Con esta mezcla rellene los cascos de tomates y colóquelos sobre hojas de lechuga. Si queda alguna pulpa, échele en derredor de los tomates y cúbralos con una salsa propia para ensalada.

Un Rico Postre Resulta Premiado

UN POSTRE bien preparado y bien presentado le da un "tono" especial a la comida, por sencilla que sea ésta. Pero... ¡qué pronto nos cansamos de los platillos corrientes! Por eso, al recibir esta sabrosa receta que resultó premiada esta semana, enviada por la Sra. Dulce María Gómez, de Miramar, Puerto Rico, decidimos ofrecerla a nuestras lectoras para que ellas también disfruten de algo verdaderamente extraordinario. Dice Dulce María: "En mis largos años de buena repostería francesa no he encontrado nada más exquisito en dulce de chocolate." Aquí va la receta:

TORTA DE AVELLANAS

12 claras de huevo
2½ tazas de azúcar granulada
2 tazas de avellanas molidas

Bátanse hasta formar picos, las claras; entonces, poco a poco, se les va agregando el azúcar, y por último, sólo revolviendo, las avellanas molidas. Esta "masa" doble se repartirá en 2 moldes engrasados (sin papel) e irán a un horno de 375° F. hasta que desprenda de los bordes. Cuando doren y se separen (contraen) de los moldes, se sacan y después de refrescar se montan como un "cake", utilizando como relleno y cubierta la siguiente crema, hecha de este modo:

4 tabletas de chocolate rallado
4 cucharadas de cocoa
1 taza de leche
½ libra de mantequilla
1½ taza de azúcar impalpable
6 yemas de huevo

Rállese el chocolate, únase a la cocoa y a la leche y con cuchara de madera se resuelve a fuego lento, hasta que se forme una crema homogénea. Estará cuando se vea el fondo limpio. Se deja enfriar. Mientras tanto se bate bien la mantequilla con el azúcar en polvo y cuando esté bien unido se agregan las yemas una a una. Cuando todo esté bien ligado se une al chocolate y vuelve a batirse con paciencia, hasta que la mezcla esté bien hecha. Esta crema se reparte entre las capas de torta y por encima.

Este dulce se adorna con avellanas picadas (molidas), como se hace con las almendras en tantos dulces. Les aseguro es un postre magnífico, y lo curioso es que es muy difícil saber su composición al probarlo. Nadie se imagina que tiene avellanas.

PUDIN DE BONIATO Y CALABAZA:

1 lb. de boniato
1 calabaza pequeña o media grande
1 taza de leche o media de crema batida
1 taza de queso rallado
½ taza de pasas
½ taza de almendras molidas o nueces
ralladuras de nuez moscada.
azúcar y sal al gusto
3 cucharadas de mantequilla.

Se reducen a puré el boniato y la calabaza juntos con la mantequilla y la leche o crema. Se le agregan los 3 huevos revolviéndolo constantemente pero sin batir los huevos, se le agrega el queso rallado se le unen los demás ingredientes así como las pasas, almendras y nuez moscada. Se sazona de sal y azúcar al gusto. Se lleva a horno moderado hasta que, al introducir un palillo en él, salga completamente limpio.

SOPA BORRACHA

Se pone en una cazuela de barro medio litro de vino generoso, una copa de agua y medio kilo de azúcar; unos cuantos minutos después de haber hervido se le agregan rebanadas de bizcocho y pasas; se deja a fuego lento hasta que espese, y se toma como postre. Antiguamente, con este postre se hacía colación en días de ayuno.

•

De Venezuela nos llega simpática nota de la Srta. María Mercedes Hoyo, con una receta para

PUDIN DE ACELGAS Y PAPAS

Se cocinan unas cuantas papas en el caldo de la sopa, se salcochan las acelgas aparte y se pican bien finitas, se le agregan las papas pasadas por un colador, se le agregan huevos bien batidos, pongamos por ejemplo: 4 papas grandes, 20 mazos de acelgas, 3 huevos, 2 cucharadas de mantequilla, 1 cucharadita de sal, una grande de azúcar y la mantequilla. Se engrasa el molde se rocía con galleta molida para que no se pegue el pudin, se echa éste y se pone a horno mediano 20 minutos. Se sirve con crema.

MANZANAS NORMANDAS

Se pelan tres manzanas grandes, se cortan por la mitad, se les sacan las semillas y se cocinan al horno en una asadora enmantecada con 100 grs. de azúcar molida y una taza de agua. Se prepara crema pastelera, poniendo en una cacerola 150 grs. de azúcar, dos huevos y dos cucharadas de harina; esto se pone sobre el fuego, revolviendo continuamente, y una vez que esté unido se le echan tres cuartos de litro de leche hirviente, poco a poco; se deja que se cocine, y al retirarla se le agregan unas gotitas de esencia de vainilla. En una fuente se colocan las manzanas escurridas pero calientes y se cubren con la crema, que deberá estar recién hecha.

GALLETAS CON JALEA

Tres tazas de harina cernida, dos y media cucharaditas de polvo de hornear ROYAL, media cucharadita de sal, dos tercios de taza de mantequilla, media taza de azúcar prieta, un huevo bien batido, una cucharadita de vainilla, un tercio de taza de leche y una taza de mermelada o jalea de cereza.

Cernir la harina, medir, añadir el polvo de hornear ROYAL y sal, y cernir de nuevo. Acremar bien la mantequilla, añadir gradualmente el azúcar, y acremar hasta que sea una masa ligera y esponjosa. Añadir el huevo y la mantequilla; luego añadir alternativamente la harina con la leche, a pequeñas cantidades. Batir después de cada adición hasta que sea una pasta suave. Déjese en la nevera o refrigerador, hasta que esté lo bastante firme como para extenderse. Extiéndase sobre una tabla enharinada, dejándola de tres milímetros de espesor. Córtese con un cortador circular. Colóquese una cucharadita de jalea encima, y cúbrase con otro círculo, presionando los bordes de entrambos. Hornéese sobre una lámina de horno, a horno caliente de 425 grados F., por seis u ocho minutos.

PANETELA DE PLATANITOS:

6 platanitos bien maduros
1 queso crema
una panetela
1 taza de crema

Se corta a lo largo la panetela por la mitad. Se cubre el fondo de un molde con una parte. Los 6 platanitos se aplastan bien con un tenedor hasta que queden hechos un puré. Se disuelve el queso con 2 cucharadas de crema hasta dejar hecho una pasta. Se une a los platanitos. Esta pasta se vierte sobre la panetela y se tapa con la otra parte. Se bate el resto de la crema y con ella se cubre.

FLAN DE VEGETALES:

4 papas grandes
3 remolachas
3 huevos crudos
3 zanahorias
3 huevos salcochados
3 cucharadas de queso rallado
2 cucharadas de mantequilla
4 cucharadas de azúcar.

Se salcochan las papas, cuando estén a medio cocer se le agrega el resto de los vegetales. Una vez blando todo se pasa por la cuchilla más fina de la máquina y se le agregan los huevos crudos bien batidos, azúcar, mantequilla y el queso rallado, se cocoloca en la nevera y se sirve cubierto con los huevos duros rallado. Si se prefiere caliente se sirve cubierto con una salsa de tomate y los huevos cortados en ruedas finas.

MOUSSEE AU CHOCOLAT

Se derriten cinco barritas de chocolate en un poquito de agua, y se agregan 150 grs. de manteca; cuando esté unido, se retira y se deja enfriar un poco para ponerle cuatro yemas, una a una, y dos cucharadas grandes de azúcar. Las cuatro claras se baten a nieve, y una vez enteramente frío el chocolate, se mezcla todo y se pone en la heladera.

CARAMELOS ESPECIALES DE CREMA DE CHOCOLATE

Ingredientes: Una copa de leche, una copa de crema de leche, dos barritas de chocolate, dos cucharadas de miel de abeja, dos cucharadas de mantequilla y seis cucharadas de azúcar.

Preparación: Póngase al fuego, moviendo siempre, leche, crema, chocolate, azúcar y miel y cuando tome punto, incorpóresele la mantequilla; después que esté bien mezclado todo, se vuelca sobre la mesa de mármol, estírese delgado y se cortan los caramelos antes que se enfríen.

FLAN DE COCO.

1 taza de leche de coco.
2 tazas de azúcar.
4 huevos.

Se ralla el coco y se exprime para sacarle la leche. Se baten dos claras de huevo y cuando estén a punto de merengue se añaden cuatro yemas mezclándolas bien. Se añade el azúcar y por último la leche de coco. Aparte se derrite un poco de azúcar y se esparce por un molde, se vierte en el batido y se pone en Baño de María hasta que al introducir un palito en el flan salga completamente seco.

FLAN DE REMOLACHA

4 tazas de jugo de remolacha
1 taza de remolacha rallada
½ taza de vino rojo
2 cucharadas de salsa de tomates
4 claras de huevo batidas a punto de merengue.

Se une todo bien batiéndolo lo más posible, se engrasa un molde y se tiene 30 minutos a baño-maría, se deja enfriar y se sacan de los moldes se tienen en el refrigerador 6 horas. Se sirve con crema o salsa de tomate.

CREPES SUZETTE

1 taza de harina
1/2 cucharadita de levadura
1/2 cucharadita de sal
2 cucharadas de azúcar pulverizada
2 huevos
3/4 taza de leche
1 taza de crema de leche no espesa
conserva de fruta
azúcar pulverizada

Ciérnanse juntos los ingredientes secos, agrégense los huevos no batidos y la leche. Bátanse todo esto hasta que quede bien mezclado, entonces agréguese lentamente la crema, batiendo constantemente. Déjese reposar 30 minutos. Echense tres cucharadas en un pequeño sartén que esté engrasado. Dórese por un lado, voltéese y dórese por el otro lado. Untese la conserva, esparciéndole bien. Enrollese. Espolvoréese con azúcar pulverizada. Sírvase caliente.

PASTELON CAMAGUEYANO.

2 tazas de harina de Castilla.
1 y media cucharada de tuétano.
1 cucharada de manteca.
1 y media cucharadita de agua.
6 cucharadas de azúcar.
1 y media cucharada de mantequilla.
1 cucharada de vino seco.
3 huevos enteros.
½ cucharadita de bicarbonato.
sal, media cucharadita.

Se pone en un mármol la harina ya cernida, se le abre un hueco en el centro. Se disuelve el bicarbonato en el agua y se hecha junto con los demás ingredientes en el hueco que se le formó a la harina, se amasa con las manos hasta que esté todo bien unido. Se pone a enfriar por una hora en la nevera. Se saca se le pasa el rodillo y se divide en dos partes, una más grande que la otra, se pone la mitad más grande en el molde previamente engrasado, se hace un relleno y se rellena el pastel, se tapa con la mitad de lo que dejó, se adorna con lo que sobresalga el molde y se pone en el horno bien caliente por espacio de una hora.

BUDIN DE COCO

Poner en una cacerola una barrita de vainilla, 200 grs. de azúcar y se cubre con agua; se hace hervir 10 minutos, se deja entibiar para agregarle 200 grs. de coco rallado, tres huevos enteros y tres yemas; se une todo bien y se coloca en una budinera acaramelada, a baño de maría, en horno fuerte, durante 40 ó 45 minutos. Retírese cuando se vea que se despega de la budinera. Se deja enfriar para desmoldarlo.

COCO AZUCARADO

1 litro de leche
1 coco rallado
8 yemas de huevos
1 libra de azúcar pulverizada

Se cocina la leche con el coco y el azúcar y se deja hervir hasta que quede la mitad, se baja del fuego y se le añaden las yemas batidas, se coloca de nuevo al fuego hasta que coja un punto grueso. Se deja enfriar y se forman bolitas que se espolvorean con azúcar pulverizada.

PAPAS EN PASTEL DULCE

Papas
crema de leche
azúcar
manteca
huevos
sal y canela

Se cuecen en el horno seis papas con su cáscara, se hace puré y se le va agregando leche o crema, se le añade sal y azúcar a gusto, un poco de mantequilla, tres yemas batidas. Se trabaja bien esta pasta hasta que quede muy suave; la pasta debe tener buena consistencia. Se le agrega una clara batida a punto de merengue, se pone en una fuente enmantecada, se espolvorea con azúcar y harina y polvo de canela y se pone a cocinar en el horno.

Ponche

Especie de bebida confortante, preparada con agua, ron o aguardiente, limón y azúcar, y algunas veces con huevos. Por lo regular se bebe caliente y se prepara así como sigue:

Se toma un buen limón; se restriega bien la cáscara contra un pedazo de azúcar blanca de pilón que pese lo menos media libra; se echa sobre el azúcar impregnado unas gotas de aceite esencial de limón, que se encuentra en todas las droguerías y cerca de un cuarto litro de una infusión fuerte de te verde, con una cantidad proporcionada de jarabe de culantrillo. Se exprime el jugo del citado limón, más también el de otro, quitándoles antes las pepitas, y se echa sobre todo un litro de aguardiente superior. Se le da fuego y se agita la llama con el cacillo del ponche, y cuando el licor se haya reducido a una tercera parte se apaga la llama soplándola y se sirve el ponche caliente en vasos.

El ponche, hecho con vino tinto, con blanco o con ron, se hace del mismo modo, a excepción de que uno de estos licores suple por el aguardiente y que el ponche de vino no se puede quemar, pero se sirve caliente como todos los demás ponches.

PONCHE DE LECHE

A ocho huevos batidos, sin galladuras, se añade media libra de azúcar, y batiendo sin cesar échase hasta un litro de buena leche caliente y después marrasquino o ron.

HELADO CREMA DE VAINILLA

1 lata de leche evaporada
1 lata de leche condensada
vainilla a gusto

Se pone en el congelador desde el día anterior la lata de leche evaporada. Antes de abrirla se agita por espacio de diez minutos, se vierte en un recipiente y se bate hasta que aumente y se espese, se le va agregando la leche condensada poco a poco, y se sigue batiendo hasta que esté todo bien ligado, se aromatiza con vainilla y se coloca en las gavetas del Refrigerador hasta que pase dos horas o tres.

BEBIDA PARA CONVALECIENTES

Se baten bien seis yemas con medio kilo de azúcar molido, se le añade un litro de buen vino y dos cucharadas de canela molida, se mezcla bien todo y se da en copitas. Pueden tomarse dos al día y dura mucho tiempo.

COCKTAIL DE LECHE

Una copa de leche hervida, dos huevos enteros, una cucharada de coñac, azúcar y canela al paladar; se pone todo en la cotelera, se bate bien y se sirve en copas. Fortifica mucho.

EL ARTE DE COMER

No basta extender sobre la mesa un mantel limpio y bien planchado. Se la debe adornar, de ser posible, con flores frescas. Que todo resplandezca en el conjunto porque no sólo es agradable ver una mesa bien ordenada sino que, cuando los hijos hayan crecido, jamás se olvidarán de este hermoso espectáculo familiar. La vajilla brillante y limpia también realza la frescura de la mesa y estas cosas predisponen a la urbanidad y el buen comportamiento. Si la mesa está puesta con descuido, se demuestra tendencia a la mala educación, y cuanto hay en el hogar deberá tener una tendencia educativa.

Un capítulo muy importante que jamás debe olvidar el ama de casa es el que se refiere a las conversaciones que sostiene la familia a la hora de la comida. Los diálogos violentos, las preocupaciones, cualquier clase de turbulencia que no sea la de la pura alegría, contribuirá a provocar desagrados y malas digestiones, y la alegría, ya se ha dicho, es la mejor receta para la salud.

EXQUISITOS COCKTAILS

½ de vermouth
½ de ron
Jugo de ½ limón
½ cucharadita de azúcar
Se bate con hielo menudo, se cuela y se sirve con una lasquita de piña.

* * *

2/3 Cognac
1/3 Vermouth
La cáscara de 1 limón
½ cucharadita de azúcar
Enfríese y cuélese.

* * *

¼ jugo toronja
½ Vermouth
½ de Ginebra
1 cucharadita Marraschino
Se bate mucho en hielo menudo y se cuela. Se sirve con varias almendras.

* * *

½ de jugo de piña
½ de Ron
½ cucharadita granadina
Hielo menudo, batido y colado.

EQUIVALENCIAS:

1 Kilo igual a	2 Libras.
4 Tazas de harina igual a	1 Libra.
2 Tazas de azúcar igual a	1 Libra.
2 Tazas de mantequilla igual a	1 Libra.
1/3 Litro de líquido igual a	1 Vaso.
1/4 Litro de líquido igual a	1 Taza.
460 Gramos igual a	1 Libra.
3 Cucharaditas igual a	1 Cucharada.
16 Cucharadas grandes igual a	1 Taza.
2 2/3 Tazas de azúcar en polvo igual a	1 Libra.
4 1/2 Tazas de cocoa igual a	1 Libra.
3 Tabletas de chocolate igual a	1/4 Libra.
2 2/3 Tazas de pasas igual a	1 Libra.
9 Claras de huevos igual a	1 Taza.
12 Yemas de huevos igual a	1 Taza.
5 Huevos enteros igual a	1 Taza.
4 Cucharadas igual	1/4 Taza.

MENÚ
PARA
NOCHEBUENA

Arroz blanco y frijoles negros
Lechón asado

Pavo asado o guineas
Yuca con mojo

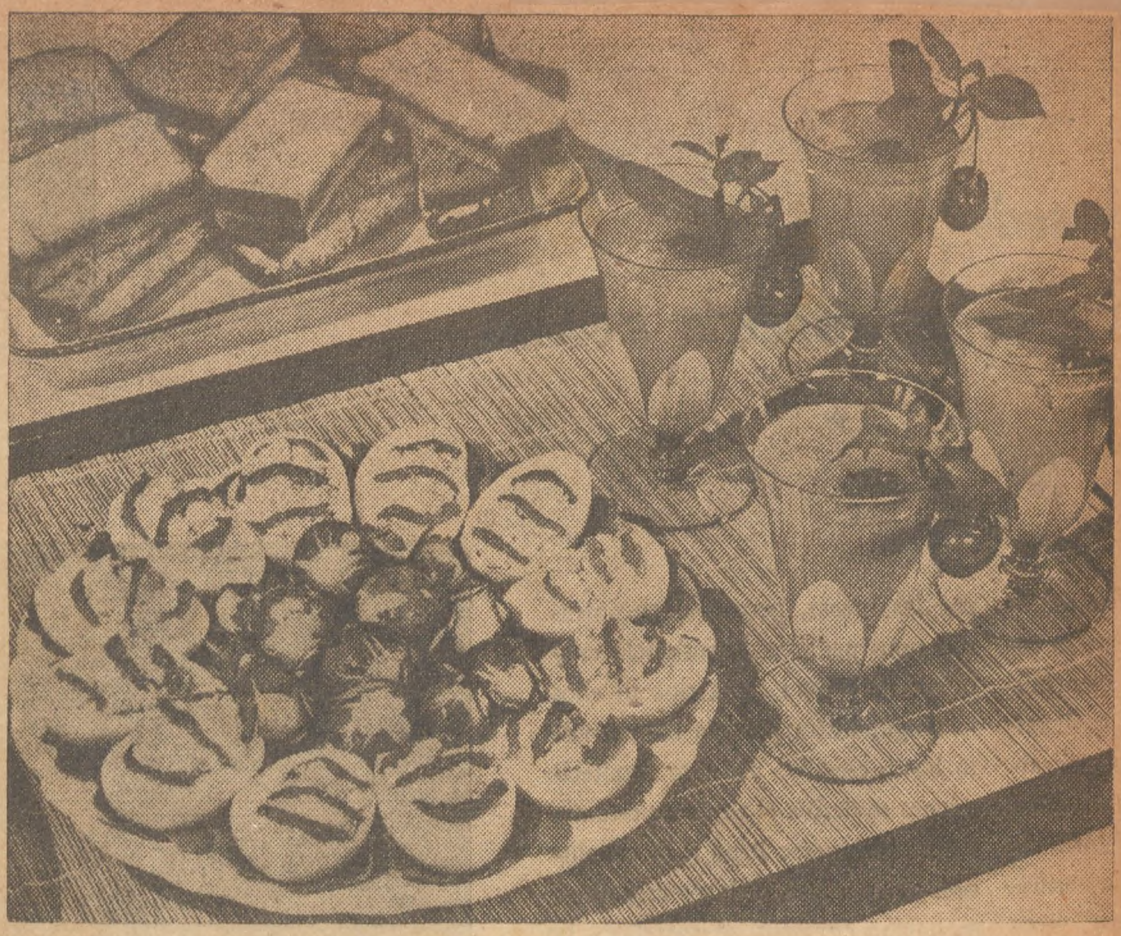
Ensalada de lechuga, rabanitos
berros

Buñuelos de yuca con melado

Dulces del país, turrones...

Vinos, sidras y café.

HORS D'OEUVRES



TODAS LAS NACIONES nos han dado algunos entremeses. El nombre francés de "hors d'oeuvres" es el más conocido. En Italia se llaman "antipasto" y en Suecia, donde son numerosísimos y muy elaborados, se conocen con el nombre de "smorgaasbord". Se pueden servir surtidos en los diferentes compartimientos de un platón de cristal, o en platos individuales. También se pueden servir en la sala antes de pasar al comedor, acompañando al "cocktail".

HUEVOS RELLENOS CON ANCHOAS

5 huevos
10 anchoas
3¼ cucharadas de mantequilla
1 yema de huevo suplementaria
Aceite y vinagre
Pimienta y sal
1 ramito de yerbas olorosas
Lechuga
Unas tiritas de pimientos morrones

Ponga a endurecer los huevos, córtelos en dos a lo largo y sáqueles las yemas. En un recipiente separado mezcle anchoas, yemas de huevo majadas, la mantequilla, pimienta y sal hasta formar una pasta bien unida. Con esta pasta se rellenan las mitades de claras duras. En seguida se hace una mayonesa con la yema suplementaria, aceite, vinagre y pimienta. (Si no quiere tomarse ese trabajo, compre mayonesa ya preparada). Arregle los huevos rellenos sobre una fuente cubierta con hojas de lechuga. Adórnelos con las tiritas de pimientos morrones, rabanitos, pepinillos y tronquitos de apio. Se pueden reemplazar las anchoas con atún si se desea.

AJIES RELLENOS CON CARNE

6 ajíes
1 cebolla picada
¼ taza de grasa
alcaparrado
puré de tomate
1 lb. de carne molida
½ taza de pan mojado en leche.
2 huevos
cebollas, ajos.

Se le quita con cuidado el centro a los ajíes y se lavan bien para extraerles las semillas; se escurren. Aparte se unen la carne, el pan mojado en leche, cebolla, huevos, ajo y sal, se mezcla todo bien y se sofríe. Con esta mezcla se rellenan los ajíes. Aparte se prepara una salsa con un poco de grasa el puré de tomate, cebolla, ajo, cuando ya esté se le echa una taza de agua, cuando rompa el hervor se le van añadiendo los ajíes uno a uno, se cocinan a fuego lento hasta que estén blandos.

POLLO ARREGLADO:

Para preparar este plato se necesita que el pollo esté muy tierno. Se puede calcular para seis personas tres pollos.

Después de pelados, sin romperles la piel se frotan con sal y se abren a lo largo friéndolos en bastante grasa. Hecho esto, se prepara una buena salsa de tomates con petit-pois, ajo puerro, jamón picadito y vino Jerez. En un molde engrasado se pondrán los pollos rociándolos con la salsa y cubriéndolos con una capa de queso rallado. Se pondrán al horno hasta que doren y al servirlos se cubren con salsa mayonesa. Este es un plato que estoy segura ha de agradar a todas mis lectoras.

BACALAO CON CREMA

2 lbs. de bacalao
2 cucharadas de mantequilla
1½ taza de leche evaporada
cebolla, laurel, sal, pimentón.

Lavado y cocido, vuelto a lavar y limpio de espinas, se desmenuza bien, se divide en 8 raciones y se distribuye en tartaritas engrasadas en aceite. Aparte se hace una salsa con la mantequilla derretida, un poquito de pimienta molida y un poquito de leche evaporada, revolviendo constantemente hasta que se haya añadido toda la leche. Se distribuye en cada ración. Se espolvorean con pimentón muy ligeramente y se llevan a horno moderado 30 minutos con un pedacito de hoja laurel y cebolla. Al servirlos se le quita el laurel y la cebolla.

4) HUEVOS MEYERBEER

Se prepara una salsa portuguesa con tres cebollas doradas previamente en aceite, luego se agregan 2 ajíes y, por último, 4 tomates, todo cortado en rodajas y condimentado con sal y un poquito de azúcar. Se saltan en manteca 6 riñoncitos de cordero o uno de ternera, cortado en trozos, y se une a la salsa anterior. Esto se coloca en moldecitos individuales y cada uno se cubre con un huevo, un poquito de sal y perejil picado. Se pone al horno hasta que la clara esté bien blanca.

LOMO SUVOISE

Para 6 comensales 1½ kilo de lomo, se adoba durante media hora con sal, perejil, pimienta, orégano y el jugo de medio limón; luego se ata y se cocina a horno caliente de 20 a 30 minutos. Mientras tanto, se prepara la salsa Suvoise haciendo dorar una cebolla picada en 50 grs. de manteca; se agregan dos cucharadas de harina y ¾ de litro de leche caliente, se unen bien y se ponen al fuego, revolviendo, para que hiervan 5 minutos; luego se retiran, se cuelan y se les agrega sal, pimienta y dos yemas. Cortar el lomo en rebanadas, uniéndolas entre sí con un poco de la salsa, de modo que parezca entero; se coloca en un molde de vidrio refractario de poca profundidad, se cubre con la salsa, se espolvorea con pan rallado y se pone al horno hasta que se dore. Se sirve rodeándolo de papas y zanahorias hervidas y saltadas en manteca.

BOCADITOS ENROLLADOS

2 huevos salcochados
3 pimientos morrones
½ lb. de queso rallado
½ taza de leche
1 cucharada de mantequilla
1 cucharada de harina
¼ cucharada de sal
1 cebolla.

Se pasan por la cuchilla más fina los pimientos, la cebolla y los huevos, se unen al queso rallado, se baten bien con la mantequilla, la leche y los demás ingredientes. Se ponen al fuego y se revuelven constantemente hasta formar una pasta. Se le quita la corteza al pan y se corta a lo largo y en tres y se envuelve enrollado en una servilleta húmeda cada parte. A las cuatro horas se extiende y se unta de la pasta anterior volviéndolos a enrollar en la servilleta húmeda y bien ajustada. A las pocas horas se corta en ruedas del grueso de una pulgada. La pasta aparte se puede usar para galleticas o bocaditos.

ALBONDIGAS DE POLLO

Se pican o pasan por la máquina dos pechugas de pollo, se les agrega un poco de pan rallado, un huevo y se sazona; se ponen por cucharadas, como las otras albóndigass, en un poco de caldo, echa en una bolsa de franela hecha a propósito y se deja que se filtre la gelatina transparente y clara. Se pone en copas de champagne y se deja que se enfríe. Esta gelatina es de gran alimento para personas débiles.

RIÑONCITOS A LA RADICAL

Se cortan a lo largo en dos mitades los riñones de ternera, en tajadas muy delgadas, y se ponen a freír en manteca, sazonándolos con sal y pimienta, se les añade una taza de caldo con una cucharada de harina desleída, medio vaso de vino blanco y perejil picado; se le da media hora de cocción y se sirven con rebanadas de limón.

GUISO DE MAIZ:

2 lbs. de papas
½ calabaza grande
1 lb. masa de puerco
Tomates, ajo, cebolla y ají
2 latas maíz en grano (americano)
1 lata maíz Crema.
Sal, comino molido, color.

Se pelan las papas y la calabaza y se cortan en pedazos pequeños y se ponen en poca agua a ablandar con un poco de sal. Aparte se sofríe la carne de puerco, se le agrega la cebolla y demás componentes del sofrito y se añaden a la cacerola donde estamos preparando el guiso, se rectifica de sal, se le da color y se le añade el maíz en grano y la crema. Se deja hervir un ratico más y está listo ya para servir.

MACHUQUILLO DE PLATANOS VERDES

6 plátanos verdes
3 pintones
1 taza de chicharrones
4 dientes de ajo
sal, manteca de puerco.

Se salcochan los plátanos y calientes se pasan por la cuchilla de la máquina. Se ponen a cocinar los chicharrones y cuando estén algo fritos se le agregan los ajos machacados y un poco más de grasa, siempre como es natural de acuerdo con la que hayan soltado los chicharrones, se le añaden los plátanos y se cocinan hasta que doren.

TORTILLA DE JAMON

Para 4 personas: 8 huevos, ¾ lb. de jamón, manteca.

Se corta el jamón en pedazos pequeños, se desala, se escurre, se seca y se rehoga en un poco de grasa.

Se baten las yemas, aparte las claras. Se les agrega el jamón, se pone a calentar la grasa en la sartén y se echa la tortilla; se mueve el sartén para que no se pegue la tortilla al fondo, cuidando mucho que no se queme, conociendo que está ya cuando se desprende del fondo. A veces no se desprende bien por estar pegada a las paredes; conviene, por tanto, pasar el tenedor por toda la vuelta para despegarla.

Se inclina la sartén y se dobla la tortilla en tres dobleces, ayudándose con el tenedor. Ya la tortilla hecha, se vuelca en un plato.

ARROZ CON LECHE ESPECIAL

Se tiene en remojo varias horas una libra de arroz valencia. Se pone a fuego lento hasta que quede bien blando el grano. Se pasa por un colador para hacer una crema espesa. Se le agregan 2 latas de leche evaporada, 2 cucharadas de vainilla, azúcar al gusto y se deja a fuego lento hasta que cocine bien, se quita del fuego y se le agrega una lata de ensalada de frutas. Se sirve con canela en polvo.

HUEVOS EN SALSA DE TOMATE:

Se hace una buena salsa de tomate, se cuela y se coloca en la tartera. Se tiene preparado una buena cantidad de jamón en dulce cortado en lascas, papa frita a la juliana, se abren los huevos en la salsa, se le agrega el jamón y la papa y se tiene en el horno hasta que el huevo cocine la clara no así la yema. Se sirve con queso rallado por arriba.

PIERNA DE PUERCO ASADA:

A la pierna se le sacan los huesos dejando solamente el de arriba. Se hace un mojo de ajo, orégano y naranja agria. Se le unta a la pierna sal por dentro y por fuera, después con el mojo que ya hemos preparado la untamos bien, se amarra y se deja dos o tres horas antes de ponerla al horno, luego en el horno a regular calor. Se demora dos o tres horas. Se presenta cortada en ruedas, servida con compota de manzana, o puré de papas.

HUEVO PARA ENFERMOS

Se bate una yema con una cucharada de azúcar; aparte se bate la clara como para merengue y a la yema se le agrega una copita de Oporto, Jerez o coñac; por último, se le mezcla la clara batida. Es tónico y digerible.

SOPA DE ACELGAS

Se ponen al fuego dos cucharadas de manteca y dos de harina y se agregan las acelgas, que antes deberán haberse pasado un momento por agua hirviente, se cuecen con leche, sal, una hoja de laurel y perejil. Cuando se sirven en la sopera, se les agrega una o dos yemas de huevo batidas.

Nina Foch, una decidida partidaria de los tomates en todas formas, nos da una receta de mermelada de tomates y manzanas, que trasladamos a nuestras lectoras.

Se necesita para esto un limón picado; un cuarto de taza de agua; una lata mediana de tomates al natural; dos tazas de manzanas picadas en pedacitos menudos, y tres tazas de azúcar.

Todos los ingredientes se mezclan y se ponen a hervir, hasta que la mezcla se convierta en una salsa más bien espesa, que hay que mover constantemente con la espátula para que no se pegue. Cuando la mezcla está en punto, lo que se conoce porque no se queda adherida a la espátula, se vierte en los pomos de conserva esterilizados, que se cubren con parafina caliente. Esta cantidad da para cuatro pomos de media libra cada uno. Y según asegura Nina Foch, esta mermelada, tan sencilla de hacer, constituye un postre exquisito.

PATAS DE TERNERA GRATIN:

Se limpian las patas y se salcochan desde la noche anterior para que estén bien blandas. En una tartera se colocan las patas quitándoles todos los huesos y procurando que los pedazos queden bastante grandes, se cubren con jamón, tocino ahumado en lascas, cebollas picadas, perejil, laurel, vino blanco, sal y un poco de manteca. No se deben revolver sino desprenderlas del fondo con cuidado para que no se quemen. Cuando empieza a hervir se le agrega un poco de miga de pan mojado en caldo 4 yemas duras, un poco de mantequilla, se cubre todo con queso y pan rallado y se deja dorar.

BOLICHE MECHADO SERVIDO CON MANZANAS

3 lbs. boliche
1 lb. jamón
1 huevo duro
1 cebolla
2 manzanas

Se lava bien y limpia el boliche y se le hacen perforaciones con la punta del cuchillo, introduciéndole tiras de jamón, pedazos de huevo y cebolla Se le agrega ½ botella de vino seco y se deja en el refrigerador. Se calienta bien la grasa y se dora el boliche, se le agrega el adobo y se lleva al horno, que esté bien caliente al momento de poner la carne, se mantiene en fuego fuerte 20 minutos bajando poco a poco el calor hasta que esté bien tierno el boliche. Se corta en ruedas, se adorna con ruedas de manzana, se cuela la salsa y se vierte sobre la carne.

LANGOSTA CON SALSA TARTARA:

Salcochada como de costumbre la langosta, esto es, echándola viva en agua hirviendo, se corta en ruedas y se colocan éstas sobre hojas de lechuga. Aparte se hace una mayonesa espesa y se le agregan cebolla y pepino agrio picadito, si gusta unos pedacitos de aceitunas. Con esta salsa se cubre la langosta.

APORREADO DE LANGOSTA:

Después de salcochadas las langostas se deshilachan. En aceite se sofríe ajo, cebolla, ajíes y tomates; bien cocinado se le agrega la langosta, se sazona con sal y pimienta, se revuelve y se le agrega unos cuantos huevos crudos batidos, revolviéndolo constantemente. Se sirve adornado con ruedas de huevos duros y aceitunas.

PASTEL DE PAPAS:

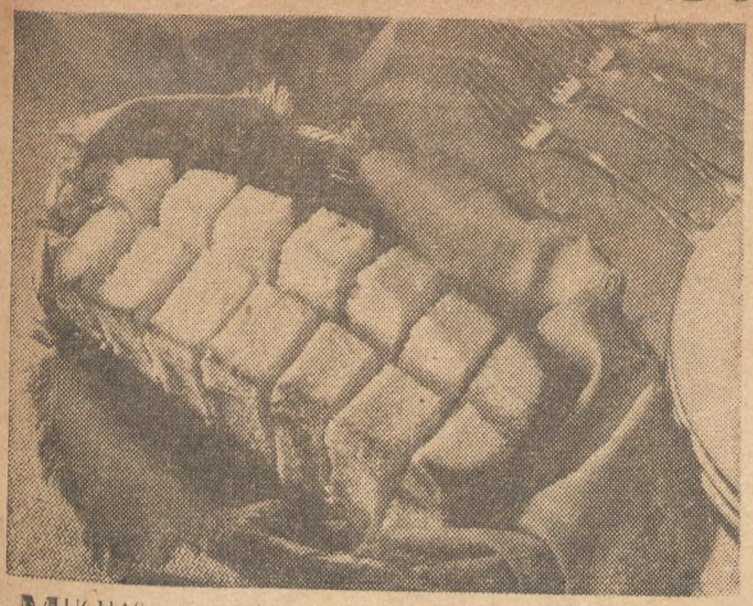
2 lbs. de puré de papas
4 cucharadas de queso rallado
4 pimientos de lata
1 taza de salsa de tomate.

Sobre una mesa engrasada con mantequilla y con un rodillo, engrasado también en mantequilla se extiende la mitad del puré de papas, al que ya se le ha unido el queso rallado. La otra parte del puré se coloca en una sartén engrasada. Aparte se hace un sofrito con cebolla, ají, ajo y la salsa de tomate, se vacia sobre el puré que está en la sartén, los pimientos se cortan en tiras y se acondicionan también. El puré que tenemos extendido se corta en tiras de dos dedos de ancho y se forma con él un enrejado sobre el pay. Se coloca a calor de horno moderado. También se puede hacer con relleno de pollo, puerco, pescado, etc.

VINAGRE COMPUESTO

Se ponen en un litro de vinagre dos ramitos de albahaca, dos de toronjil, un ramito de orégano, dos hojas de laurel, dos dientes de ajo, sal, pimienta en grano. Se deja un poco a que se mezclen los sabores y se usa para adobos y ensaladas. ¡Es delicioso!

COMO UTILIZAR EL PAN VIEJO



MUCHAS veces quedan varios pedazos de pan de un día para otro y se tiran por no saber cómo sacarles provecho, sin darse cuenta de que el pan tostado es un gran alimento, especialmente para los niños y los ancianos. Prueben estas recetas que damos a continuación y verán como jamás se verán trozos de pan en la caja de guardarlo.

TOSTADAS DE CANELA — A la mantequilla derretida se le agregan canela y azúcar en polvo y se le unta a las tostadas. Se asan y antes de servirlas se ponen al vapor de una olla con agua hirviente en un aparato o parrilla de alambre.

TOSTADAS DE NARANJA (CHINA) — Lo mismo, poniéndoles en lugar de canela cáscara de naranja rallada y un poco de jugo.

TOSTADAS DE MIEL — A la mantequilla se le agrega una cantidad igual de miel, se untan las tostadas y por encima se les rocía canela.

TOSTADAS DE BATIDO BLANCO — Se unta el pan con mantequilla, se les ponen clara de huevo batida con azúcar y almendras tostadas y se meten al horno.

TOSTADAS CON COCO — Lo mismo que las anteriores, pero en lugar de almendras coco rallado.

TOSTADAS DE QUESO — Se untan las tostadas de mantequilla se les pone por encima queso rallado y se meten al horno.

TOSTADAS DE TOMATE Y QUESO — Se untan de mantequilla, se les ponen una tajada de queso amarillo y una tajada de tomate, se meten al horno y se sirven calientes.

TOSTADAS CON MERMELADA DE FRESAS Y CREMA — Se hacen las tostadas, se les pone un poco de mermelada de fresa y se cubren por encima con crema batida.

TOSTADAS CON AZUCAR Y LIMON — Se hacen las tostadas y se les pone por encima azúcar y rallado de limón.

TOSTADAS FRANCESAS

2 huevos ligeramente batidos
¼ de cucharadita de sal
1 taza de leche
6 tajadas de pan

Se mezclan los huevos, la sal y la leche en una vasija honda. En esta mezcla se mojan bien las tajadas de pan y se fríen en mantequilla o manteca hasta que se doren. Se sirven con miel o mermelada o jalea.

* * *

COPITAS DE PEPINO

Córtense los pepinos sin pelar, por la mitad, a lo ancho y pónganse a cocer hasta que estén tiernos, añadiendo sal al agua de cocción poco antes de que concluya ésta. Sáquense las semillas, dejando una pared lo más gruesa posible a los lados y en el fondo, formando así copitas verdes, que podrán rellenarse con pollo o cualquier otro relleno que lleve salsa blanca. (Es un gracioso y sabroso plato para el almuerzo).

Jamón de ternera al horno

1 kilo de jamón de ternera, aceite y manteca, 1 copa de vino blanco, Faisán, laurel, orégano, ají, tocino, tomates, lechuga, papas, perejil, sal y pimienta.

Se mecha el jamón con el tocino; se ponen en la asadera dos cucharadas de aceite y dos de manteca o grasa; se coloca en ella el jamón mechado, una hoja de laurel, una ramita de orégano, una cucharadita de ají molido; se espolvorea con sal y pimienta; se agrega el vino y se lleva al horno para que se cueza, regándolo, de cuando en cuando, con el jugo de la asadera. Se prepara un puré con un kilo o kilo y medio de papas cocidas en agua salada; se divide el puré en tres porciones; a una de ellas se le mezcla perejil muy picado; a otra con tomates, a los que se les habrá dado un hervor y pasado por el tamiz; la tercera quedará al natural. Se coloca en una fuente el jamón cortado en rebanadas; se riega con la salsa de su cocción y se adorna con el puré y hojas de lechuga.

Canapé de Sardinas

Se cortan rebanadas de pan, se les quitan los bordes y se untan con manteca. Aparte, quítense la piel de las sardinas y las espinas. Se deshacen bien las sardinas, echándoles sal y pimienta. Colocamos esto sobre el pan y encima lechuga picada finísima. Se adorna con una rebanada de huevo duro.

Bacalao en Cazuela

Se corta el bacalao en trozos y se echa en una cazuela una capa de pan rallado, ajos y perejil bien picado, otra de bacalao encima y sucesivamente, una de avíos y otra de bacalao. Luego, cuando está se echa encima aceite, ajos, pimienta, hojas de laurel y zumo de limón, dejándose cocinar hasta que el bacalao haya absorbido el agua y queda cocinado en su aceite. Para que el plato sea más delicioso agréguese un cuarto de cucharadita por ración de glutamato.

Mermeladas de ciruelas pasas

Lavense 115 gramos de ciruelas pasas, remójense en agua por más de una hora y cuézanse hasta que estén suaves. Quíteseles el agua y pásense por un cedazo, pésense y añádanseles el mismo peso de azúcar. Revuélvase y cuézase hasta estar espumoso.

REVOLTILLO DE CALABAZA.

1 calabaza chica.
2 huevos.
¼ libra jamón.
1 cebollita muy picadita.
3 cucharadas de salsa de tomates.
3 cucharadas de aceite.
6 ruedas de pan.

Se pela la calabaza y se corta en cuadritos pequeños, se echa en una vasija con media taza de agua y se coloca en el horno bien tapada. Aparte se hace un sofrito con la cebolla y el jamón picados finitos, se añade la salsa de tomate y la calabaza (la que se debe de agregar fría) y por último los huevos batidos. Se pone al fuego hasta que esté bien cocinado. Se sirve con ruedas de pan frito.

AGUACATES RELLENOS

Se ponen a cocer unas papas y, una vez cocidas, se majan con un tenedor y se mezclan con jamón, chorizo frito, una lata chiquita de sardinas, todo perfectamente picado. A esa mezcla se le añade aceite, vinagre, sal, pimienta, jugo de limón y una cucharadita de mostaza. Luego se rellenan los aguacates, previamente pelados y deshuesados, partidos por la mitad y que se habrán puesto a remojar en agua de vinagre y sal. Se espolvorean con queso gruyere rayado.

HABICHUELAS GUISADAS

3 lbs. habichuelas que estén bien tiernas
1 cucharada de mantequilla
3 yemas de huevo
2 tazas de crema espesa.

Se cortan las habichuelas en pedazos pequeños, se echan en agua hirviendo, y se cocinan en cazuela bien tapada 20 minutos, se les agrega la sal y se les deja cocinar 15 minutos más. Se sacan y extienden en una fuente, se le quitan todos los hilos que tengan y se le echa por encima la crema.

CREMA: Se echa en una cacerola la crema y se cocina a bañomaría revolviéndola constantemente, cuando esté hirviendo se echa encima de las yemas que ya estarán batidas, se le añade ¼ de cucharadita de sal y se vuelve a poner a bañomaría y se cocina 3 minutos se aparta, se le agrega la mantequilla y se cubren las habichuelas.

FRITURAS DE MANZANA:

Se pelan y rallan 2 manzanas se le agregan 4 cucharadas de harina de castilla, 2 huevos, 2 cucharadas de azúcar y ½ cucharada de sal, una cucharadita de levadura. Se fríe en grasa bien caliente por cucharadas y se cubren de almíbar al servirlas.

CARNE MOSAICO:

2 lbs. de masa de puerco, una libra de jamón, 6 huevos, sal y pimienta. Se pasa por la cuchilla más fina de la máquina la carne de puesco, se sazona de sal y pimienta y se le añaden 3 huevos se mezcla bien y se divide en tres porciones. El jamón y los tres huevos salcochados se cortan en tiritas, se coloca una parte de la carne en el molde, sobre ella jamón y huevo, otra de carne, otra de jamón y huevo y la última de carne. Se cocina a bañomaría por espacio de hora y media.

RECETA STANDARD PARA LA SALSA BLANCA

Clara

1 cucharada de harina
1 cucharada, no muy llena, de grasa
1 taza de leche
¼ cucharadita de sal
1 pizca de pimienta

Mediana

2 a 3 cucharadas de harina
1 a 3 cucharadas de grasa
1 taza de leche
¼ cucharadita de sal
1 pizca de pimienta

Espesa

4 cucharadas de harina
1 a 4 cucharadas de grasa
1 taza de leche
¼ cucharadita de sal
1 pizca de pimienta

Modo de hacerla:

Derrítase la manteca, añádase la harina y póngase todo al fuego hasta que haga burbujas. Entonces agréguese la leche y déjese al fuego hasta que espese la salsa.

POLLOS A LA CREMA CON HONGOS

Se corta un pollo en presas, sazonándolo con sal, nuez moscada y pimienta. Se doran las presas en 100 grs. de manteca, luego se le agrega una cebolla rallada, un ramito de hierbas y ¼ de litro de leche; se deja cocinar a fuego lento 35 minutos, añadiéndole, en el momento de retirarlo, una cucharada de fécula de papa disuelta en leche, y, al soltar el último hervor, una copa de vino blanco. Aparte, en una sartén, con una cucharada de manteca, se vierte una latita de hongos, que se dejan 5 minutos para que se les evapore el agua Luego se les echan 150 grs. de crema de leche, sal y pimienta . Se coloca el pollo en una fuente previamente calentada (pues es indispensable servir este plato bien caliente), se cubre con el jugo colado que ha quedado de la cocción y, finalmente, se le coloca la crema con los hongos.

CROQUETAS DE PAPAS.

1 libra de papas.
1 cucharada de manteca.
huevos.
harina.
pan rallado.
sal y pimienta.

Se pelan las papas y se cuecen en agua con sal; se deshacen muy bien después de haberlas dejado escurrir perfectamente. Se mezcla a este puré una cucharada de manteca, se añaden dos huevos batidos, sal y pimienta; se une todo bien, añadiendo una cucharada de harina.

Se cuecen huevos duros, se pelan y cortan en cuatro en sentido longitudinal cuidando de no separar la clara de la yema; se envuelven en el preparado de papas dándole la forma de croquetas; se mojan en huevo batido con una pizca de sal; se cubre con pan rallado y se fríen en manteca o aceite bien caliente.

YEMAS DE COCO

Un cuarto de kilo de coco rallado
Un cuarto de litro de leche condensada

Se mezcla el coco con la leche condensada, se hacen unas bolitas que luego se estiran en forma de pirámide. Se ponen en una bandeja untada con mantequilla en un horno muy fuerte y se doran durante cinco minutos.

Como verán por la receta es un platillo facilísimo de hacer, muy rápido y saludable. Si se desea darle un toque novedoso, se le pueden poner unas gotas de color vegetal y formar un verdadero arco-iris con diferentes colores. Ideal para obsequiar cuando hay fiestecitas de muchachas.

BONIATOS CON PIÑA

Se cuecen los boniatos con cáscara. Cuando hayan enfriado se pelan y se cortan en trocitos de medio centímetro de grueso. Con un tercio de taza de miel o almíbar y un cuarto de taza de agua caliente, se hace una mezcla y con esa mixtura se cubre el fondo de un molde en el que se echan los boniatos y piña picada en rebanadas. Se cubre con el resto de la mezcla de miel y agua y se hornea por espacio de diez minutos.

BONIATOS AL HORNO

Se cuecen los boniatos sin pelar y, cuando estén tiernos, se escurren y se les quita la piel. Se hace un jarabe hirviendo media taza de agua con una taza de azúcar prieta. Se cortan entonces los boniatos en dos mitades o en rebanadas y se humedece cada trozo en el jarabe, depositándolos en un molde engrasado. Se sazonan con sal y pimienta y trocitos de mantequilla. Cuando todo el boniato está en el molde, se cubre con el jarabe y se hornea hasta que doren los boniatos.

CANAPES DE QUESO

3 rebanadas de pan Francés
1 taza de queso rallado
½ taza de salsa bechamel
¼ mantequilla.

Se cortan en forma rectangular las rebanadas de pan y se fríen en mantequilla. Se derrite el queso y se mezcla con la bechamel. Se extienden sobre los canapés y se ponen en el horno para gratinarlos. Se pueden servir calientes o fríos con ensalada.

CROQUETAS DE JAMON:

2 cucharadas de jugo de cebolla
1½ lb. de papas
1 taza de queso rallado
2 cucharadas de mantequilla
1½ taza de jamón molido
1 cucharadita de sal
pimienta si se quiere.

Se salcochan las papas y se reducen a puré con la mantequilla y el queso rallado. El jamón y el jugo de la cebolla se unen bien con el puré. Con esta pasta se forman las croquetas y se dejan reposar bien en el refrigerador. Se pasan por huevo y galleta molida y se fríen en abundante grasa. Se sirven acompañadas de ensalada fresca.

CROQUETAS DE BONIATOS

2 tazas de boniatos salcochados
2 cucharadas de mantequilla
4 cucharadas de queso rallado
sal
huevo batido y pan rallado.

Se mezcla bien el boniato con la mantequilla y el queso, se sazona de sal. Se forman las croquetas se pasan por huevo y pan rallado y se fríen en abundante manteca. Se sirven adornadas de rueditas de limón.

MONDONGO CON PATITAS DE CORDERO

Se cuecen muy bien el mondongo y las patitas hasta que se desprenden del hueso y se cortan ambos muy finos. Se pone en la cacerola una cucharada de manteca y dos cucharadas de aceite, se le echa una cebolla bien picada, sal, pimienta y nuez moscada, se le agrega el mondongo, las patitas y dos cucharones de caldo. se hace una salsa blanca, se le ponen dos yemas, se le agregan unas papitas cocidas de igual tamaño, se echa esto en la cacerola y se sirve muy caliente; echándole bastante perejil picado.

BACALAO EN SALSA BLANCA

Se pone el bacalao en remojo desde la noche anterior para que esté bien jugoso. Peladas las papas se cortan en ruedas no muy finas, pero tampoco gruesas, el bacalao se corta en pedazos grandes, se echan en una cacerola, se cubren de agua y se ponen a salcochar. Se corta bastante cebolla en ruedas y mucho perejil se sofríe en bastante aceite. En una taza de leche se deslíen bien 2 cucharadas de harina y se unen a la cebolla y perejil, se revuelven hasta que espesen. Ya blandos el bacalao y las papas se le agrega la salsa blanca y se deja a fuego lento 15 minutos.

CREMA DE ARROZ CON MELOCOTON:

1½ lb. de arroz Valencia
1 lata de melocotones
½ lb. de azúcar
vainilla
2 latas de leche evaporada

Se debe tener el arroz en remojo 2 o tres horas antes de ponerlo a cocinar, que se hará en agua hasta que ablande bien el grano. Ya blando se pasa por el colador de puré hasta que quede hecho una crema. Después se pasan por el colador los melocotones y se unen a la crema de arroz. Se le echan las 2 latas de leche la vainilla y el azúcar y se tiene en fuego moderado hasta que esté a punto.

PESCADO CON VERDURA A LA CREMA

INGREDIENTES. — 6 ruedas de pargo.
Aceite, sal, pimienta y jugo de limón.
1 taza de acelgas o espinacas, cocinadas y picaditas.
1 taza de zanahorias cocinadas y picaditas.
1 latica de petit-pois extrafinos escurridos.
3 tazas de salsa blanca espesa.
3 cdas. de salsa de tomate de pomo.
18 espárragos.

PREPARACION. — Se lavan y secan las ruedas de pescado. Se sazonan con sal, pimienta y jugo de limón. Se colocan en una tartera engrasada con aceite. Se mezclan en un tazón las acelgas o espinacas, zanahorias y petit-pois. Se les añade una taza de salsa. Se mezcla bien. Se divide esta preparación en 3 raciones y cada una se coloca sobre una rueda de pescado formando una capa. Se liga el resto de la salsa con el tomate. Se cubren las ruedas con esta salsa. Se adorna cada rueda con tres espárragos. Se hornean las ruedas a 375 grados F. durante 30 minutos. Se retiran del horno y se dejan reposar tres minutos. Se sirven calientes acompañados de tostaditas de pan enmantequilladas.

TORTONYS VERDES

Plátanos verdes
Vino seco
perejil
queso rallado.

Por cada comensal se calcula un plátano, se corta en trozos y se fríe en bastante grasa. Se aplastan y se ponen en agua con sal. Aparte se pica cebolla y se dora en aceite o mantequilla, se le agrega el vino seco y un poco de perejil y por último se le añade el queso rallado. Se sacan los plátanos del agua y se vuelven a freír, se ponen en una fuente y se les vierte la salsa preparada, se adornan con ramitas de berro.

PASTEL DE CARNE:

1 lb. de picadillo de res
1 lb. de picadillo de puerco o jamón
1½ lb. de papas
1 queso crema
1 cucharada de cebolla picada
8 tomates
½ taza de leche

Unanse las dos carnes con la cebolla, sal, tomates y leche. Salcóchense las papas y redúzcanse a puré conjuntamente con el queso crema. Póngase una capa de papas en un molde de engrasado, cúbrase con el picadillo (todo el picadillo). Póngase el resto de la papa. Llévese al horno 350-F° durante 50 minutos. Cantidad 5 personas.

GUINEA A LA CUBANA:

Después de bien limpia la guinea y sazonada de sal, se machaca el mortero bastante perejil al que se le va agregando poco a poco aceite hasta formar una pasta con la cual se frota bien la guinea por fuera, se deja en reposo durante una hora y después de pasado ese tiempo se pone en una cacerola bastante mantequilla echando la guinea hasta que se dore, se le agrega una taza de caldo, otra de vino seco, dos cebollas y una cabeza de ajos y se deja ablandar a fuego lento. Se sirve adornada de ruedas de pepinos y remolachas.

FILETES DE PARGO SOBRE TOSTADAS

2 lbs. de filete de pescado
2 cucharadas de mantequilla
sal, pimienta, nuez moscada
1 taza zumo limón, perejil muy picadito.

Se fríen los filetes, se escurren, la salsa se deja al fuego añadiéndole nuez moscada, jugo de limón, perejil, la mantequilla. Se colocan los filetes sobre rebanadas y se cubren con la salsa.

ARROZ CON JAMON Y COLES:

½ col
½ lb. de jamón
2 lbs. de arroz
6 tomates
1 cebolla
ajos y ají
color, sal y manteca.

Se prepara el sofrito y cuando ya esté se le agrega bien picadito el jamón se le dá algunas vueltas y se le agrega la col muy picadita. Se deja hervir hasta que la col esté tierna. Se tiene ya limpio y lavado el arroz se le agrega, con el agua suficiente, se le da color, se rectifica de sal y manteca y se deja hasta que el grano ablande, o sea el mismo procedimiento que para otro arroz amarillo.

PESCADO GUISADO:

2 lbs. de ruedas de pargo
2 lbs. de papas
2 cebollas grandes
6 ajíes
5 dientes de ajo
3 mazos de perejil
1 taza de aceite, sal.

Se pelan y cortan en ruedas las papas, sobre ellas se coloca el pescado las cebollas cortadas en ruedas también y el ají, se cubre de agua y sazona de sal y se tiene a fuego lento hasta que la papa esté completamente blanda. Aparte se machaca en el mortero los ajos y el perejil hasta que estén completamente desbaratados, se les agrega el aceite y se añaden al guiso, se deja hervir tres minutos más y se aparta del fuego. Queda ya listo para servir.

LENGUA DE TERNERA ROBERTS

Poner a hervir en abundante agua una lengua de ternera para sacarle bien el pellejo. En una cacerola se echa una taza de las chicas de aceite, una cebolla grande cortada en trozos, lo mismo que dos o tres zanahorias; se le agrega la lengua, que debe dorarse, y a los diez minutos se le echa un cucharón de agua y sal y una cucharada de extracto de tomate; se deja reducir un poco para añadirle después media copa de vino blanco y un ramito de hierbas. Cocinar durante una hora, más o menos, hasta que pinchando con el tenedor éste penetre fácilmente en la lengua. Se corta en rebanadas, se arregla en una fuente, se cuela el jugo que ha quedado, echándoselo por encima, junto con una cucharada de alcaparras y pepinitos picados. Se sirve con un borde de puré de papas.

2) COLIFLOR A LA POLONESA

Cocinar en agua y sal una coliflor sin las hojas verdes, y al mismo tiempo, durante 12 minutos, tres huevos, que se sacarán para dejarlos enfriar. Mientras tanto, se prepara la salsa polonesa, poniendo en una sartén tres cucharadas de manteca, dos de miga de pan rallado y una cucharadita de perejil picado, a la que se ha puesto una pizca de pimienta blanca o sal de apio, según el gusto. Se coloca la coliflor en un molde de vidrio refractario, se cubre con la salsa polonesa y se adorna con los huevos duros cortados en rodajas.

FRITURAS DE ACELGAS

Bien limpias las acelgas se salcochan y se escurren bien. Se pican bien chicas. Se hace un sofrito de ajo cebolla y tomate con un cuarto de libra de jamón molido, se une a las acelgas y se les agrega 4 cucharadas de queso rallado. Se prepara una salsa bechamel y se incorpora a la acelga, se forman las frituras, se pasan por galleta molida y huevos y se fríen en bastante grasa.

Albóndigas de bacalao

Después de cocinado el bacalao, haberle sacado las espinas y machacarlo en el mortero con miga de pan empapada en leche y exprimida, añádanse cuatro yemas crudas, un puñado de hongos previamente lavados y dos cucharadas de hierbas aromáticas. Háganse las albóndigas aproximadamente del tamaño de una nuez, y después de rebozarlas en huevo batido, se pasarán por miga de pan rallado mezclada con queso rallado. Fríanse y preséntense adornando la fuente con perejil y abundante cantidad de salsa bechamel, en el centro de la fuente.

CARNE EN FRICANDAU:

Se pican tres libras de carne de puerco y una y media de palomilla, se le agregan 3 huevos crudos y un poco de miga de pan mojado en leche, cebolla y dos chorizos picados en máquina, sal y pimienta, se mezcla todo muy bien y se forman bolas envolviéndolas en un batido de huevo un poquito de harina de Castilla y perejil picado, luego en polvo de pan hallado y se fríen en abundante grasa. Se sirven con salsa de tomate.

COSTILLAS DE CERDO AU FROMAGE

Preparar tantas costillas de cerdo como comensales, tratando que no estén cortadas muy finas. Se colocan en un recipiente hondo con sal y jugo de limón durante media hora, dándoles vuelta a cada rato, para que todas se impregnen por igual. Aparte se ha rallado una buena cantidad de queso, por el que se pasan las costillas hasta que queden cubiertas por ambos lados, como si fuesen milanesas. Se arreglan en una fuente de horno, separadas una de otra; se rocían con manteca derretida y se dejan a horno más bien fuerte durante media hora. Se sirven con papas fritas a la cucharita y guisantes saltados.

3) PESCADO A LA PLATENSE

Se hierven en agua con sal ¾ de kilo de pescado de carne blanca (pejerrey, merluza, corvina, etc.); a los 10 minutos se retira y se deja escurrir. Se hace una salsa blanca espesa con dos cucharadas de manteca, tres de harina y una taza grande de leche, y se une al pescado, deshaciéndolo, de modo que quede como una crema; se le pone una cucharadita de mostaza, un poco de perejil picado y dos huevos duros en rebanaditas. Colocar esta preparación en una fuente de horno, y se decora con la manga, con papa duquesa, que es un puré al que se le ha agregado un huevo y un poco de queso rallado.

ROLLO DE BONITO:

2 lbs. de papas
1 lata de bonito en aceite
4 huevos
½ lechuga americana
2 remolachas
limón, sal, 5 cucharadas de aceite.

Se salcochan las papas y se reducen a puré, caliente aún se une la lata de bonito bien desbaratadito. Se deja enfriar. Ya frío, con la masa se forma un rollo. Con las 4 yemas se prepara una salsa mayonesa con el aceite y el limón. Se arregla en la ensaladera de la siguiente forma: Se cubre el fondo con la lechuga, sobre la cual se coloca el rollo, se rodea de rueda de remolacha, cubriéndolo todo con la mayonesa. Se debe servir bien frío.

Puré de boniato.—

8 boniatos medianos cocinados
4 cucharadas de mantequilla
½ cucharadita de sal
2/3 taza de leche

Pele y maje los boniatos calientes; añádales la mantequilla derretida, la sal y la leche. Bata la mezcla hasta que esté ligera. Espolvoréela con nuez moscada o canela, antes de servirlo.

Jamón Horneado.—

1 jamón de ahumado, de 10 a 12 libras
4 cucharadas de mostaza preparada.
1 taza de azúcar prieta
2 cucharadas de harina de trigo.
clavos de olor
1 lata de ruedas de piña.

Envuelva el jamón en papel de envolver y colóquelo en la parrilla del asador con la parte de grasa (gordo) hacia arriba. Cocínelo en un horno previamente calentado a 325° F. de 3½ a 4 horas, hasta que esté suave al pincharlo. Quítele entonces el gordo o grasa. Haga ligeros cortes diagonales sobre toda la superficie para formar alfajores. Unte toda la superficie con 4 cucharadas de mostaza preparada y cúbrala con el azúcar mezclada con la harina. Introduzca un clavo de olor en el centro de cada alfajor y vuelva a poner el jamón en el horno a 400° F. por 15 minutos, o hasta que esté dorado. Sírvalo con ruedas de piña escurridas y doradas en la grasa que soltó el jamón al hornearse. Este plato resulta exquisito servido con el siguiente puré de boniato.

Harina de Maíz con Carne de Puerco.—

Receta de María Teresa Cotta de Cal.

Ingredientes:

½ libra de harina puesta en remojo previamente
½ libra de carne de puerco
1 cucharadita de sal
10 cucharadas de puré de tomate
1 ají grande
6 cucharadas de manteca
4 tazas de agua
1 cebolla grande

Caliéntese la olla vacía 5 minutos, échesele la grasa y la carne de puerco picada en pedazos pequeños. Cuando esté medio dorada, añádanse la cebolla, el ajo, el ají y la salsa de tomate; después las 4 tazas de agua, incluyendo en ellas la del remojo de la harina. Al comenzar a hervir, échese la harina de maíz, revolviéndola bien con la cuchara de madera, y póngase la sal.

Tápese la olla. Obsérvese cuándo sale vapor por la válvula de escape y póngase en seguida el indicador de presión, de acuerdo con las instrucciones de la olla.

Al marcar las 15 libras, redúzcase el fuego y cocínese la harina 20 minutos. Si no se ha puesto la harina en remojo previamente, son necesarios 5 minutos más de cocción. Transcurrido el tiempo indicado, apártese la olla del fuego y déjese que la presión baje sola.

A los 8 ó 10 minutos, más o menos, quítese la válvula de presión, y si no sale vapor, destápese la olla y revuélvase bien la harina de maíz con la cuchara de madera. En estas condiciones ya está lista para servirse.

Guinea en Escabeche:

Recetas de María Teresa Cotta de Cal, del libro *Comidas Criollas en Ollas de Presión*, que acaba de publicarse y que contiene un gran número de ricas recetas adaptadas a las ollas de presión y probadas por su autora. Reproducimos esta interesante receta, que puede prepararse en cantidad y guardarse para varios días.

Ingredientes:

1 guinea de 2 ó 2½ libras
1 pomito de aceitunas
2½ cucharadas de pimentón
2 tazas de cebolla en ruedas
2 ajos machacados
1 cucharadita de orégano tostado
2 ajíes grandes
1½ cucharaditas de sal
1 taza de aceite
1 hoja de laurel
10 granos de pimienta
1 clavo de comer
1 taza de vinagre Elite

Lávese la guinea entera y pártase en pedazos pequeños. Póngase la olla vacía y destapada a calentar con el aceite, échese le guinea y fríase 5 minutos a fuego vivo. Agréguese el vinagre. Tápese la olla, y cuando el vapor salga por la válvula de escape, póngase el indicador de presión según las intrucciones de la olla. Cuando marque las 15 libras de presión rebájese el calor y cocínese la guinea durante 15 minutos.

Transcurrido este tiempo apártese la olla del fuego y déjese que baje la presión. Cuando no salga vapor por la válvula de escape, destápese la olla y échense la cebolla y el ají, cocinándolos 2 ó 3 minutos en esta salsa. Después póngase todo en vasija de barro o cristal y añádanse todos los demás ingredientes en crudo, mezclándolos bien y tapando el recipiente. Colóquese en el refrigerador. No debe comerse hasta después de 3 días por lo menos, para que la carne absorba el sabor de la salsa. Téngase tapada y cubierta la guinea por la salsa del escabeche.

la MUJER

LA REY CIBELA

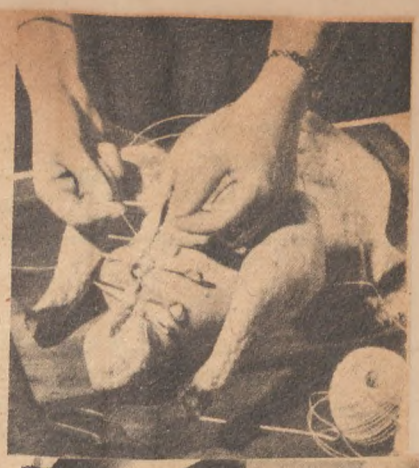
CONSULTA No. 250

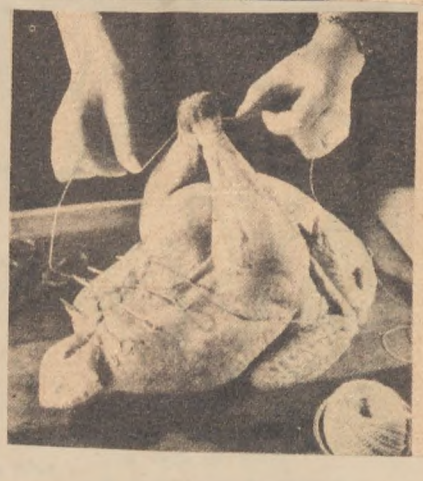
CONSULTA No. 256

CONSULTA No. 257

Pavo Asado.—

Al comprar su pavo, fíjese en que sea tierno y haga que le corten la cabeza al final del cuello, dejando éste entero, entonces, pida que le hagan un corte a lo largo del cuello, hasta su base, y que separen el hueso del pescuezo, dejando la piel, para que usted pueda echarla atrás y sujetarla con unos palillos de dientes o pasadores especiales que se venden para este objeto.





Cómo debe prepararse un pavo para hornearse:

Rellene el hueco del buche introduciendo el relleno por el cuello y procurando llenarlo más bien poco, porque el relleno crece al cocinarse. Cubra la abertura echando hacia atrás la piel del cuello y sosténgala con palitos o pasadores. Rellene entonces el hueco del vientre, como se ve en la ilustración número 1.

Una los bordes de la abertura del vientre atravesándole palillos o pasadores especiales, como se ve en la ilustración número 2, y entícelos con un cordoncito fino y flexible, amarrándolo al final.

Levante las dos patas a un tiempo y amárrelas juntas como se ilustra en la foto número 3. Tire los extremos del cordón hacia abajo, páselos alrededor del cuerpo del ave, para mantener las alas plegadas a los costados y amárrese por detrás.

Cubra el pavo por encima y por los costados con un paño blanco impregnado de grasa (manteca, o aceite o mantequilla). Colóquelo en la parrilla del asador y cocínelo destapado en un horno previamente calentado a la temperatura que indica la tabla que se acompaña y por el tiempo que en la misma se especifica. Humedézcase el paño, como se indica en la ilustración número 4, con grasa derretida, de vez en cuando, mientras se hornea.

Guía de tiempo y temperatura para asar pavos

Peso del pavo listo para el horno	Temperatura del horno	Tiempo de cocción
Libras		Horas
8 a 10	325° F	3 ó 3½
10 a 14	325° F	3½ a 4
14 a 18	300° F	4 a 4½
18 a 20	300° F	4½ a 5
20	300° F	5 a 6

Rellenos para pavo.—

Relleno de Castañas:

4 tazas de castañas grandes
¼ taza de mantequilla
1 cucharadita de sal
1 huevo
2 tazas de migas de pan o puré de boniatos, caliente
½ cucharadita de perejil picado menudo
El hígado bien picadito

Haga un corte en la cáscara de cada castaña, saltéelas en mantequilla derretida y caliéntelas en el horno, de 5 a 10 minutos. Quíteles la cáscara y la piel interior y cocínelas en agua hirviendo, con sal. Escúrralas una vez cocinadas y páselas por un colador de puré. Añada el resto de los ingredientes y mézclelos bien. Sazónelo a su gusto, agregándole jugo de cebolla o de limón y perejil picado. Si prefiere un relleno húmedo, añádale nata de leche o leche evaporada cruda o caldo, hasta que tenga la consistencia deseada.

RELLENO DE ACEITUNAS Y NUECES

Se cocina una cebolla finamente picada con media taza de apio picado, en manteca —mejor mantequilla— durante 10 minutos a fuego lento. Después se le añaden los siguientes ingredientes: 10 tazas de miga de pan, dos cucharaditas de sal, ½ cucharadita de pimienta, ½ taza de aceitunas picadas y una taza de nueces picadas. Una vez añadidos esos ingredientes se le agrega un poco de agua caliente o el jugo de las aceitunas si se prefiere.

PAVO ASADO CON RELLENO DE ACEITUNAS Y NUECES

Después de quitar con mucho cuidado todas las plumas con una pinza, se lava bien el pavo, enjuagando su cavidad con agua fría. Lo deja escurrir y se le seca la piel con un lienzo. Luego se frota la cavidad interior con sal, calculando ⅛ de cucharada (de té) por cada libra que pese el ave. Se rellena con la receta que damos a continuación y se cierra bien. No debe llenarse demasiado la cavidad, ya que el relleno aumenta de volumen al cocinarse, pero tampoco debe dejarse semi vacío. Se atan las extremidades con un hilo, para que no pierda la forma, del siguiente modo: las patas juntas, llevando luego el hilo por detrás de la cola, y luego las alas hacia atrás.

Cuando el pavo esté relleno y listo para el horno, se le frota la piel con aceite. Se coloca con la pechuga hacia arriba en una fuente de horno. Se embebe un lienzo con aceite y se cubre. Como el lienzo ha de secarse durante el tiempo de cocción, se le vuelve a mojar con aceite, vertiendo éste encima con una cuchara. Se deja en el horno moderado durante 20 o 25 minutos por cada libra, si el pavo es de ocho o más libras; y alrededor de 18 o 20 minutos por libra si pesa de 4 a 8 libras.

Empanadas

RECUERDE el dicho de que "A estómago lleno, hombre contento". Aquí tiene usted el bocado para deleitar a cualquier hombre: empanadas. Lo lindo de las empanadas es que se pueden preparar de tan diversas maneras que jamás cansan — use un nuevo relleno o hágalas más grandes o más pequeñas, y usted tiene un nuevo plato. Rellénelas con picadillo, pollo en crema, frijoles fritos, o con su relleno favorito. O use la siguiente receta:

EMPANADAS DE CARNE

½ kg. de carne, cortada en trozos
1½ taza de pasas
675 grs. de manzanas, cortadas en cuartos y descartando el centro
½ taza de almendras de piñón descascaradas
1 taza de azúcar
1 cucharadita de semillas de culantro molidas
½ cucharadita de clavos de olor
1 cucharada de canela
1 cucharadita de sal

Cuézase la carne en agua hirviente, con la cacerola tapada, hasta que esté tierna. Déjese enfriar en el mismo caldo. Escúrrase y guárdese el caldo. Pásense por un moledor la carne, pasas, manzanas y nueces. Añádanse el azúcar, semillas de culantro, clavos, canela y sal. Si la mezcla queda muy seca, añádase un poquito del caldo, teniendo cuidado de que la pasta no quede muy blanda; ésta debe quedar jugosa, pero compacta.

MASA DE LA EMPANADA

1 paquetito o pastilla de levadura seca o comprimida
¼ taza de agua tibia, no caliente (menos tibia para la comprimida)
1¼ taza de leche
3 cucharadas de manteca o mantequilla
1½ cucharadita de sal
2 cucharadas de azúcar
5½ (más o menos) tazas de harina cernida

Póngase la levadura en el agua (tibia, no caliente, para la levadura seca, menos tibia para la comprimida). Revuélvase hasta que se disuelva. Caliéntese la leche. Quítese del fuego y añádanse la manteca o mantequilla, la sal y el azúcar. Déjese enfriar hasta que quede tibia. Júntense esta mezcla de leche tibia y la levadura disuelta. Añádase la mitad de la harina y bátase hasta que quede uniforme. Añádase y revuélvase el resto de la harina o lo suficiente para que la masa no quede ni muy dura ni muy blanda. Póngase en una tabla enharinada. Pásese un rodillo sobre esta masa hasta obtener una lámina muy fina. Córtese con un cortador circular. Si la masa se levantara después de cortada, pásese el rodillo de nuevo para adelgazarla. Colóquese un poco de relleno en el centro de la masa cortada. Dóblese ésta por la mitad y ciérrense las orillas juntándolas y apretándolas con un tenedor, o rícense oprimiéndolas entre el pulgar y el índice para formar pliegues. Déjense reposar las empanadas por 5 minutos y después fríanse en bastante manteca bien caliente (190° C.—370° F.) hasta que queden uniformemente doradas, por unos diez minutos. Se hacen de 4 a 6 docenas, según el tamaño de las empanadas.

Frijoles negros

Póngase a cocer una libra de frijoles. Cuando aún no están cocidos y conservan alguna agua, se retiran.

En una cacerola se pone aceite con dos dientes de ajos y unas cuantas cebollas picadas.

Se hacen dorar a fuego vivo. Unanse al refrito unos cuantos pimientos morrones, tomates y jamón, todo ello reducido a picadillo, una hoja de laurel, cominos, una cucharada de vinagre, sal y pimienta. Cuando todo está a punto y se unen los frijoles con la pequeña cantidad de agua que conservan, haciendo espesar la salsa con los mismos frijoles reducidos a pasta fina en el mortero.

Después de haber cocido un cuarto de hora, se separan del fuego y se dejan al lado de éste un momento, sirviéndose después.

Empanadas rellenas de Pescado

Dos cucharadas de harina, dos cucharadas de manteca, medio litro de leche, tres yemas, sal, pimienta, nuez moscada, un kilo de merluza y cuatrocientos gramos de harina y cuatrocientos gramos de manteca para la masa.

Prepárese con las dos cucharadas de harina, las dos de manteca y la leche una salsa blanca, más bien espesa, a la que se añade sal, pimienta y nuez moscada, a gusto, y tres yemas batidas. El pescado, bien limpio, se cocinará dándole un ligero hervor, escurriéndolo luego. Se le quitan todas las espinas y se desmenuza, añadiéndolo a la salsa blanca, en proporciones iguales. Mézclese bien y se tendrá preparado el relleno. Ahora se comenzará a hacer la masa de hojaldre. Sepárense trescientos gramos de harina y con un poco de agua y sal se prepara una masa blanda, que se trabaja mucho y se deja descansar luego una media hora. Con la manteca y el resto de la harina se hace un pancito; estírese entonces la masa anterior y colóquese el pancito en el centro, doblando la masa en tres partes; colóquesela ahora en una fuente sobre el hielo y déjese descansar veinte minutos; estírese nuevamente y dóblese en cuatro partes, repitiendo el descanso. Vuélvanse a hacer los dobleces en tres y en cuatro, separados por descansos sobre el hielo de veinte minutos, y estírese entonces la masa bien fina. Córtense las empanadas y rellénense, uniendo los bordes por presión, habiéndolos untado antes con agua tibia. Con huevo batido se pintan luego por encima y se colocan en placas mojadas en horno caliente; cuando comienzan a dorarse se retirar y espolvorean con azúcar impalpable; poniéndolas otra vez al horno hasta que se cocinen.

Salsa Bechamel

Una taza de leche caliente, dos cucharadas de harina, dos cucharadas de manteca, una cucharada de queso rallado, una pizca de pimienta y sal. En una cacerolita se hace derretir la manteca, se le añade la harina y se revuelve bien. Luego se agrega la leche y se deja unos minutos al fuego revolviendo constantemente. Se condimenta con sal, pimienta y limón. Fuera del fuego se agregan las yemas y el queso. Si se desea se pueden suprimir.

TAMAL EN CAZUELA AL HORNO

12 mazorcas de maíz
5 tazas de agua
1 taza de puré de tomate
ajo, cebolla, sal y pimienta
1 lb. de carne de puerco
8 cucharadas de manteca.

Se ralla el maíz, se une al agua en la que se han lavado las tusas y se pasan por un tamiz. Se prepara un buen sofrito con la carne de puerco bien picadita y sofrita, el puré de tomate, cebolla, ajo y ají y demás ingredientes compruébese de sazón y llévese en una vasija bien tapada al horno. Temperatura 425 F 60 minutos. A la hora de servirlo se revuelve bien.

TOSTADITAS DE QUESO

INGREDIENTES. — 1|8 libra de mantequilla.
1|8 libra de queso rallado.
Pan de molde picado en rombos.

PREPARACION. — Se bate la mantequilla y se le añade el queso. Se hace una pastica. Se unta sobre el pan. Se colocan en una tartera y se hornean a 400 grados F. hasta que se doren.

BONIATOS FRITOS CON SALSA DE MANTEQUILLA:

Se fríen los boniatos corrientemente. Aparte se pica menudito mucho perejil, se derrite en la sartén la mantequilla y se le agrega el perejil, con esta salsa se cubren los boniatos fritos.

HUEVOS TENTACION:

6 huevos
1 latica de petit-pois
queso rallado
rueditas de salchichas.

Se fríen los huevos, se cubren de queso rallado, petit-pois y se adornan con las rueditas de salchichas. Se tiene 5 minutos al horno.

SARDINAS RELLENAS

Dieciseis sardinas grandes, cinco huevos, diez aceitunas, una rueda de pan como de dos dedos, una ramita de canela, una tacita de vino blanco, dos cucharadas de harina, perejil y aceite «Oliveite».

Se le quitan las cabezas y se limpian las sardinas, quitándoles todas las espinas laterales y se rellenan con dos huevos duros picaditos, el pan rallado, la canela, las aceitunas picadas muy chiquitas, todo esto se liga con un huevo batido y se rellenan las sardinas, cuidando de que no se abran por los dos lados, sino por el que se limpió, se pasa por un batido de huevo y vino y se fríen en aceite «Oliveite» bien caliente.

MENUDITOS DE AVES CON ACEITUNAS

Se salta en manteca una cebolla picada, se le pone jamón, los menudos picados, sal, pimienta y nuez moscada; se descorazonan veinticuatro aceitunas verdes, se agregan a los menudos y se dejan cocer diez minutos con media copita de Jerez y un poco de perejil picado. Se sirven en cacerolitas con huevos duros o estrellados.

PICHONES EN CORONA

Se fríen en manteca cuatro pichones, se les agrega un poco de caldo y vino blanco y cuando están tiernos se deshuesan y se maja la carne en el mortero, se le añade una yema, dos huevos enteros y manteca, se pone en una budinera dejando un hueco en medio y se mete al horno. Se hace aparte un arroz con los menudos, pedacitos de jamón y frijoles o habichuelas tiernas; se vuelca el molde en una fuente y en el hueco se pone el arroz, rociándolo todo con una salsa, que se hace poniendo a freir en manteca una cebolla, una cucharada de harina y el caldo en que se cocieron los pichones, se cuela y se le añade una yema de huevo y unas gotas de limón.

GOLOSINA DE LIMON

Una taza de agua caliente, un paquete de gelatina Royal de limón, seis plátanos, un limón, media taza de nueces y media taza de agua fría.

Se disuelve la gelatina en la mitad de una taza de agua fría y se le agrega el agua caliente, se llena el molde y se le agregan tres plátanos cortados en trocitos, el jugo de medio limón y las nueces picadas en trocitos. Se coloca en el refrigerador, por espacio de dos horas.

CARNERO A LA RUSA

Tres libras de carnero, una cebolla, un cuarto de taza de manteca marca «Sabrosa», una taza de caldo, un cuarto de libra de pan, media taza de vino, una cucharada de sal, media cucharadita de pimienta y tres dientes de ajo.

Se cocina el carnero con una cucharada de manteca marca «Sabrosa» y cuando esté dorado, se le añade el vino, sal y pimienta; ésta debe de estar majada con los ajos; cuando al carnero se le acabe el vino y esté cocido se corta en rebanadas y se ponen en un molde, añadiéndole la siguiente salsa: se pica la cebolla en ruedas finas y se dora en manteca marca «Sabrosa» bien caliente, se le agrega el caldo y el pan o galleta molida, se sazona de sal y pimienta y se pone al fuego; cuando tenga un ligero espesor de crema se vierte sobre el carnero y se cocina en el horno, a 375 grados F., por quince minutos.

ARTE CULINARIO DE LAS ESTRELLAS

Joan Greenwood, artista inglesa, descubrió en la cocina escocesa platos que harán las delicias de un buen paladar.

La torta escocesa es uno de sus bocados preferidos y a continuación brinda a ustedes la receta correspondiente:

2 tazas de harina de trigo — 1 cucharada de maicena
¼ taza de azúcar de confitar — ½ libra mantequilla salada

Mezcle y cierna la harina, el azúcar y la maicena. Ponga esto en una vasija con la mantequilla y sóbelo con la mano hasta que dé una masa uniforme. Tome nota de que la mantequilla debe estar fría para que se mezcle perfectamente.

Ponga la masa en un molde de nueve pulgadas de superficie, más o menos, y déle golpecitos con la mano hasta que la superficie quede completamente lisa y nivelada. Luego con un tenedor píquela por encima, teniendo cuidado de que los dientes penetren bien en la masa.

Métala al horno a moderada temperatura, por unos 50 minutos. La torta debe quedar de color dorado pálido. Estando todavía caliente córtela en galletitas de diferentes formas —cuadradas, ovaladas, triangulares— y sáquelas del molde cuando estén tibias. Una vez bien frías échelas en un frasco o vasija que tenga una tapa hermética al aire.

FILETES ESPECIALES

4 filetes de ½ libra
mantequilla
pan molido
1 huevo batido
papas a la francesa
mayonesa.

Se lavan y salan los filetes aplanándolos ligeramente, se empaniza, se pasan por mantequilla derretida y se asan a la parrilla, a fuego moderado, durante 15 o 20 minutos, volviéndolos de cuando en cuando. Se sirven cubiertos de mayonesa y rodeados de papas doraditas.

ARROZ A LA MEJICANA

Póngase a freír el arroz (la cantidad que acostumbren a usar) en bastante manteca, hasta que empiece a dorarse. Una vez dorado se cuela para quitarle la grasa. En la cacerola donde se frió el arroz se echa una cucharada de salsa de tomate fina, encima el arroz, la sal, pimientos y por último el agua. (Para cada taza de arroz bien llena, dos tazas de agua no muy llenas). Se hace hervir fuerte al principio y después se retira a fuego lento hasta que se cocine y quede seco y desgranado.

Sopa a la Reina

Se prepara un buen caldo consumado. Se hace un picadillo de pechuga de gallina cocida, que se pone en la sopera con hebanadas de trufa muy finas y cuadrados de flan de caldo.

En el momento de servirse se baten cuatro yemas de huevo, a las cuales se va incorporando poco a poco el caldo, batiendo mucho la mezcla, calentándola luego sin dejar de agitarla, mezclándola finalmente al picadillo en la sopera.

BROCHETAS DE HIGADO

Se corta el hígado de ternera a pedacitos y otro tanto de tocino de igual tamaño; se ensartan alternados en brochetas y se asan en la parrilla espolvoreados con sal, pimienta y un poco de aceite. Quedan pronto, en doce minutos y se sirven con manteca a la maître d'hótel.

SESOS A LA FRANCESA

Se ponen a freír en aceite rebanadas de zanahorias, se le agrega sal, pimienta, una cebolla entera, perejil, papas cortadas, una copa de vino blanco, un poco de azúcar y una cucharada de harina disuelta, se le agregan los sesos cocidos y cortados, y se deja pasar a fuego lento. De igual modo se hace el matahambre; después de cocido se corta en rebanadas y se pone en esta salsa.

SOUFFLE DE CHAYOTES

INGREDIENTES. — 6 chayotes, cocinados, pelados y molidos.
1 latica de crema de leche.
4 huevos.
8 cdas. de azúcar.
1|2 taza de harina cernida.
2 cdtas. de royal.
1 cdta. de sal.
1|2 taza de pasas sin semilla.

PREPARACION. — Se añade al chayote la crema de leche, el azúcar, harina, royal y sal. Se liga todo bien. Se agregan las yemas una a una y después las pasas. Se baten las claras a punto de nieve y se incorporan a la mezcla. Se vierte la preparación en un molde o cristal que resista el calor, engrasado. Se hornea a 375 grados F. hasta que se infle y esté dorado. Se sirve inmediatamente.

GUISO DE LENGUA

Se lava bien una lengua y se pela, se pone al fuego en una cacerola con dos cucharadas de aceite y una de manteca, media cebolla cortada en dos, sal, dos zanahorias, dos nabos, un tomate en rebanadas, tres clavos de olor, canela molida, nuez moscada y azúcar; se le pone caldo y se le deja cocer a fuego lento. Se sirve con puré.

PESCADO EN SALSA DE ALMENDRAS:

Se escama y limpia el pescado, se corta en ruedas, se hace en aceite crudo un sofrito con ajo bien machacado, cebolla picada y perejil, se salcochan unas almendras se muelen y se echan en el sofrito. Se fríe el pescado y se sirve cubierto con la salsa.

CORDERO A LA JARDINERA

Un trozo de cordero —pierna o costillar— se adoba un largo rato con sal, pimienta, orégano y vino blanco; después se coloca en la asadera que se habrá embadurnado con manteca y se mete en el horno, espolvoreándolo con una hoja de laurel pulverizado. A medida que va cocinándose se le da vueltas y se rocía con el jugo del adobo. Una vez cocido se retira y deposita en la fuente de servir, se baña con la salsa que habrá en la asadera y se guarnece con acelgas pasadas por manteca y papas salcochadas y también salteadas en manteca.

EMPANADAS:

1 lb. harina de castilla
2 cucharadas de manteca
½ taza de buen caldo
sal, debe de ir con el caldo.

Se une la harina con los demás ingredientes, mezclándolo todo con la mano hasta que quede bien unida la masa, la que se pondrá en una servilleta dentro del refrigerador dos o tres horas. Antes de trabajarla se coloca 20 ó 30 minutos sobre la tapa de una cacerola que esté al fuego hirviendo. Transcurrido ese tiempo se pone la masa sobre una mesa hasta que refresque. Se extiende la masa con un rodillo, se va cortando en pedazos del tamaño que se deseen las empanadas. Sin amasarla nuevamente se les coloca el relleno y se fríen en manteca abundante, bien caliente, a fuego vivo.

Solomillo a la casera

Se adoba el solomillo con ruedas de limón y de cebolla, aceite bueno, sal, pimienta y glutomato. Se tiene así media hora, dandole vueltas. Se envuelve luego la carne en un papel de barba, bien bañado en aceite, y se ata con un cordel, poniéndola a asar en el mismo adobo. Cuando está ya casi cocida se separa del fuego, se le quita el papel y se vuelve al adobo, en el que debe terminar la cocción a fuego lento. Se separa luego del aceite y se le agrega a éste media taza de caldo y media de vino seco Faisán, zanahorias y cebollas. Así que esté todo cocinado se vierte en el solomillo el jugo de un limón y se echa la salsa por encima.

BACALAO ENCEBOLLADO:

Se desala el bacalao y se corta en pedazos pequeños, quitándole todas las espinas y pellejos. Se corta en ruedas bastante cebolla y ajos y se rehogan en una buena cantidad de aceite. Se escurre bien el bacalao y se agrega al sofrito de cebollas. Se cubre de pan rallado y se lleva al horno 15 minutos.

PURE DE CALABAZA:

Después de pelada se parte en pedazos pequeños la calabaza, dorándose en una cazuela con 3 onzas de mantequilla, se le agrega un vaso de agua y se pasa por un tamiz. Se le agrega una taza de crema y se bate todo sazonándola de sal. Este puré es exquisito.

GUISO DE PLATANOS VERDES

6 plátanos verdes
8 tomates
1 lb. de carne de puerco, o jamón
1 cebolla, limón, manteca ají, sal, 5 tazas de buen caldo.

Se pelan los plátanos y se cortan en trozos, se untan en limón y se fríen en manteca tibia hasta que empiecen a dorarse, se sacan, se aplastan y se echan en la siguiente salsa: Se fríe la carne de puerco cortada en trozos pequeños, se le añade la cebolla, tomate, ají y ajo bien picadito, se deja sofreir bien y se le añade el caldo, la sal y los plátanos, se le da color y se cocina a fuego lento media hora.

SABALO EN SALSA AZUL

Se cuece por espacio de dos horas en "caldo corte azul", que se prepara del modo siguiente: con el pescado cortado en trozos se añaden zanahorias, rebanadas de cebolla, ajo, perejil, tomillo, albahaca y sal, echando a todo lo dicho una poca de agua y vino tinto, tanta cantidad de uno como de otro. La salsa blanca no se diferencia de ésta sino porque se concluye echando vino blanco Faisán en lugar de vino tinto. Después se pone el pescado en una fuente sobre una servilleta doblada y adornada de perejil, y se sirve con salsa hecha con aceite y vinagre en una salsera.

PURE DE PLATANOS:

½ gallina
2 plátano grandes verdes
1 taza de leche
1 cucharada de mantequilla
1 queso crema grande

Se prepara un buen caldo de gallina al cual se le agregan los plátanos verdes cortados en galleticas. Ya blandos se pasan por la cuchilla más fina de la máquina, se cuela el caldo y se le agrega. Se desbarata bien con un tenedor el queso crema, se le agrega la leche caliente y la mantequilla. Se une todo bien y se deja a fuego lento 20 minutos revolviéndolo constantemente.

SERRUCHO GUISADO:

Se escogen buenas ruedas de serrucho, se sazonan con sal y limón, se hace un buen sofrito con cebolla, tomate, ajo, y 1 hoja de laurel, en abundante aceite, se le agregan unas papas cortadas, en ruedas, estando éstas a medio cocinar se le agregan las ruedas del serrucho, se cubre con caldo suficiente, se sazona de sal, da color y se cuaja el caldo con una yema y pan rallado. Se sirve con rebanadas de pan frito.

CHILINDRON DE CARNERO:

3 lbs. de pierna de carnero
2 lbs. de papas
2 ramitas de orégano
1 cebolla
2 latas de salsa de tomate
1 taza de vino jerez
5 dientes de ajo
½ lb. de manteca
1 lata de petit-pois
1 lata de pimientos
vinagre.

Se pica en trozos el carnero y se rehoga en vinagre y sal, mientras se hace aparte la salsa. En una cacerola se pone la manteca, con los ajos triturados y la salsa de tomate, la cebolla molida y el orégano tostado, una hoja de laurel y dos o tres ajíes. Cuando la salsa esté hirviendo se le agrega el carnero con el vino tinto, las ruedas de papas y se deja hasta que todo esté cocinado y quede en una salsa abundante. Al servirse se le añaden los petit-pois y los pimientos.

REVOLTILLO DE CAMARONES

2 tazas de camarones limpios y cocidos
2 pimientos, 5 tomates
5 huevos, 1 cebolla, sal.

Se pasan los camarones por la maquinita junto con la cebolla, ají y tomates. Se sazonan de sal. Se baten los huevos y se adicionan a lo anterior, se vierten en el sartén engrasado revolviéndolo constantemente para que resulte fino y no se hagan pelotas.

BERENJENAS A LA PARRILLA:

Se lavan las berenjenas y se cortan por la mitad, se cortan en tiras a lo largo y se dejan en un adobo de aceite, vinagre, sal con un poco de orégano, cuando se hayan impregnado algo en el adobo se asan en la parrilla cuidando de remojarlas con el mismo adobo.

CROQUETAS DE AVE CON PURE DE PAPAS:

Se hace un buen puré de papas y se une a una pechuga picada en la máquina, se le añaden 2 huevos crudos, perejil bien picadito, una taza de queso rallado, todo se cocina en mantequilla y se deja enfriar. Se forman las croquetas, se envuelven en pan rallado, huevo, otra vez en pan rallado y se fríen en abundante grasa.

Tortilla de dulce

Poner en una sartén algo grande, cien gramos de manteca, colocar al fuego y cuando esté caliente, agregar seis huevos ligeramente batidos, dos cucharadas de azúcar y hacer la tortilla cocinándola a fuego lento; una vez que esté cocida, se le pone la mermelada que se desee, se arrolla, se pone en la fuente y se unta por encima con otro poco de mermelada.

I) ARROZ CHAUSSEUR

SE PONEN en una cacerola dos cucharadas de manteca, en las que se hace dorar una cebolla bien picada, se le echa una taza de arroz y se deja unos cinco minutos, revolviendo siempre, agregándole entonces dos tazas de caldo, agua y sal y 100 grs. de jamón cocido cortado en trocitos. Se cocina a fuego lento durante 20 minutos, se le pone bastante queso rallado y luego se vierte todo en una budinera enmantecada. Se desmolda, se cubre con una salsa de tomates frescos o de lata, saltados en manteca con un poco de sal y azúcar, y se adorna con perejil.

PARGO AL HORNO CON SALSA DE MANZANA

Se limpia bien un pargo de 4 lbs. y se le agrega el jugo de 2 naranjas, sal y orégano. Se deja en este adobo dos o tres horas en el refrigerador. Una tartera grande se cubre todo el fondo con ruedas de papas sobre ellas se coloca el pescado. Se prepara una buena salsa de tomate y se echa sobre el pargo. Se lleva al horno a fuego moderado cuidando que quede entero. Se rallan dos manzanas y cuando ya esté el pescado a punto de sacarse, se cubre con la manzana rallada se deja 15 minutos más. Se sirve adornado con trocitos de manzana.

CARNE GUISADA CON PAPAS:

Es preferible la punta de pierna. Se lava la carne y se corta en pedazos pequeños, se echa en la cacerola con manteca, naranja agria, sal, cebolla picadita, ajo, tomates, se tiene un rato en este adobo; luego se lleva al fuego dándole vueltas, cuando esté sofrita se cubre de agua y se deja hervir hasta que ablande, se le agregan entonces papas cortadas en cuatro, se le da color y se le agrega un poco de comino molido. Se cuaja el caldo con pan mojado en vinagre y al servirse se le agregan plátanos verdes fritos.

HUEVOS EN SALSA DE TOMATE:

Se hace una buena salsa de tomate, se cuela y se pone en la tartera. Se tiene preparada una buena cantidad de jamón en dulce bien picadito, papas fritas. Se abren los huevos y se cocinan al horno, se le agrega el jamón y las papitas picadas y fritas.

SERRUCHO GUISADO:

Se escama y limpia el serrucho, se parte en ruedas, se sazona con sal y zumo de limón. Se hace un sofrito con aceite, cebolla picada, tomates, ajo y hoja de laurel, orégano, ají y perejil. Todo bien sofrito, se echan papas crudas cortadas en ruedas, cuando estén a medio cocinar se les agrega el serrucho, se le echa caldo suficiente y se cuaja la salsa con yemas crudas y polvo de pan rallado. Se sirve con rebanadas de pan frito.

PICADILLO DE PESCADO:

Este plato se debe de hacer con masa de pargo, o serrucho. Se salcocha con sal, pimienta y jugo de limón, se le quitan las espinas se corta en pedazos chicos, es decir bien menuditos. Se echa en la sartén abundante aceite en el que se sofríe bastante cebolla, ajo y ají, se le añade puré de tomate y una taza de vino seco en esta salsa se echa el pescado, se sazona de sal y nuez moscada y se sirve rodeado de plátanos verdes fritos.

CARNE CON LEGUMBRES

La carne se corta en pedazos pequeños, se lava bien y se deja un rato en sal y naranja agria. Se pican bien menuditos 10 tomates, cebolla, bastante ají, ajos, se unen a la carne con una cucharada de manteca y se mantiene a fuego vivo hasta que esté todo bien sofrito. Mientras la carne está sofriéndose se preparan y mantienen un rato en agua fresca, nabos cortados en trocitos, zanahorias en rueditas, berenjena, chayote y papas en cuadritos, todo esto se une a la carne, se sazona de sal, si agrada un poquito de pimienta, y una taza grande de vino seco, se le da color y se deja a fuego lento hasta que todo esté tierno. Se sirve con petit-pois.

ALCAPURRIAS

1 plátano verde (de cocinar)
½ cucharadita de sal
2 cucharadas de manteca
½ diente de ajo
1 cucharada de pimiento verde picado
2 cucharadas de tomate picado
¼ de yautía (malanga) por cada plátano
3 cucharadas de carne de res
1 cucharada de cebolla picada
Aceitunas y alcaparras, un poco de color

Lavar y pelar los plátanos, ponerlos en agua de sal por cinco minutos. Rallarlos luego, añadiéndoles sal, manteca derretida, color y la yautía. Sofreír carne, tomate, ajo, pimiento, aceitunas y alcaparras en un poco de manteca. Hacer bolas de la masa del plátano. Hacer un hueco y rellenar cada huevo, cubriéndolos de nuevo. Freírlas en poco manteca. (En mi casa envolvían la masa en hojas de plátano y las asaban sobre unas brasas de candela, poco a poco, hasta que los olores atraían a la gente y... ¡adiós alcapurrias!)

BACALAO A LA GALLEGA:

Se desala el bacalao teniéndolo en remojo desde la noche anterior, se le quitan las espinas y se corta en trozos. Aparte se pelan papas y se cortan en ruedas, sobre ellas se coloca el bacalao, se le agrega bastante cebolla cortada en ruedas, ajíes en tiras largas y mucho tomate natural, bastante aceite, orégano y agua que cubre solamente las papas. Se deja hervir hasta que las papas estén blandas. Se sirve colando la salsa y adornándolo con pan frito y pimientos morrones.

FRITURAS DE CANGREJO

1 lata mediana de cangrejo
4 oz. carne de tunco (puerco)
4 oz. de papas
1 oz. harina de pan
1 huevo
2 cebollas
2 tomates de regular tamaño
1 diente de ajo
Sal, pimienta y perejil

Abrase la latita de cangrejo, vacíese en un plato hondo, exprimasele el jugo y póngase en otro trasto. Al cangrejo, añádasele las 4 oz. de carne de puerco salcochadas y bien picadas, una cebolla, un tomate, la onza de harina, sal y pimienta al gusto y el huevo batido; háganse las bolitas de todo esto mezclado, que queden de regular tamaño y fríanse en mateca de modo que queden doradas.

Póngase a freír en una cucharadita de manteca, 1 cebolla, 1 diente de ajo y un tomate bien picados; cuando estén bien fritos, vaciesele el agua con que se salcochó la carne de puerco, agréguesele el jugo que traía la latica de cangrejo, póngasele perejil (al gusto). Cuando esté hirviendo, échesele las tortitas que se han preparado con el cangrejo y los demás ingredientes (que queden bien cocidas). Se le pone sal al gusto. Si se quiere que queden más jugosas, póngasele agua hirviente a la sopa donde se están haciendo las tortitas. ¡Es delicioso!

CARNE A LA ESPAÑOLA

Bonito de buey, muchacho, etc. (Se pueden aprovechar trozos de carne que no sean muy tiernos)

Cantidades: Un kilo de carne (peso neto), un kilo de tomates frescos (o una lata de pasta fina de conserva), 60 gramos de manteca, dos cebollas grandes, 6 puerros, 2 ó 3 dientes de ajo, una cucharada de harina, un vasito de vino blanco, perejil, un buen pellizco de azúcar, sal y pimienta.

Procedimiento: Póngase manteca en una cacerola, caliéntese, espolvoréese el trozo de carne con sal y azúcar, rehóguese en la manteca hasta dorarlo, añádanse las cebollas picadas, los dientes de ajo y los puerros cortados a pedazos; fríanse, rocíense con harina, agréguense los tomates (pelados y sin semillas), el vino, el caldo y la pimienta. Déjese hervir tapado y despacio hasta que esté tierno.

Pásese la salsa; si está delgada téngase en ebullición hasta dejarla en buen punto. Rectifíquese la sal y el azúcar (el vino y el tomate le han dado cierta acidez; hay que corregirla con azúcar). Vuélvase a poner la carne en la salsa, caliéntese, sírvase, adornándola con panes fritos.

CHICHARRONES DE POLLO

Ingredientes: Un pollo de dos libras y media; una onza de ron; una onza de salsa china (soy sauce); una cucharadita de sal; manteca, polvo de galleta.

Se pica el pollo en trocitos de dos a tres pulgadas; se adoba con la ligá de ron, salsa china y sal, dejándolo en remojo durante diez o doce minutos. Mientras se adoba el pollo se habrá puesto una olla con suficiente manteca de modo que cubra todo el pollo, hasta que adquiera punto de ebullición.

Luego los trozos de pollo se pasarán por el polvo de galleta hasta que queden cubiertos por el mismo. Se echarán entonces los trozos a la manteca, teniendo el cuidado de que se echen simultáneamente—esto es muy importante.

Cuando el pollo levante el cuerito, es la indicación de que ya está listo.

* * *

FESTON DE OSTIONES

En un molde de hornear engrasado, se coloca una capa de pan molido y sobre ésta una capa de ostiones, mantequilla, sal y pimienta. Se repiten estas capas, terminando con una capa de pan molido y bolitas de mantequilla. No se pongan más de dos capas de ostiones. Se humedece con una mezcla hecha con el jugo de los ostiones y taza y media de leche. Se hornean en horno moderado hasta que doren, que tardarán una media hora. Se sirven en el mismo molde.

CARNE MECHADA

Ingredientes: Una libra de boliche, media libra de jamón, una cebolla chiquita, 1 diente de ajo, varias aceitunas, un poco de comino y otro poco de pimienta, un vasito de vino seco, 5 cucharadas de manteca, una hoja de laurel, sal al gusto, un limón.

Modo de hacerla: Se limpia bien la carne, se le abren huecos en el centro con un cuchillo de hoja fina, y con un tenedor se le van introduciendo los ingredientes que se picarán en pedazos chiquitos. El limón y la sal se le echan por afuera; luego se pone a la candela con la manteca y cuando se dore se le echa el agua. Cuando esté casi a terminar el cocimiento se le echa el vino seco. Se tendrá el cuidado de virarla para que se cocine por todos lados.

BERENJENAS SOUFFLES

Con harina, leche, manteca, sal y pimienta, se hace una crema espesa, dejándola cocinar 5 minutos, revolviéndola. Se deja enfriar.

Por otro lado, se cortan unas berenjenas por mitad a lo largo, y al centro de cada mitad se le hacen unos tajos sin llegar al fondo; se fríen con aceite bien caliente por uno y otro lado, durante diez minutos; entonces se retiran y se colocan en una fuente, que debe estar cubierta con un lienzo limpio para que se escurran; a los 5 minutos se les extrae parte de la pulpa a las berenjenas y esta pulpa se pica con jamón —¼ lib.—; después se añade este picadillo a la crema, que se deja enfriar, luego se agregan dos yemas de huevo y tres claras batidas como espuma; con esta mezcla se llenan las berenjenas que se habrán colocado en una fuente embadurnada con manteca y se dejan en el horno por espacio de 15 minutos.

CREMA DE ESPARRAGOS

Caldo de gallina, una lata de espárragos, dos o tres cucharadas de maicena, un litro de leche, cuatro o cinco yemas de huevo y una cucharada de mantequilla.

Añádase al caldo la leche y el líquido de los espárragos, en el cual se habrán desleído las cucharadas de maicena. Se coloca al fuego, revolviendo siempre. Cuando comience a espesar, retírese del fuego añadiendo las yemas desleídas por separado, y vuélvase a colocar al fuego, sin dejar de menear, hasta que acabe de espesar. Sazónese, añádanse los espárragos en trozos y la mantequilla, antes de servir, bien calientes.

El Sabalo

Pescado de mar; suele alcanzar tres pies de longitud; es huesoso, holobranco, gimnópodo, del género de las clupeas, aplanado por los lados; sus escamas son grandes y terminan en punta; la cabeza es pequeña, la boca grande, el lomo amarillento, lo restante del cuerpo blanco y las aletas pequeñas, cenicientas y rayadas de azul. Su carne muy suculenta y apetitosa, y he aquí algunas de sus preparaciones culinarias.

BACALAO MILANESA

Se desala el bacalao, se salcocha, se le quitan las espinas y pellejo y se ripia. En una tartera grande se coloca ajo machacado, limón, cebolla y perejil bien picaditos, aceite y mantequilla mezclados, se cubre el fondo de la tartera con esta salsa, después se coloca el bacalao, se pone el resto de la salsa sobre el bacalao, se cubre con queso rallado y galleta molida y se lleva a horno moderado hasta que dore.

MOJARRAS GUISADAS

Se cortan papas en pedazos, se salcochan y se le agregan las mojarras cortadas en dos y cuando estén cocinadas, no desbaratadas, se les quita el agua. Aparte se fríe, en aceite, cebolla y ajo, cuando esté sofrito se le agrega una cantidad del agua que le quitamos a la papa y al pescado y dos cucharadas de vino blanco, se deja hervir, se le agregan las papas y las mojarras se cubren de perejil bien picadito, y se apartan del fuego.

CARNE ESTOFADA:

1 lb. de carne de guisar
1 taza de vino tinto
cebolla, ají, ajo, sal
1 lb. de papas.
un poquito de orégano.

Se corta en trozos la carne y se pone a ablandar, una vez blanda se le ponen las papas cortadas en cuadritos pequeños. Blandas las papas se le añade la cebolla picada, el ají, ajos bien machacados unidos al orégano, sal y el vino tinto y la grasa, se deja a fuego lento hasta que quede en salsa.

ARROZ CON VEGETALES

Este arroz se puede hacer, blanco o amarillo, así como se le puede hacer el sofrito, con jamón, camarones o tocino. Se hace un sofrito corriente como para cualquier otro arroz, y se le unen, habas, habichuelas, zanahoria, col y ajos puerros, se deja hervir un rato hasta que esté todo tierno y se le agrega el arroz, un vaso de vino seco, color, sal, comino y el agua suficiente. Se sirve con petit-pois y pimientos.

SAMBAYON

Se baten cuatro yemas de huevo con cuatro cucharadas de azúcar, hasta que quede como una crema; luego se le echa una copa de vino Marsala, Oporto o Jerez, se pone al fuego en baño de maría hasta que espese, pero revolviendo siempre para evitar que se corte.

FILETE A LA ESPAÑOLA

Un filete grueso, salsa picante de tomate, una cebolla, un ají, un limón y mantequilla.

Muélase, junto: la cebolla, el ají verde y el limón. Untese esto sobre el filete y cúbrase con la salsa de tomate. Cocínese sin tapar, en horno caliente, por media hora. Añádase un generoso trozo de mantequilla y un poco de agua, que se vertirá encima. Sírvase con papas al horno.

TOMATES CON SALSA TARTARA

Se cortan los tomates en ruedas como para ensalada corriente y se sazonan con sal. SALSA: Se corta bien menudito pepino agrio, cebolla y perejil, se prepara una salsa mayonesa bastante espesa y se une todo, si agrada se le añade una cucharada pequeña de mostaza. Con ésta salsa se cubren bien los tomates.

BOLICHE AL HORNO CON PAPAS

Se toma el boliche y se le hacen algunos cortes para que la sazón penetre bien en el mismo. Se lava bien, se sala y unta bien con naranja agria, ajo machacado, y orégano, se le agrega un poco de vino seco y deja dos o tres horas en ese adobo. Se calienta bien el horno y se pone la carne con un cucharón de manteca. Mientras la carne está en el horno, se pelan las papas procurando que todas sean más o menos del mismo tamaño, se lavan bien y frotan con un poco de sal. Se colocan a fuego lento y con grasa suficiente para que se doren y no se quemen, se les van dando vueltas para que queden todas de un mismo color. Cuando la carne esté cocinada se corta en rueda y se cubre con las papas, se deja 15 minutos más al horno para que la papa quede suave por dentro.

ANILLO DE ORO

Seis huevos duros, dos cucharadas de mantequilla, dos cucharadas de harina, una cucharada de jugo de limón, una cucharadita de sal, perejil y pimienta.

Hágase una salsa blanca con mantequilla, harina, leche y condimentos, y déjese al fuego hasta que espese. Córtense los huevos por mitad y a lo largo, sacando las yemas. Colóquense las claras en un platón caliente, con el hueco hacia arriba, y llénese éste con la salsa crema. Rodéense los huevos con la salsa restante. Colóquense las yemas en un colador o cernidor y espolvoréense sobre todo el platón. Adórnese con perejil, puntas de tostadas y pimienta. Sírvanse al punto.

CROQUETAS DE PAPA

Se salcochan las papas, y calientes, se reducen a puré, se bate bien con mantequilla y un poco de leche, y se le añade queso crema, (la cantidad de leche, queso y mantequilla, debe estar de acuerdo con la cantidad de papa salcochada) y un picadillo muy menudito de perejil y cebolla. Se forman las croquetas, se pasan por huevo y galleta molida y se fríen en abundante grasa.

MACARRONES CON MALANGAS AL HORNO

Media libra de macarrones, media libra de jamón crudo pasado por la máquina, dos cebollas grandes pasadas por la máquina, un cuarto de libra de mantequilla, cuatro malangas de buen tamaño y un cuarto de libra de queso rallado. Se cuecen los macarrones en agua hirviendo con sal hasta que estén parcialmente cocidos y se dejan escurrir. En una vasija honda se colocan ruedas de malangas hasta cubrir el fondo, luego una camada de jamón molido, después otra de cebollas, se cubren con trocitos de mantequilla, y por último una de macarrones y queso rallado. Se repite esta operación cuidando de que la última camada sea de malangas. Se espolvorea con queso. Se tapa la vasija y se coloca al horno durante una hora y treinta minutos a toda llama y treinta minutos a media llama, y diez minutos con el horno apagado. Si el horno tiene control de temperatura, una hora a 450ºF.

PLATANO RELLENO

Se salcochan los plátanos que han de estar pintones, se aplastan formando un puré. Se hace picadillo de carne de puerco o de res y jamón y se le agrega alcaparrado. Se forman albóndigas o la forma que se desee con el plátano, al que se rellena del picadillo. Se mojan en huevo batido en el momento de freirlo y se echan con manteca caliente.

PLATANOS MADUROS AL HORNO

Se escogen plátanos que estén bien maduros, no pasados, se sacan de la cáscara, con cuidado que no se partan, se frotan con sal y mantequilla, se humedecen con un poco de vino seco, se colocan nuevamente dentro de la cáscara y se llevan al horno, manteniendo éste con todo el calor 10 minutos, después se va disminuyendo la temperatura para que el plátano no se queme y quede suave por dentro. También, si les puede quitar todo el calor a los 10 minutos, y pasarlos después por manteca para dorarlos.

CALDO DE POLLO

Se pone en bastante agua medio kilo de lomo o pulpa, medio pollo, una cebolla, un ramito de perejil, un puñado de garbanzos y sal, se deja hervir todo un rato espumándolo, y cuando el pollo y los garbanzos están tiernos se sacan, se pisan en el mortero, el pollo con huesos y todo, se ponen otra vez al caldo, se deja hervir otro rato, y para servirlo se cuela el caldo, que resulta muy substancioso.

BIFTECS

Se raspa o se pasa por la máquina carne de lomo, se le pone sal y una yema de huevo, se une bien y se le da forma de biftec. Se echa en una sartencita un poco de manteca, se le pone a dorar el biftec y cuando está de los dos lados se sirve, agregándole un poco de jugo de carne.

MACARRONES CON QUESO

Se salcochan los macarrones en agua hirviendo con sal; ya blandos se escurren y pasan por agua fría dos o tres veces. Aparte se salcochan huevos. Se engrasa una tartera se echan los macarrones, los huevos se cortan a la mitad y se colocan sobre los macarrones. El queso se corta en lascas muy finas y con él se cubre toda la tartera, se llevan a horno moderado hasta que el queso se haya derretido.

MILANESAS

Se raspa o se pica carne de vaca o de ternera, y se le agrega un poco de migajón de pan remojado, perejil, sal y pimienta; se mezcla bien, se le da la forma de biftecs, se envuelven en pan rallado y se fríen en manteca o buen aceite.

LOMO DE PUERCO RELLENO

Se abre el lomo como un gran "beefsteak", que se aplana y unta en toda su extensión con jamón del diablo. Se enrolla muy apretado y se amarra con hilo de cocina para que conserve su forma. Se fríe en manteca. Cuando ya esté dorado, se le pone agua suficiente para que quede muy cocido; se tapa la cazuela hasta que consuma el líquido y sólo quede una poca salsa. Se vacía entonces en una fuente, echándole por encima la salsa, la que al enfriar, cuajará como gelatina. Al otro día, se desata con cuidado, y se parte en rebanadas delgadas. Se sirve adornado con pimientos morrones.

ARROZ MILANESA

Se sofríen en manteca 6 u 8 butifarras, cuando estén bien fritas se sacan. En la misma manteca se sofríen cebollas, ajos y mucho ají picadito, cuando esté todo cocinado se vuelven a echar las salchichas y el arroz, se revuelve un rato, se cubre con el agua necesaria, se le da color, y cuando el arroz empiece a secar se le agregan dos o tres cucharadas de queso rallado, mantequilla y se pone al horno moderado hasta que termine de cocinar.

CROQUETAS DE JAMON Y VERDURAS

Dos tazas de puré de papas, una taza de jamón cocido y picado en cuadraditos, una taza de zanahorias en cuadritos, cocidas, una cucharada de cebolla picada, una taza de crema, sal y pimienta al gusto.

Combínese todo lo anterior, y déseles forma de croquetas. Pásese por huevo batido, con dos cucharadas de leche, y luego por pan molido al que se haya añadido polvo de hornear (una cucharada de polvo de hornear por dos tazas de pan molido). Fríase en bastante aceite OLIVEITE.

SOPA TARTARA

Se hace un buen caldo de gallina, se le da color y se cuela. Se hace con él una sopa de pan muy hervido, lista ya la sopa se pica la pechuga de la gallina por la cuchilla más fina de la máquina, en cada plato de sopa se echa un huevo, y una cucharadita de perejil bien picadito se cubre en seguida con la sopa hirviendo a la que se le ha agregado la pechuga molida.

SOPA DE OSTIONES

Medio seso, después de cocido y picado, se fríe en aceite, con harina y perejil. Cuando aún no están dorados, se añade un litro de leche, sal, pimienta y tres o más docenas de ostiones. Se sazona y se sirve con trocitos de pan fritos.

MARY HALE MARTIN

de nuestro departamento de Ciencias Domesticas, les ofrece esta receta: Cúbrase la superficie superior de un bizcocho de ángel (comprado en el colmado o hecho en la casa), con la mitad del coctel de frutas de una lata grande Libby's, después de sacarle el almíbar. Cúbrase la fruta y los lados del bizcocho con merengue que se haya preparado batiendo gradualmente media taza de azúcar en 4 claras de huevos. Póngase en un horno caliente (425º F) de 3 a 5 minutos aproximadamente. Cúbrase el merengue con el remanente del coctel de frutas y sírvase en seguida. Ahora bien... asegúrese de que sea Libby's... el coctel de frutas hecho de frutas sanas y enteras, cogidas a mano. Verdaderas frutas "Centro de Mesa" — la clase que Ud. usa para las preciosas decoraciones de mesa.

Es fácil

PEACH PIXIE CUPS

Consiga sus donas favoritas. Cúbralas con crema batida endulzada. Sáquele el almíbar a una lata de melocotones Libby's en mitades. Cúbrase la crema batida con la mitad de un melocotón, con el corte hacia arriba. Póngase una cereza y un ramito de menta sobre cada melocotón. ¡Qué fácil! ¿Verdad? ¡Exquisito también!

APRICOT-CUSTARD DELIGHT

Combínese en baño maría, 2 cucharadas de azúcar, 2 cucharadas de maizena, una pizca de sal, 2 yemas de huevo. Sáquele el almíbar a una lata grande de albaricoques Libby's en mitades y añádasele leche suficiente para hacer dos tazas. Añada esto gradualmente a la mezcla del huevo, batiéndose bien para que se mezcle. Cocínese en agua caliente (pero que no hierva) por 20 minutos, batiéndola frecuentemente, hasta que se ponga suave y espesa. Añádale sabor de jugo de limón, almendra o vainilla. Enfríese en nevera. Sírvase rodeada de rebanadas de bizcocho esponjoso, bordeadas con albaricoques Libby's ricamente maduros.

TOASTED POUND CAKE HAWAIIAN

Compre en su colmado un bizcocho fresco. Pártalo en rebanadas y colóquelas en pequeñas bandejas de hornear. Polvoréese con coco rayado y colóquese en la parrilla hasta que el coco se ponga de un brown-dorado. Cúbrase con 2 rebanadas de la sabrosa piña Libby's — la mejor del Hawaii. Sírvase inmediatamente.

Noche de Paz...

Noche de A

Por FRANCISCO RAMOS

TORTA DE PASCUA

2¾ tazas de harina fina, cernida
4 cucharaditas de polvo de hornear
½ cucharadita de sal
¾ de taza de mantequilla o manteca vegetal
1½ tazas de azúcar
4 claras de huevo, sin batir
1½ cucharaditas de extracto de vainilla
1 taza de leche

Se ciernen juntos el polvo de hornear, harina y sal. Se ablanda la grasa hasta que quede ligera y esponjosa, agregándole el azúcar poco a poco mientras se bate. Se le agregan las claras, de una en una, batiendo bien después de cada adición. Se le agrega la vainilla y se mezcla todo bien. Ahora se le añaden los ingredientes secos alternados con la leche y se bate bien después de cada adición. Se pone en horno moderado (350°F) durante unos 35 minutos. Se dejan refrescar las tortas y se sacan de los moldes. Se dejan enfriar bien sobre parrillas de alambre. Se juntan las capas con azucarado hervido y se adorna la superficie al gusto.

Sugerimos un azucarado blanco para cubrirlo, dejándolo con marcas de la cuchara o cuchillo con que se esparza. Sobre esta, una vez que haya secado un poco, colocar una guirnalda de dulcesitos de goma verdes y rojos sujetos con palillos de dientes, y adornados con grajea plateada. A la base del bizcocho se coloca una guirnalda de bolitas de colores de las que se usan para decorar el arbolito de Navidad colocadas sobre hojas verdes. La flor del centro se puede hacer con pedazos de angélica recortados en forma de hojas.

TARTALETAS DE CIRUELAS

Varias tartaletas previamente horneadas
Conserva de ciruelas pasas
Arbolitos hechos con pasta de tartaleta, horneados

Para que las tartaletas no pierdan su forma se deben hornear sobre los moldes en vez de dentro de ellos. Ya frías, se rellenan con la conserva de ciruelas pasas y se adornan con los arbolitos de pasta cocidos. Se pueden rociar con un poquitín de ron antes de servirlas. Estas tartaletas se pueden hacer con cualquier fruta seca preparada en conserva y fría. Además de ser muy vistoso, este postre es muy saludable y nutritivo.

CEBOLLAS RELLENAS DE PAN

4 cebollas grandes
¼ taza de mantequilla o margarina
3 tazas migas de pan
1 cucharadita de sal
⅛ cucharadita de pimienta
Un poquitín de pimentón en polvo
¼ cucharadita de mejorana en polvo (si se desea)
2 cucharadas de perejil picado

Pélense las cebollas con cuidado y córtese arriba una rebanada de 2½ a 4 cm. Suéltense en agua hirviendo y cuézanse unos 20 minutos. Sáquense y escúrranse bien. Prepárese el relleno mientras se cuecen las cebollas. Para esto, se derrite la manteca en una sartén. Se revuelven allí las migas, sal, pimienta y demás condimentos. Cuézase a fuego lento, revolviendo constantemente, hasta que las migas queden un poco doradas. Quítese el centro de las cebollas, dejando solamente tres capas. Los centros pueden usarse como base para legumbres en crema u otros platos. Rellénense las cebollas con las migas guisadas. Pónganse en una tartera plana, añadiendo un poco de agua para evitar que las cebollas se quemen por abajo. Pónganse en horno caliente a 204° C. (400° F.) por 15 minutos. Sírvanse con salsa de tomates si se desea.

Fotos Levadura Fleischmann

TOMATES RELLENOS CON QUESO

TOMATES RELLENOS CON QUESO

4 tomates grandes y firmes
Migas suaves de pan de levadura
1 huevo
½ taza de queso fuerte rallado
Sal y pimienta
¼ taza de pan rallado
4 cucharaditas de margarina o mantequilla

Córtese una rebanada de la parte donde queda el tallo del tomate. Quítense las semillas y parte de la pulpa con una cucharita. Mídanse y pónganse en un tazón de mezclar. Pónganse los tomates boca abajo y déjense escurrir. Añádase a la mezcla de tomates una cantidad igual de migas suaves de pan. Sepárense los huevos: bátanse las claras hasta que queden tiesas y las yemas hasta que espesen. Añádase la yema batida y el queso a la mezcla de tomate y pan. Mézclese todo muy bien. Póngase sal y pimienta al gusto. Envuélvase todo en las claras batidas. Rellénense los tomates. Espárzase sobre ellos el pan rallado y corónense con una cucharadita de margarina o mantequilla. Colóquense en una cacerola chata y cuézanse en horno moderado, entre 176° y 190° C. (350° y 375° F.) de 20 a 30 minutos.

FIGURITAS HELADAS PARA LOS NIÑOS

1 litro de helado de vainilla
Dulcecitos de goma y pasas
Sombreritos de cartulina

Para la gente menuda será una gran novedad el que se les sirva el helado en forma de figuritas con expresiones graciosas en sus caras. Con el helado bien duro se forman bolas grandes para el cuerpo y más pequeñas para la cabeza. Los dulces que forman las facciones se sostienen con palillos de dientes. Claro que hay que trabajar con rapidez para que no pierdan su forma y al servirlos deberán estar los invitados a la mesa o listos para comer, para que surtan el efecto deseado.

ARBOLITOS DE NAVIDAD QUE SE PUEDEN COMER

Varias ruedas de pan de molde
Un poco de coco rallado
Una lata de leche condensada
1 litro de helado
Varios vasitos de cartón cubiertos con papel rojo

Los vasos se llenan con el helado y los arbolitos se hacen así: Se moja una rueda de pan en leche condensada, luego se pasan ambos lados en coco rallado. Con un cuchillo bien afilado se les da forma de arbolitos y se sujetan sobre los vasos de helado con una tablita fina o una varilla de madera. ¡Quedan muy bonitos!

ROSCAS DE NAVIDAD

2/3 taza de leche
1/2 taza de azúcar
1/4 cucharadita de sal
6 cucharadas de manteca
2/3 taza de agua caliente
2 cucharaditas de azúcar
2 paquetes de levadura seca o 2 pastillas de levadura fresca
6 tazas de harina cernida
1/4 taza de margarina o mantequilla derretidas.

Caliéntese la leche y bátanse en ella el azúcar, la sal y la manteca. Déjese entibiar. Mídase el agua en un tazón grande; pónganse dos cucharaditas de azúcar. Espárzase o desmenúcese la levadura, y déjese hasta que se disuelva (la levadura seca 10 minutos cuando menos). Añádase la mezcla de la leche. Póngase la mitad de la harina y bátase hasta que quede pareja. Añádase la harina que quede o lo suficiente para formar la masa. Esta se extiende sobre la tabla de amasar, previamente enharinada, y se amasa por 8 ó 10 minutos. Se sabe que la masa está lista cuando queda suave y lisa y se la siente elástica y no se pega a la tabla. Póngase la masa en un tazón engrasado y se le pasa ligeramente con manteca sua-

ve o derretida. Cúbrase con un lienzo y déjese alzar como una hora y media en un lugar templado donde no haya corriente de aire, hasta que aumente al doble. Aplástese la masa, levántense las orillas hacia el centro y póngase en una tabla. Córtese la masa por la mitad. Enróllese cada mitad hasta formar un rollo oblongo de 36 x 30 x 1 cm. Pásese ligeramente por encima con margarina o mantequilla derretida. Espárzase la mitad del relleno sobre cada porción de la masa. Enróllese cada porción a lo largo como cuando se prepara un enrollado de jalea. Colóquense en láminas de hornear engrasadas. Dése a cada porción la forma de un círculo y únanse los extremos firmemente. Córtense con unas tijeras casi completamente en tajadas de 4 cm. Voltéese cada tajada sobre un costado apuntando hacia afuera. Cúbrase con un lienzo. Déjese alzar en un lugar templado donde no haya corriente de aire hasta que aumente al doble. Póngase en horno moderado (176° C. — 350° F.) unos 30 minutos. Cúbrase mientras está caliente con azucarado corriente. Adórnese con cerezas azucaradas, confitillos plateados y angélica. Remátese con un lazo rojo y ramitas de pino.

RELLENO

3/4 taza de azúcar morena
1/2 cucharadita de canela en polvo
1/4 taza de pasas de Corinto
1/4 taza de cáscaras de cidra
1/4 taza de cerezas azucaradas machacadas

Mézclense todos los ingredientes.

AZUCARADO

1/2 taza de azúcar pulverizada
2 cucharaditas de leche
1/8 cucharadita de extracto de vainilla

Mézclense todos los ingredientes y espárzanse sobre la rosca.

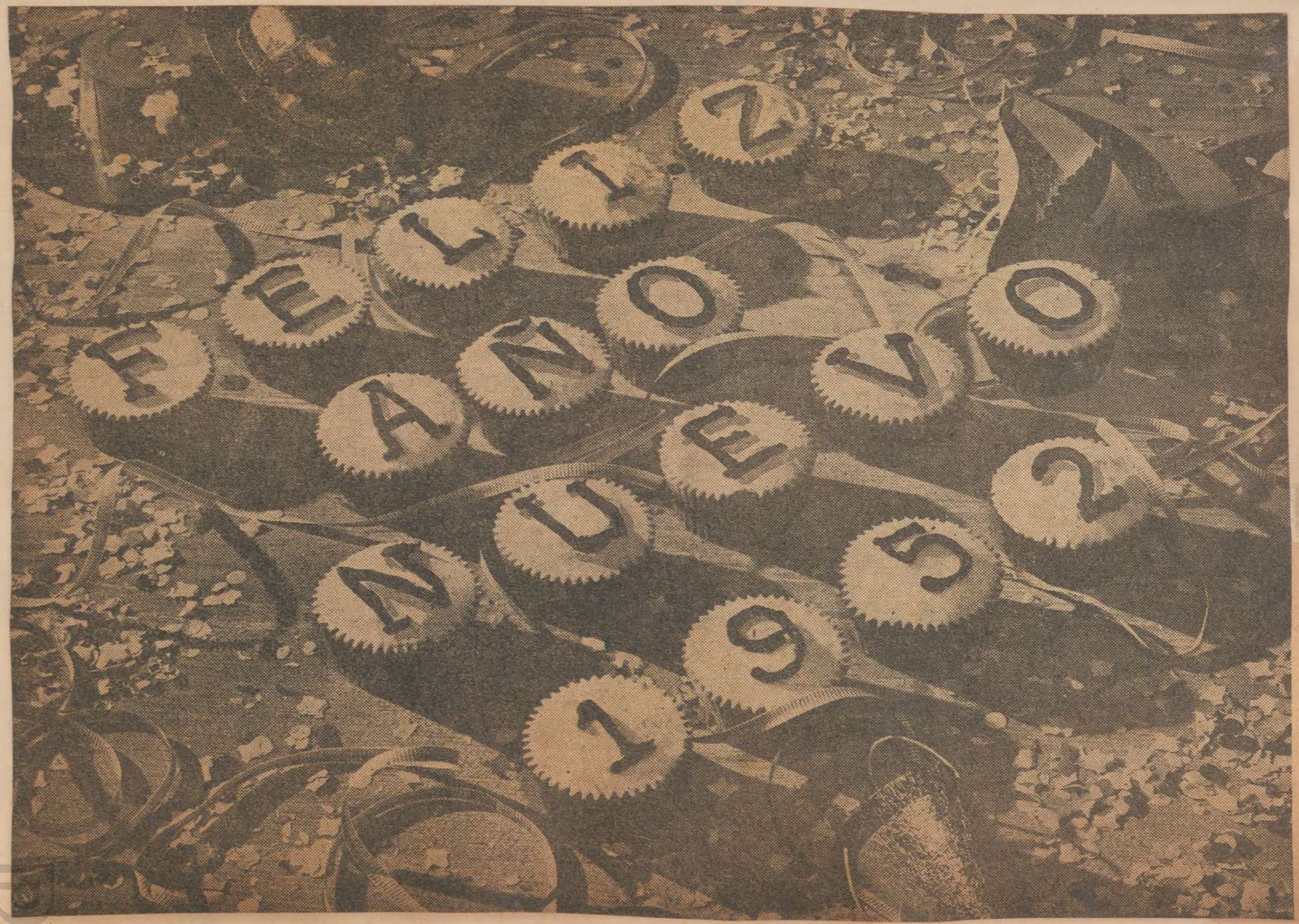
BIZCOCHO ESTRELLA DE ORIENTE

Dos camadas de bizcocho esponjoso

1 pomito de fresas en conserva
Grajea plateada para adornar

1 porción de azucarado blanco
Color vegetal, verde, rojo, amarillo

Se juntan las dos camadas de bizcocho (cake) con entreverado de fresas en conserva y se sujetan con palillos de dientes para que no se rueden. Luego se hace una cubierta con una taza de azúcar, media de agua y una clara de huevo. Se pone a hervir el agua con el azúcar hasta que tenga punto, la clara se bate hasta que endurezca y se le agrega el almíbar muy caliente, poco a poco, batiendo bien. Se extiende sobre el cake y se deja enfriar. Con un poco de azúcar impalpable, mantequilla y un poquitín de crema se prepara una masa para adornar con boquilla fina, y colores al gusto.



PARA ADORNAR LA MESA EL DIA DE AÑO NUEVO

17 bizcochitos
Azucarado blanco
Color vegetal
Serpentinas

Deséele felicidades en el Año Nuevo a sus invitados en esta original manera. Cubra los bizcochitos con el azucarado blanco, reservando un poco para mezclarlo con el color vegetal y ponerle las letras y números arriba. Es bueno esperar que el azucarado base haya secado bien para que el otro se quede en su sitio. Si no se desea ponerlos sobre la mesa rasa se pueden colocar sobre un hermoso azafate de plata, adornando las agarraderas con lazos de cinta o con vuelos de serpentinas de diferentes colores para que se vea más alegre.

ALMUERZO

Fruta bomba helada; Frituras de calabaza; Arroz con quimbombó y camarones; Coliflor a la salsa mayonesa; Beefsteak de higado; Ensalada de lechuga; Postre: Rollos de guayaba.

FRITURAS DE CALABAZA

3 tajadas grandes de calabaza; 1 copa de leche; 2 huevos; 3 cucharadas de maicena; 3 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 cucharada de mantequilla; azúcar a gusto, 1 libra de manteca SABROSA.

Se salcocha la calabaza en cantidad de agua que solamente la cubra con un polvito de sal; se escurre bien, se maja en el mortero y se le une la mantequilla, el azúcar, los huevos con sus claras, la leche y por último la maicena y la harina; se mezcla todo y se echa a freir por cucharadas en abundante manteca caliente.

ARROZ CON QUIMBOMBO Y CAMARONES

1.1|4 libra de arroz JON-CHI; 1 libra de camarones; 1|2 libra de quimbombó; 1|2 lata de puré de tomates; 1 cebolla; 2 dientes de ajo; 1 pimiento; 1|4 cucharadita de pimienta molida 1 cucharadita de jugo de limón; 4 cucharadas de manteca SABROSA.

Se salcochan los camarones, se limpian bien y se dejan aparte. Se pone una freidera al fuego con la manteca, la cebolla y el ají muy picados, el ajo machacado con la pimienta y se deja sofreir a fuego vivo por un minuto, se agrega el tomate y los camarones, en seguida se agrega el quimbombó que de antemano se habrá lavado y cortado en rueditas, se deja hervir por cinco o seis minutos añadiéndoles el limón para cortarle la baba. Bien lavado el arroz se añade el sofrito agregándole agua caliente que lo cubra, se sazona de sal y se deja hervir bien tapado hasta que le quede muy poca agua, entonces se pone a fuego lento hasta que el grano esté bien cocinado.

COLIFLOR A LA SALSA MAYONESA

1 coliflor de regular tamaño; 2 cucharadas de aceite OLIVEITE; 1 cucharada de cebolla muy picada; 1 diente de ajo ligeramente aplastado; 1|8 cucharadita de pimienta; sal; salsa mayonesa; 2 pimientos morrones.

Se le quitan a la coliflor las hojas verdes, se pone en el fondo de una cacerola una corteza grande de pan duro, encima se coloca la coliflor por el tronco, se le echa agua hasta la mitad y 1|2 cucharadita de sal, se deja hervir cuidando de que no se ablande mucho; se saca del agua y se coloca en una fuente de horno untada con mantequilla cuidando de que no se rompa la coliflor. En una sartén se pone el aceite al fuego dorando en él la cebolla y el ajo con sal y pimienta a gusto, una vez sofrito se cuela y se riega con el aceite la coliflor, se pone al horno hasta que se haya cocinado y dorado la superficie; sacada de la fuente del horno se cubre la superficie de la coliflor con la salsa mayonesa, esparciendo sobre ella los pimientos muy picados y ligeramente sofritos en aceite con un polvito de sal. Antes de ponerle los pimientos se le escurre bien el aceite.

BEEFSTEAK DE HIGADO

1.1|2 libra de hígado cortado en beefsteak; 2 cebollas; 2 ajíes; 3 cucharadas de manteca; sal; 1|2 taza de vino seco.

Se lava bien el hígado y se escurre; se pone una sartén al fuego con la mitad de la manteca, se cocinan los beefsteak por 3 ó 4 minutos por cada lado; se bajan del fuego y se sazonan de sal por los dos lados sacándolos de la sartén y conservándolos bien tapados. Se agrega la manteca que quedó y se vuelve a poner al fuego la sarten añadiéndole las cebollas y ajíes cortados en anillos, se sofrien por un minuto, se añade el vino seco y en seguida los beefsteaks dándole dos o tres vueltas a fuego vivo y se sirven al momento.

ROLLOS DE GUAYABA

5 huevos; 6 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 5 cucharadas de azúcar; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; dulce de guayaba; azúcar LUSTRE XXXX "MEDINA".

Se parten los huevos en un tazón, se les agregan las 5 cucharadas de azúcar y se baten hasta que ésta no se sienta; se cierne la harina mezclada con el Royal y se agrega poco a poco al batido; se forra con papel una tartera grande, se vierte la mezcla y se pone en horno caliente durante diez minutos; después se quita del horno, se cubre con azúcar lustre y se coloca vuelta sobre una servilleta, se moja el papel para quitarlo fácilmente, se echa encima el dulce de guayaba que se ablanda de antemano cortándolo en pedacitos, humedeciéndolo y poniéndolo al fuego; se extiende con un cuchillo y se enrolla la panetela a lo largo con ligereza antes de que se enfríe, se envuelve en la servilleta y se tiene así por espacio de media hora; después se espolvorea con azúcar Lustre y se divide en varios pedazos.

HELADO DE ALMENDRAS:

1|2 libra de almendras dulces "MEDINA"; 1|4 libra de almendras amargas; 1|2 vaso de agua de azahar; 1|2 vaso de agua; 2 litros de leche de vaca; 10 yemas de huevo; 1.1|4 libra de azúcar.

Se pelan las almendras y se machacan en el mortero, se rocían con el agua de azahar de vez en cuando mientras se machacan, se le agrega el medio vaso de agua y después de bien mezclado todo se coloca dentro de un lienzo y se exprime bien hasta sacar toda la leche de las almendras; se deslíen las yemas de huevo en un poco de la leche de vaca, se agrega después de colado al resto de la leche agregándole el azúcar y se pone al fuego revolviendo seguido hasta que empiece a espesarse, entonces se baja del fuego, se agrega la leche de las almendras y se pone de nuevo al fuego revolviendo seguido y cuidando de que no hierva; se aparta del fuego pasándolo por un colador fino, se deja enfriar y se pone en una bandeja en el congelador al mayor grado de temperatura.

GRACIELLA.—Debe ser esta la receta que usted quiere:

FRIJOLES ESTILO PERUANO

1 libra de frijoles negros; 2 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 1 cucharada de harina; 2 cucharones de caldo; Sal; 1|8 cucharadita de pimienta; 1 cucharada de perejil picado.

Se lavan los frijoles y se echan en agua hirviendo con sal teniéndolos al fuego hasta que estén blandos, se escurren y se dejan aparte; se derrite la mantequilla mezclándola con la harina y se le añade el caldo poco a poco hasta formar una salsa clara, en seguida se baja del fuego y se echan los frijoles, se les agrega la pimienta y se prueban de sal, dejándolos bien tapados cerca del fuego durante 15 minutos. Un momento antes de servirlos se les agrega el perejil revolviéndolos para que se mezcle bien a los frijoles.

ERNESTINA, Camagüey.—EL BACALAO CON LECHE se hace así:

1 libra de bacalao; 2 cucharadas de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de manteca SABROSA; 2 cebollas picadas menudo; 1 diente de ajo machacado; 3 cucharadas de perejil picado; 1|4 cucharadita de pimienta; 1 litro de leche; 2 cucharadas de harina de Castilla LA SIN RIVAL; Sal.

Se deja el bacalao en remojo desde la noche anterior. Se salcocha echándolo después en agua fría, se le quitan las espinas y pellejo picándolo en pedazos que se procurará sean del mismo tamaño. Se pone una freidera al fuego con el aceite y la manteca mezclados y cuando estén tibios se agrega la cebolla y en seguida que empiece a hervir se agrega el ajo, el perejil y la pimienta; se deja cocinar bien y se le agrega la harina, se le une poco a poco la leche sin dejar de revolver hasta formar una salsa clara, se echa el bacalao dejándolo hervir por un minuto o dos a fuego vivo. Se prueba de sal y se termina de cocinar a fuego lento. Si la salsa no estuviera bastante espesa puede agregársele más harina desleída en muy poquita leche hasta cuajarla.

MARCELINO VILLA, Habana.—Tengo el gusto de remitirle una receta que puede servirle para lo que usted desea:

TORTICAS DE MORON CON ANIS:

1 libra de manteca; 2 libras de harina de Castilla LA SIN RIVAL; 1 libra de azúcar; 3 huevos; 1|2 cucharadita de esencia de anís "MEDINA"; 1.1|2 cucharadita de bicarbonato.

Se echa sobre un mármol la harina cernida, se le agrega el azúcar mezclándola bien, se le va agregando poco a poco la manteca, los huevos, el anís y el bicarbonato, se amasan muy bien hasta que quede todo mezclado, se forman las torticas que se cocinan al horno.

BERTA.—Este es el dulce que usted quiere:

ENCANTO DE FRUTAS

1 paquete de Gelatina ROYAL, sabor de Frambuesa; 1 taza de agua hirviendo; 1 taza de agua fría; unos granos del sal; 1 taza de frutas frescas variadas y majadas; 1 taza de crema batida endulzada al gusto.

Disuélvase la Gelatina Royal en el gua hirviendo. Añádase el agua fría y la sal. Enfríese hasta que la mezcla empiece a espesarse. Agréguesele la taza de frutas frescas. Enfríese hasta que esté firme la mezcla. Entonces viértase en vasos de refresco alternando una cucharada de gelatina con otra de crema batida, terminando con una cucharada de crema batida.

107

RIÑONCITOS A LA RADICAL

Se cortan a lo largo en dos mitades los riñones de ternera, en tajadas muy delgadas, y se ponen a freír en manteca, sazonándolas con sal y pimienta, se les añade una taza de caldo con una cucharada de harina desleída, medio vaso de vino blanco y perejil picado; se le da media hora de cocción y se sirven con rebanadas de limón.

SESOS A LA FRANCESA

Se ponen a freír en aceite rebanadas de zanahorias, se les agrega sal, pimienta, una cebolla entera, perejil, papas cortadas, una copa de vino blanco, un poco de azúcar y una cucharada de harina disuelta, se le agregan los sesos cocidos y cortados, y se dejan pasar a fuego lento. De igual modo se hace el matahambre; después de cocido se corta en rebanadas y se pone en esta salsa.

GUISO DE LENGUA

Se lava bien una lengua y se pela, se pone al fuego en una cacerola con dos cucharadas de aceite y una de manteca, media cebolla cortada en dos, sal, dos zanahorias, dos nabos, un tomate en rebanadas, tres clavos de olor, canela molida, nuez moscada y azúcar; se le pone caldo y se le deja cocer a fuego lento. Se sirve con puré.

MENUDITOS DE AVES CON ACEITUNAS

Se salta en manteca una cebolla picada, se le pone jamón, los menudos picados, sal, pimienta y nuez moscada; se descorazonan veinticuatro aceitunas verdes, se agregan a los menudos y se dejan cocer diez minutos con media copita de Jerez y un poco de perejil picado. Se sirven en cacerolitas con huevos duros o estrellados.

PICHONES EN CORONA

Se frien en manteca cuatro pichones, se les agrega un poco de caldo y vino blanco y cuando están tiernos se deshuesan y se maja la carne en el morero, se le añade una yema, dos huevos enteros y manteca, se pone en una budinera dejando un hueco en medio y se mete al horno. Se hace aparte un arroz con los menudos, pedacitos de jamón y frijoles o habichuelas tiernas; se vuelca el molde en una fuente y en el hueco se pone el arroz, rociándolo todo con una salsa, que se hace poniendo a freír en manteca una cebolla, una cucharada de harina y el caldo en que se cocieron los pichones, se cuela y se le añade una yema de huevo y unas gotas de limón.

LUZ DE LOS ANGELES, Habana. — Como le ofrecí en mis contestaciones anteriores le doy otra receta de helado que queda exquisito:

3 tazas de leche; 6 cucharadas de COCOA BLUMENTAL "MEDINA"; 1 lata de leche evaporada; 4 yemas de huevos; azúcar a gusto.

Se deslíen las yemas (sin batir), se le agrega poco a poco 1|2 taza de leche y se dejan aparte. Se disuelve la cocoa en una taza de leche, se le agrega el resto de la leche y se pone a hervir, revolviendo siempre hasta que esté espesa. Se tiene un recipiente con agua caliente al fuego, se coloca en él el jarro con la cocoa y se deja hervir el agua, se agrega la leche con las yemas pooc a poco y se cocina por tres o cuatro minutos; se saca el jarro del agua dejándolo enfriar; una vez frío se bate la leche evaporada hasta que esté cremosa y se une a la cocoa batiendo ligeramente; se pone en la bandeja del congelador a helar al mayor grado de temperatura.

TETE, Habana. — Supongo que la receta de col que desea usted sea ésta:

1 col pequeña; 3 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 1 cucharadita de azúcar; 1|4 cucharadita de ralladura de nuez moscada; 1 polvito de pimienta blanca, sal; 5 ó 6 gotas de limón.

Se salcocha la col echándole al agua un poquito de sal; cuando esté blanda se escurre bien y se corta en pedacitos cuadrados. Se pone una sartén al fuego y cuando esté bien caliente se separa y se echa la mantequilla, cuando esté derretida se echa la col, se vuelve a poner al fuego y se sazona de sal y pimienta, se espolvorea con el azúcar y la ralladura de nuez moscada, se le agrega el limón y se sofríe revolviendo seguido por 5 ó 6 minutos a fuego vivo. Se sirve en seguida.

MARCELINO VILLA, Habana. — Pruebe con esta receta de Boniatillo Seco.

1 libra de boniatos; 1 libra de azúcar; 1 litro de agua; 1 cucharada de agua de azahar; Azúcar lustre "MEDINA".

Se salcochan los boniatos y mientras tanto con el azúcar y el agua se hace un almíbar claro; una vez blandos los boniatos se pelan y se pasan por la máquina, se echan en el almíbar, se agrega el agua de azahar y se cocinan revolviendo seguido hasta que tenga un punto muy fuerte, entonces se aparta del fuego y se deja enfriar por completo; se forman los boniatillos envolviéndolos en seguida en el azúcar. En mis próximas contestaciones le daré las otras recetas.

FLORINDA, Pinar del Río. — El Conejo a la Española se hace así:

1 conejo; zumo de 2 naranjas agrias; sal; 1|4 cucharadita de pimienta; 2 cucharones de aceite OLIVEITE; 1|2 libra de tocino en lascas; 1 cucharada de harina de Castilla; 1 vaso de vino tinto; caldo; 2 cebollas picadas; 1 diente de ajo machacado; 2 cucharadas de perejil picado; 4 papas partidas en trocitos.

Se mata el conejo el día anterior y se guarda en frío después de bien lavado; al día siguiente se sazona de sal, pimienta y el zumo de naranja dejándolo por tres o cuatro horas en ese adobo; se pone una freidera al fuego con el aceite y el tocino, se le agrega la harina y se sofríe hasta que el tocino esté casi dorado, se parte el conejo en pedazos y se agrega con el adobo, se deja sofreir por diez o quince minutos y se agrega el vino y en seguida el caldo; se tapa, cuando el conejo se empiece a ablandar se añaden las cebollas ,el ajo, el perejil y se prueba de sal y pimienta, se agregan las papas y se cocina hasta que la salsa esté bastante cuajada, pero si estuviese demasiado espesa se le puede agregar un poquito de caldo caliente.

GABRIELA, Jesús del Monte. — Creo que le gustará la receta que con gusto le envío:

FRITURAS DE QUESO.—1.1|2 taza de queso rallado; 1 huevo; 6 cucharadas de leche; 6 cucharadas de harina de Castilla; 1|2 cucharadita de polvo ROYAL; 1 libra de manteca SABROSA.

Se bate ligeramente el huevo y se le agrega el queso, después la leche poco a poco, revolviendo con un tenedor hasta formar una masa suave; se cierne la harina con el Royal y se agrega revolviendo para que se una todo bien. Se pone una sartén al fuego con la manteca y cuando este caliente se echan a freir por cucharaditas hasta que estén doradas.

ALMUERZO.

Coctail de frutas; Tortilla de leche; Arroz con mariscos; Carne a la crema; Ensalada de chayotes; Postre: Mermelada de ciruelas pasas.

TORTILLA CON LECHE.

10 huevos; 1 cucharada de harina de Castilla; 1 taza de leche; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 2 cucharadas de manteca SABROSA.

Se baten las yemas y aparte las claras con el Royal; se unen los dos batidos y se agrega la leche; se sigue batiendo agregando la harina desleída en un poquito de leche y sazonándola de sal y pimienta a gusto; se sigue batiendo y mientras se pone la manteca al fuego en una sartén y cuando esté caliente se echa el batido, se deja dorar ligeramente y se le va dando forma de rollete.

ARROZ CON MARISCOS

1.1|2 libra de arroz JON-CHI; 1 langosta chica; 1|2 libra de camarones; 1|2 cucharón de aceite; 2 cebollas picadas fino; 3 dientes de ajo machacados; 8 tomates picados; 3 ajíes cortados al largo; 3 cucharadas de perejil picado muy menudo; zumo de 1 limón; azafrán tostado; sal y pimienta; 20 aceitunas.

Se lavan muy bien los mariscos y se salcochan en agua abundante; cuando estén salcochados se sacan y se deja tapada el agua; se les saca la masa cortándola en pedazos y se le echa el zumo del limón sazonándola con la sal y pimienta que se desee; se pone al fuego una freidera con el aceite y todas las sazones y se hace un sofrito por cinco minutos, se agregan los mariscos sofriendo otros cinco minutos; se cubre por completo con el agua en que se salcocharon los mariscos y se tapa bien; cuando empiece a hervir se prueba de sal y se le da color con el azafrán: se echa el arroz y se cocina a fuego vivo, cuando empiece a ablandarse el grano se termina de cocinar al vapor. Debe servirse en la misma freidera adornado con las aceitunas.

CARNE A LA CREMA.

2 libras de carne de puerco; 4 cebollas; 2 cucharones de caldo; 1 taza grande de vino seco; 1|4 cucharadita de pimienta; 1|4 cucharadita de orégano; 1|2 cucharón de manteca SABROSA; sal.

Se parte la carne en pedazos pequeños y se pone en una cacerola con la manteca, se pica muy menudo la cebolla y se le agrega; se pone al fuego y se rehoga por dos o tres minutos más y se le añade el vino seco y el caldo; se tapa muy bien la cacerola y se le pone un peso encima. Se deja hervir hasta que se consuma. Aparte se hace una crema con la cuarta parte de un jarro de leche, 2 cucharadas de harina de Castilla 3 yemas crudas y sal a gusto; después de bien unida se cuela. Se ponen los pedazos de carne en una fuente y se le vierte la crema por encima; se dejan impregnar en ella durante media hora, se sacan y se envuelven en pan rallado y luego en un batido de huevos y se frien en manteca caliente. Se sirve adornando la fuente con hojas de lechuga.

ENSALADA DE CHAYOTES.

3 chayotes; 1 tacita de aceite OLIVEITE; 3 cucharadas de vinagre; sal y mostaza.

Se salcochan enteros los chayotes, cuando estén fríos se cortan en lascas y se les quita la cáscara y el corazón; se les vierte por encima una salsa mezclada con el aceite y vinagre, la mostaza y la sal. Debe servirse bien fría.

MERMELADA DE CIRUELAS PASAS

1 libra de ciruelas pasas; 1|2 libra de azúcar; 1 litro de agua; 1 raja de canela "MEDINA".

Se salcochan las ciruelas y se reducen a puré pasándolas por un colador, se le añade el azúcar y la canela, se pone al fuego y se deja hervir moviéndola a menudo hasta que tenga buen punto. Se sirve con queso crema LA HACIENDA.

ALMUERZO

Toronjas heladas; Frituras de garbanzos; Pescado al pimentón; Macarrones con jamón; Ensalada de remolacha y queso crema; Postre: Leche quemada.

FRITURAS DE GARBANZOS

1 libra de garbanzos; 1 cucharada de mantequilla: 2 yemas crudas; 1|2 cucharadita de sal; 1 cucharada de harina; 1 cucharadita de Polvo ROYAL; 1 libra de manteca SABROSA.

Se ponen los garbanzos a salcochar en agua abundante y añadiéndole 1|2 cucharadita de Royal; cuando estén blandos se les quita la cáscara y pasan por la cuchilla fina de la máquina, se le agrega la mantequilla, las yemas crudas, la harina y la sal, se une todo bien y se agregan las claras batidas con el resto del Royal, a punto de nieve, se une batiendo un poco más; se fríen a fuego vivo echándolas por cucharadas en manteca caliente.

PESCADO AL PIMENTON

2 libras de ruedas de pargo; 2 cebollas en ruedas; 1 hoja de laurel; 2 pimientos cortados al largo; 1 libra de aceite; 4 granos de pimienta; 1 cucharada de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1 limón verde; sal; 1|8 cucharadita de pimienta; 1|2 cucharón de vinagre; 1|2 libra de harina LA SIN RIVAL.

Se lavan y escurren bien las ruedas de pargo poniéndolas en adobo por una hora o más con el zumo del limón, la pimienta y sal a gusto. Pasado este tiempo se pone al fuego una sartén grande con el aceite y cuando esté caliente se sacan las ruedas del adobo, se secan bien envolviéndolas en la harina y se fríen en el aceite, se sacan y se dejan aparte. Se hace una salsa con 1 cucharón de aceite, el vinagre, las cebollas, los ajíes, el adobo que tenía el pescado agregándole el laurel, la pimienta y muy poquita sal, se deja hervir hasta que se cocine bien el ají, se echa el pescado, se espolvorea con el pimentón y se deja hervir volteándolo a menudo por diez minutos más o menos. Al servirlo se adorna con aceitunas y cebollitas de encurtido.

MACARRONES CON JAMON

1|2 paquete de macarrones "BUDA" LA SIN RIVAL; 1.1|2 taza de leche; 2 cucharadas de mantequilla; 1 cucharada de harina; sal; 1 cebolla; 1|8 cucharadita de pimienta blanca; 1 taba de jamón picado; pan rallado.

Se salcochan los macarrones partidos en pedazos de una pulgada en agua suficiente a la que se le agregará una cucharadita de aceite. Cuando estén blandos (no demasiado) se quitan del fuego y escurren bien. Se hace en una cacerolita una salsa poniendo la mantequilla, la cebolla muy picada y dejándola sofreír ligeramente, se deslíe la harina en un poquito de leche uniéndola al resto de la leche, se agrega al sofrito, se sazona con la pimienta y sal a gusto; se deja cocinar a buen fuego y se le mezcla el jamón y los macarrones fuera ya del fuego. Se engrasa una tartera de horno con mantequilla, se vierten en ella los macarrones, espolvoreándolos con la galleta molida. Se cocinan al horno.

ENSALADA DE REMOLACHA Y QUESO CREMA

2 remolachas grandes; 3 papas; 2 quesos crema medianos LA HACIENDA; 2 tallos de apio; hojas de lechuga; 4 huevos salcochados; 1 tacita de aceite OLIVEITE; 2 cucharadas de vinagre; 1 polvito de pimienta blanca; sal.

Se salcochan las papas con poca sal, se pelan y cortan en cuadraditos; el apio se pica muy menudito. Se ralla la remolacha y se le saca el jugo exprimiéndola por un paño, se bate el queso crema y se le va agregando poco a poco hasta unirlos bien; se mezcla con las papas y el apio. Se adorna la ensaladera con las hojas de lechuga, encima se coloca en forma de pirámide las papas y el apio, sazonándolas con el aceite, el vinagre, la pimienta y sal, todo muy bien unido. Se adorna con los huevos cortados en ruedas.

LECHE QUEMADA

1 litro de leche; 1 corteza de limón verde; 1 polvito de sal; azúcar a gusto; 6 huevos.

Se hierve la leche con la cáscara de limón y la sal, se deja enfriar y se le añade el azúcar; se baten los huevos y se les va uniendo poco a poco la leche; se echa en un molde y se cocina en baño-maría cuidando de que no le entre agua; cuando esté cuajada se aparta del fuego y se cubre con azúcar poniéndole encima una tapa con brasas o dorándola al horno.

COMIDA

Cocktail de frutas; Sopa de macarrones a la italiana; Arroz a la capuchina; Croquetas de salmón; Costillas de puerco al horo; Ensalada de berros; Postre: Fantasía de piña.

SOPA DE MACARRONES A LA ITALIANA

1 1|2 libra de carne de falda; 1 hueso blanco; 1 cebolla; 1 ají; 2 tomates; 2 dientes de ajo; 1|4 paquete de macarrones LA SIN RIVAL; 1|2 libra de queso Gruyere; 5 huevos salcochados.

Se hace un caldo con la carne sazonándolo de sal y agregándole la cebolla, el ají, los ajos y los tomates, una vez blanda la carne (que se aprovecha para otro plato) se cuela el caldo y se salcochan en él los macarrones; cuando estén blandos se sacan y se escurren bien dejando el caldo a la orilla del fuego; se pone en el fondo de la sopera una camada de macarrones, la cuarta parte del queso partido en pedazos, rebanadas de huevos duros y otra cuarta parte de queso rallado, se cubre con caldo caliente y se repite la misma operación hasta echarlo todo.

ARROZ A LA CAPUCHINA

1 libra de arroz JON-CHI; 1 latica de salsa de tomates; 1|2 cucharón de aceite; 4 dientes de ajos machacados; 2 cebollas muy picadas; 2 cucharadas de perejil picado; 1 pimiento muy picado; 1 cucharadita de pimentón "FAISAN" "MEDINA". sal.

Se pone una freidera al fuego con el aceite ,se agregan los ajos y se dejan sofreir por un minuto, se agregan las cebollas, el ají y el puré de tomates, se deja sofreir por dos minutos más, se agrega el arroz y el pimentón, se revuelve todo durante unos minutos y en seguida se le agrega agua hirviendo que lo cubra más dos dedos, se sazona de sal tapándolo bien y dejándolo al fuego hasta que el grano empiece a ablandarse, se termina de cocinar al vapor. Este arroz debe quedar un poco ensopado, por lo que si fuere necesario se le agregará agua, pero siempre caliente.

CROQUETAS DE SALMON

1 lata de salmón; 1 cucharada de manteca; 1|2 taza de leche; 1|2 cucharadita de sal; 1 cucharada de harina LA SIN RIVAL; 1|8 cucharadita de pimienta blanca; 1 cucharadita de jugo de limón; 1 cucharadita de perejil muy picado; 3|4 libra de aceite OLIVEITE.

Se hace una salsa crema con la cucharada de manteca, la harina y leche revolviendo seguido para que no se apelotone la harina; se echa el salmón bien escurrido en un tazón y se añade la salsa, la sal, el limón, la pimienta y el perejil; se mezcla bien todo con un tenedor hasta que el salmón esté bien desmenuzado; se deja reposar en un lugar fresco y cuando esté del todo frío se le da la forma de croquetas; se envuelven en pan rallado, luego en un batido de huevo al que se le agregará una cuchada de leche y por último en pan rallado y se frien en aceite caliente.

COSTILLAS DE PUERCO AL HORNO

2 libras de costillas de puerco; sal; 1|8 cuchadita de pimienta blanca; 1|4 cucharadita de nuez moscada "MEDINA"; 3 cucharadas de harina LA SIN RIVAL; 2 yemas crudas; 2 cucharadas de manteca SABROSA; 2 cucharadas de perejil picado; 2 cucharones de caldo; 1 cucharada de mantequilla; pan rallado.

Se aplastan las costillas y después de bien lavadas y escurridas se sazonan de sal, pimienta y nuez moscada dejándolas un rato en este adobo. Después se cocinan a la parrilla durante diez o doce minutos volviéndolas por ambos lados. Se derrite la manteca en una sartén, se le agregan las yemas crudas y la harina revolviendo con cuchara de madera, se sazona de sal, se agrega el caldo caliente y el perejil y se tiene a fuego lento revolviendo hasta formar una crema. Se coloca esta crema en una tartera agregando la mantequilla y las costillas las que se cubren con pan rallado y se ponen al horno moderado hasta que les quede poca salsa.

FANTASIA DE PIÑA

Revuélvanse 1 paquete de Pudín de Vainilla ROYAL y 2 1|2 tazas de leche. Cuézase a fuego lento hasta que se espese y dé un hervor. Quítese del fuego y enfríese. Córtese en rebanadas de una pulgada un bizcocho esponjoso pequeño. Cúbrase el fondo de un plato llano con estas rebanadas. Untense con seis cucharadas de piña en conserva. Sobre esto viértase una taza de vino de Oporto y la mezcla de Pudín ROYAL. Dejese reposar de una a dos horas. Si se desea, cúbrase con crema batida.

ALMUERZO.

Cocktail de piña y fruta bomba; Chayotes rellenos con carne; Moros y Cristianos; Filete con mantequilla; Ensalada de remolacha; Postre: Estrella de cereza.

CHAYOTES RELLENOS CON CARNE

6 chayotes bien hechos; 3|4 libra de masa de puerco; 1|4 libra de jamón, 3 huevos duros; 1 taza de miga de pan mojado en leche; 1 yema cruda; 1|4 cucharadita de pimienta molida; 1 lata de salsa de tomates; 2 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 3 cucharadas de queso rallado; 15 ó 20 almendras "MEDINA"; 1 cucharada colmada de pasas: polvo de pan rallado.

Se salcochan los chayotes y cuando estén blandos se parten por la mitad a la larga; se dejan enfriar para sacarles la masa sin romper las cáscaras; se pican por la máquina la carne, el jamón y los huevso duros, mezclándoles la masa de los chayotes pasada por un colador, se le agrega la miga de pan, la yema cruda, la pimienta y la sal que se quiera. Se pone una sartén al fuego con la mantequilla, se le agrega la salsa de tomates y la masa anterior, se cocina todo bien hasta que esté bastante seca la masa; se baja del fuego y se le agrega el queso rallado y se rellenan las cáscaras adornándolas con las pasas y almendras, se espolvorean con el polvo de pan rallado y se cocinan al horno.

MOROS Y CRISTIANOS

1|2 libra de frijoles negros; 1.1|4 libra de arroz JON-CHI; 1|2 cucharón de aceite; 1|2 cucharón de manteca; 1 cebolla; 2 dientes de ajo; 2 ajíes; 3 tomates; 1 pedacito de jamón picado; 1|8 cucharadita de pimienta; sal; tocino frito en trocitos.

Se ponen los frijoles al fuego en agua suficiente y cuando estén blandos se hace un mojo con el aceite y la manteca mezclados, el jamón, la cebolla, los ajíes y los tomates, todo picado por la máquina; los ajos machacados, sazonándolos de sal y pimienta, se deja cocinar el mojo por dos o tres minutos echándoselo a los frijoles; en seguida se echa el arroz y se deja cocinar tapado, cuando el grano empiece a ablandarse se termina de cocinar a fuego muy suave. Debe quedar el arroz desgranado. Al servirlo se adorna con el tocino.

FILETE CON MANTEQUILLA

2 libras de filete; 1 limón verde; 3 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 3 cucharadas de manteca SABROSA; sal; pimienta.

Después de limpio el filete se sazona con el zumo del limón y sal y pimienta a gusto dejándolo por una hora en este adobo; pasado este tiempo se pone una sartén al fuego con la mantequilla y se dora el filete dándole vueltas para que se dore parejo y no se queme. Se hace una salsa en esta forma: se ponen al fuego en una sartén las 3 cucharadas de manteca, 2 cebollas en ruedas, 2 cucharadas de perejil picado 1 diente de ajo machacado y 1 polvito de pimienta. Se sofríe bien y se le vierte por encima al filete. Se sirve con puré de papas.

ENSALADA DE REMOLACHAS

4 remolachas; 4 huevos; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 3 cucharadas de vinagre; sal y pimienta.

Se salcochan los huevos y las remolachas y cuando éstas estén blandas se sacan del agua y se dejan enfriar, se les quita la piel y se parten en ruedas; se le quita la cáscara a los huevos y se pican muy menudo; se colocan en la ensaladera las ruedas de remolacha dejando un espacio de un dedo entre una y otra y procurando colocarlas una sobre otra a la mitad; en el espacio que queda se coloca el picadillo de huevo; se mezclan en un tazón el aceite, el vinagre y la sal y pimienta que se quiera y se le vierte por encima a la ensalada.

ESTRELLA DE CEREZA

Prepárese 1 paquete de Gelatina ROYAL, sabor de cereza, según las instrucciones del paquete. Viértase en un molde en forma de estrella. Enfríese hasta que se cuaje. Sáquese del molde sobre un plato grande y adórnese acomodando entre las puntas de la estrella crema batida, sazonada con Kirsch o Brandy de Cereza y cerezas marrasquino.

Cocktail de fruta bomba; Tomates rellenos con langosta; Arroz con pollo; Bocadillos de sesos; Papas al pimentón; Ensalada de pepinos; Postre: Pudin de naranja delicado.

TOMATES RELLENOS CON LANGOSTA

1 langosta salcochada; 8 tomates de ensalada pintones; 1 cebolla chica; 1|4 cucharadita de pimienta blanca; 2 cucharadas de perejil muy picado; 4 cucharadas de mantequilla LA HACIENDA; 1|2 taza de miga de pan mojada en leche; 1 latica de petit-pois; 1 repollo de lechuga; 6 huevos duros; sal.

Se echan los tomates en agua hirviendo por un minuto, se sacan dejándolos enfriar, se les corta una tapita por la parte del tallo que se reserva, se le saca la masa con cuidado de no romperlos y se pasa por un colador dejándola aparte. Se le saca la masa a la langosta desbaratándola con un tenedor; se pone una sartén al fuego con 2 cucharadas de mantequilla derretida, se le agrega la cebolla muy picada por la máquina dejándola sofreir por dos o tres minutos; se agrega la masa de la langosta sazonándola de sal y pimienta y agregándole la pulpa de los tomates y 2 yemas duras bien desbaratadas, el perejil y la miga de pan, se mezcla todo bien y se rellenan los tomates; se colocan en una tartera de cristal o en tarteritas individuales untadas con mantequilla y se cocinan a horno moderado. Al servirlos se les pone por encima salsa mayonesa y el repollo de la lechuga picado muy fino mezclado con el petit-pois bien escurrido.

ARROZ CON POLLO.

1 libra de arroz JON-CHI; 1 pollo mediano; 2 tazas de caldo; 2 cucharadas de vino seco; 3 cucharadas de manteca SABROSA; 1 latica de petit-pois; 1|2 lata de salsa de tomates; 1 pimiento verde muy picado; 1 cebolla picada muy fino; 3 dientes de ajos machacados; 4 cucharaditas de pimienta negra molida; 1 hoja de laurel; 1 lata de pimientos morrones, 2 ramas de perejil; azafrán tostado; sal.

Se mata el pollo el día anterior y se guarda en frío. Se parte en pedazos sofriéndolos ligeramente en la manteca caliente, que se habrá puesto al fuego en una freidera, se sacan y dejan aparte, en esa grasa se sofrien los ajos, se agrega la salsa de tomates, el perejil, el ají y la cebolla y se deja sofreir por diez minutos, se deslie el azafrán en un poquito de caldo y se agrega al resto del mismo; se echa el pollo en la freidera, en seguida el caldo y se deja hervir bien tapado sazonándolo de sal y pimienta y agregandole el vino seco; cuando el pollo empiece a ablandarse se añade el arroz, dejándolo cocinar hasta que el grano esté casi blando, se termina de cocinar al vapor agregándole los petit-pois escurridos. Se sirve en la misma freidera y se adorna con los pimientos morrones.

BOCADILLOS DE SESOS.

1 cabeza de sesos; 1.1|4 taza de harina LA SIN RIVAL; 2 yemas crudas; 1 libra de aceite OLIVEITE; leche; sal.

Se salcochan los sesos en agua y sal, se les quita la piel y después de bien escurridos y frios se cortan en pedacitos; se pone la harina en un tazón y se le agregan las yemas desleídas en una taza de leche, se agregan a la harina formando una preparación blanda, se mezcla bien y se agregan los sesos envolviéndolos bien en la mezcla de harina; se frien por cucharadas en el aceite caliente a fuego moderado.

PAPAS AL PIMENTON

1.1|4 libra de papas; 2 cucharadas de manteca; 1 cebolla grande muy picada; 1|4 libra de tocino frito, sal; 1 cucharadita colmada de pimentón "FAISAN" "MEDINA".

Se salcochan las papas en agua y sal, cuando estén blandas se pelan y parten en cuatro. Se pone una sartén al fuego con la manteca, se le agrega la cebolla picada menudo, se sofrie por un minuto, se agregan las papas y se espolvorean con el pimentón y los pedacitos de tocino frito de antemano.

PUDIN DE NARANJA DELICADO

1 paquete de Pudin de Vainilla ROYAL, 2.1|2 tazas de leche. Cuézase a fuego lento, revolviendo constantemente hasta que se espese y dé un hervor. Quítese del fuego y enfríese. Agréguesele 1|8 cucharadita de clavo en polvo y 1 cucharada de vino jerez. Hiélese. Al servir, agréguesele 1 taza de secciones de naranja.

ALMUERZO

Cocktail de toronjas y naranjas; Frituras de harina; Arroz horneado con huevos y tomates; Pescado a la marinera; Boniatos fritos; Ensalada de lechuga; Postre: Pastel exquisito de queso.

FRITURAS DE HARINA

8 cucharadas de harina LA SIN RIVAL; 2 huevos; agua; sal; 2 cucharaditas de Polvo ROYAL; 1 libra de manteca SABROSA.

Se cierne la harina con el Royal, se le agrega 1|2 cucharadita de sal y los huevos; se le agrega agua poco a poco hasta que la harina tenga consistencia que no sea ni muy clara ni tampoco espesa, se bate un poco y se echan a freir en manteca muy caliente por cucharadas.

ARROZ HORNEADO CON HUEVOS Y TOMATES

1.1|4 libra de arroz JON-CHI; 8 huevos; 1 lata de salsa de tomates; 3 cucharadas de queso rallado; sal y pimienta; 1 cucharada de mantequilla.

Se pone a cocinar el arroz a fuego vivo y cuando el grano empiece a ablandarse se termina de cocinar al vapor. En una fuente de horno se coloca el arroz oprimiendo con la espumadera hasta aplanarlo bien; se hacen ocho huecos iguales en el arroz, en cada uno de los cuales se echará un huevo crudo espolvoreándolos con un polvito de sal y pimienta a cada uno, así como con el queso rallado; se pone a horno moderado el tiempo suficiente para que se cocinen los huevos. Al servirlos se cubre todo el arroz con la salsa de tomates previamente calentada, agregándole la mantequilla.

PESCADO A LA MARINERA

1 pargo de 3 a 4 libras; 4 cebollas; 2 pimientos; 8 tomates de ensalada; 4 dientes de ajos; 1|2 taza de aceite OLIVEITE; 1|4 taza de vinagre; 1 cucharada de pimentón "FAISAN" "MEDINA"; 1|8 cucharadita de pimienta; sal; zumo de un limón verde; 1 cucharadita de orégano tostado molido; 3 cucharadas de perejil picado.

Después de limpio el pescado se sazona con sal, pimienta, orégano y el zumo del limón; se ponen en una tartera 4 tomates y 2 cebollas cortados en ruedas gruesas, encima se coloca el pescado; se mezclan en el mortero el pimentón, aceite y vinagre; se cortan los ajos en trocitos pequeños y se le ponen por encima al pescado al igual que los 2 tomates restantes cortados en ruedas a los que se le quitarán las semillas; se cortan los ajíes y las 2 cebollas restantes en anillos, se le ponen por encima al pescado, se adorna con el perejil y se le vierte la salsa preparada en el mortero. Se cocina a horno moderado.

PASTEL EXQUISITO DE QUESO

1 taza de harina para cakes LA SIN RIVAL; 1|4 taza de mantequilla sin sal; 1|4 cucharadita de sal; 2.1|2 cucharadas de azúcar; 1 yema de huevo; 1|2 cucharadita de ralladura de limón verde.

Se cierne la harina sobre un mármol abriéndole un hueco en el centro; se le van agregando los ingredientes poco a poco mezclándolos bien con un tenedor en el hueco del centro; se les va incorporando la harina con la punta de los dedos hasta formar una masa suave, se amasa ligeramente formando una bola que se cubre con papel encerado, poniéndola por una hora en el refrigerador. Pasado este tiempo se extiende con el rodillo sobre un mármol teniendo éste espolvoreado con harina, procurando que la masa quede muy fina; se cubre un molde de 8 pulgadas ligeramente con harina cernida, se echa la mitad de la masa, se rellena y se cubre con la otra mitad. Se cocina a horno moderado por 25 ó 30 minutos, probándolo con un palillo y si sale seco ya estará listo.

El relleno se hace en la siguiente forma:

1 queso crema mediano LA HACIENDA; 5 cucharadas de azúcar; 1|4 cucharadita de esencia de vainilla "MEDINA"; 1 huevo; 1 cucharada de pasas sin semillas.

Se bate el queso con el azúcar hasta que ésta no se sienta, se le agrega la yema de huevo, la vainilla y las pasas, se mezcla todo bien añadiéndole la clara a punto de merengue, revolviendo para mezclarla pero sin batir.

CUANDO NO HAY CARNE DE RES...SE PUEDE REEMPLAZAR CON AVES

Los alimentos fritos tienen fama de ser indigestos, pero esto sucede sólo cuando quedan empapados de manteca ordinaria. Los utensilios eléctricos Burpee son excelentes para hacer cualquier frito.

Por MARIA MERCELIS

LA GALLINA, no siendo tan sabrosa como el pollo, se utiliza pocas veces en lugar de éste, aunque realmente admite las mismas composiciones. Se emplea generalmente para hacer un caldo substancioso. En la sopa de gigote, tan sabrosa y universalmente conocida, siempre se emplea la pechuga de gallina y también se utiliza ésta para croquetas, rellenos, etc., etc. La gallina, después de sacado el caldo, se puede comer sofrita en esta forma: se parte en pedazos, se le pone zumo de naranja agria, sal y pimienta, se hace un buen mojo sofriendo en manteca, cebolla, ajo, tomate, ají y perejil, se echan los pedazos de gallina y se les da vueltas hasta que el mojo se seque.

GALLINA RELLENA—Lavada la gallina se le corta el pescuezo y el pellejo y se quita con mucho cuidado para que no se rompa; se le echa sal, pimienta y zumo de naranja agria por dentro y fuera. Para una gallina se emplea una libra de carne de puerco con gordo, un cuarto de libra de jamón crudo, dos lascas de tocineta, una latita de petit-pois, otra de trufas picadas, un poco de vino de Jerez, pasas, aceitunas, huevos duros en rebanadas, puntas de espárragos y un poco de foie-gras; todo se mezcla, se coloca dentro de la gallina, se cose con hilo fuerte y se deja reposar en hielo durante seis horas. Se cocina en una servilleta bien prensada en una mezcla de un litro de agua y medio litro de Jerez.

REVOLTILLO DE GALLINA—Después de aprovechada la gallina para hacer caldo, se separa la masa de los huesos y se pica en la máquina. Se hace en manteca un mojo abundante con cebolla, ajo, perejil, ajíes y tomates; cuando esté sofrito se echa el picadillo de gallina sazonado con sal y pimienta, *se le pone caldo para suavizarlo y cuando se empiece a secar se tienen batidos cuatro o cinco huevos con bastante perejil picado*, se agregan al picadillo y se revuelve hasta que quede seco. Se sirve con plátanos maduros fritos o verdes en galletitas.

GUINEA EN PARRILLA—Se lava la guinea, se le pone sal y pimienta; se prepara en un plato hondo un mojo con zumo de naranja agria, manteca y ajo y con una pluma se unta este mojo a la guinea, se coloca en la parrilla, se le da vuelta por todos lados; un poco dorada se pasa a una freidera con un poco más de manteca, el mojo crudo, cebollas picadas, perejil, laurel, un poco de vinagre y agua suficiente para cubrirla y se deja al fuego hasta que esté blanda. Se deslíen tres yemas crudas en un poco de caldo y se une a la salsa sin parar de revolver hasta que rompa el hervor.

GUINEA A LA MARINERA—Se lava la guinea, se le pone sal, pimienta, dos cucharadas de vinagre y se coloca en una cazuela con manteca suficiente, una cebolla grande picada, ajo al gusto, un clavo de comer y una hoja de laurel; se cocina a fuego lento, se cubre la freidera con un paño mojado, se tapa bien y se tiene al fuego hasta que esté blanda, revolviendo para que no se queme. La salsa se espesa con un poco de harina de Castilla, se adorna con aceitunas mechadas y rebanadas de pan frito.

GUINEA ESTOFADA—Se le echa a la guinea sal, pimienta y zumo de naranja agria, se parte en pedazos y se coloca en la cacerola con lascas de tocino, cebolla picada, ajo, unas cuantas zanahorias en rueditas y manteca suficiente; se tapa y se deja cocinar un rato, se le añade un poco de vinagre y un cucharón de caldo. Cuando la salsa se empiece a gastar se agrega un cucharón de vino tinto y se cocina hasta que esté blanda.

GUINEA A LA MANCHEGA—Se lava la guinea, se parte en pedazos, se le pone sal y zumo de naranja agria, se coloca en la freidera con aceite y después de frita ligeramente se cubre con caldo, se añaden lascas de jamón y tocineta, cebolla picada, ajo aplastado, un nabo regular, un pedazo grande de col, media libra de habichuelas tiernas, un clavo, dos hojas de laurel, una libra de papas y todo se tiene al fuego hasta que esté blando.

GUINEA CON PETIT-POIS—Se hace como la anterior, agregándole una latita de petit-pois calentada en baño de maría.

Observación importante. La guinea debe siempre matarse la víspera para que se ablande con facilidad.

PICHONES CON VINO—Se limpian los pichones y se sazonan con sal y zumo de naranja agria. Se fríen en manteca caliente unas rebanadas de pan, se sacan y en esa misma manteca se fríen unas cuantas almendras que también se sacan; se echan en la misma manteca a sofreír cebollas picadas, un poco de ajo machacado, dos tomates, se sacan y entonces se echan los pichones dándoles vueltas hasta que se doren, se cubren con caldo y un poco de vino tinto, se dejan al fuego hasta que se ablanden. Las rebanadas de pan y las almendras se majan en el mortero y con esto se cuaja la salsa.

PICHONES EN CAZUELA—Limpios los pichones se colocan en la cazuela echándoles zumo de naranja agria, sal, pimienta, manteca, ajo, cebolla picada, una hoja de laurel, un poco de orégano tostado, un poco de caldo y otro de vino seco; se tapa bien y se tiene al fuego hasta que estén blandos.

PALOMITAS A LA MINUTA—Se lavan y se limpian, se les pone sal y pimienta y se colocan en la freidera con manteca, un poco de ajo, cebolla, perejil, un poco de vino seco, caldo y una cucharadita de harina de Castilla; se tienen al fuego hasta que estén blandas, se dejan refrescar, se escurren bien y se envuelven en un batido de huevo con perejil, se envuelven en polvo de pan rallado y se fríen en manteca bien caliente.

Al hacer cualquier clase de frituras es de primordial importancia que se use bastante manteca, por lo menos lo suficiente para llenar el utensilio hasta la mitad cosa de que el alimento no absorba la grasa.

Si no se desea usar migas de pan para pasar los pedazos, se pueden envolver en harina de maíz gruesa, en avena molida, lo cual no sólo da magníficos resultados sino que les imparte mayor valor nutritivo.

¡QUE RICAS SON LAS SOPAS!

Por MARIA MERCELIS

Este plato tan acostumbrado en nuestra mesa merece más atención

YA LO CREO que son ricas... pero hay que variarlas a menudo o la familia se cansa de ellas. Hojeando un antiguo libro de recetas me tropecé con algunas que no había oído ni siquiera nombrar, y después de hacerlas y probarlas no he descansado en la búsqueda de otros modos de preparar los ingredientes corrientes para ofrecerle a mi familia sopas novedosas. ¡Les garantizo que es toda una aventura! Aquí van algunas de ellas...

SOPA DE ARROZ, POLLO Y PIMIENTO MORRON

Arroz crudo	*1 taza*
Pechuga de pollo	*1 grande o 2 chicas*
Pimientos morrones	*1 lata chica*
Mantequilla	*2 cucharadas*
Sal y pimienta	*al gusto*

La pechuga se pone a cocer en tanto caldo como sopa se desee. Aparte se cuece el arroz (si es posible al vapor). Ya cocido éste se muele con los pimientos, a formar una pasta color de rosa. Esta pasta se mezcla muy bien con el caldo y luego que ha dado unos hervores se pasa por un colador. Se sazona muy bien con sal y pimienta, se le agregan la mantequilla y el pollo picado. Se acompaña con galletitas saladas o palitos de queso.

NOTA: En vez de pimiento puede molérsele al arroz un manojo de perejil y entonces la sopa quedará color verde pálido.

SOPA DE SARDINAS

Sardinas finas	*1 lata*
Zanahorias grandes	*6*
Leche	*2 litros*
Mantequilla	*2 cucharadas*

Se cuecen las zanahorias, se parten en cuadros y se fríen en la mantequilla. Se muelen y la pasta que resulte, se mezcla muy bien con la leche. Se deja que den unos hervores y luego se cuela. Se sazona con sal, pimienta y nuez moscada. En la sopera se tendrán ya las sardinas bien limpias del pellejo, desmenuzadas y sobre ellas se vierte la sopa muy caliente. Se acompaña con cuadritos de pan fritos o galleticas saladas.

POTE GALLEGO

Frijol blanco	*¼ de kilo*
Pulpa de res o ternera	*¼ de kilo*
Jamón fino	*Una tajada regular*
Chorizo español	*2 piezas*
Acelgas	*1 manojo*
Papas	*2 regulares*
Tomate grande y maduro	*1*
Harina	*½ cucharada*
Maicena	*½ cucharada*
Manteca o aceite	*2 cucharadas*
Sal y pimienta	*al gusto*
Caldo	*2 litros*

Se pone a cocer el frijol (habichuela) la víspera. Ya que está todo cocido se muele y se pasa por un colador con el caldo de la carne. Se asa y se pela el tomate. Se le quitan las semillas y se muele. Se dora la harina en un poco de manteca, luego se agrega la maicena, se añade el tomate y cuando está bien frito, se le agrega el caldo de frijol. La carne ya estará cocida y se deshebra. Las acelgas también cocidas se pican muy menudito, el jamón se corta en cuadritos y el tocino se rebana. Todo se pone en el caldo de frijol a que se sazone. Como hora y media antes de servirse se le agrega la papa pelada en crudo y cortada en cuadritos para que quede suave pero no se deshaga. Debe quedar como una crema ligera. Si se consume demasiado se le puede agregar más caldo.

SOPA DE CAMARONES ESTILO "HAMBURGO"

Camarones frescos	*½ kilo*
Puntas de espárragos	*1 lata*
Chícharos	*4 cucharadas*
Mantequilla	*½ taza*
Harina	*1 cucharada*
Sal y pimienta	*al gusto*

Se lavan los camarones y se pelan. Las cáscaras, las patitas, etc. (menos los ojos porque amargan) se ponen a cocer. Se derrite la mitad de la mantequilla y se dora en ella la harina. Se vierte allí el caldo colado (el caldo de las cáscaras y patitas de los camarones) agregándoles también el agua de los espárragos, procurando que no se haga grumos la harina. En ese caldo se ponen los camarones en trocitos, las puntas de espárragos y los chícharos cocidos. Se sazona con sal y pimienta al gusto y ya para servirse se le agrega el resto de la mantequilla.

NOTA: No siendo para vigilia esta sopa se puede hacer con caldo de carne y entonces se pueden usar camarones de lata.

117

Panetela de limón (Chin)

1 panetela.
1 lata leche condensada sin diluir
1/4 jugo de limón verde
3 yemas de huevo.

Se une la leche condensada las 3 yemas de huevo y el jugo de limón y se vierte sobre la panetela.

Se hace un merengue fuerte con las 3 claras de huevo, se le echa 5 cucharadas de azúcar. Entónces se le pone por encima a la panetela y ya cubierta la panetela por este merengue se le echa por encima una ralladura de limón verde. Se pone en el refrigerador y se sirve frío.

Jamón Asterio Latour -

El jamón lo vende el Sr. Padrón. I-5528

Receta

1 1/2 libra azúcar blanca.

3 o 4 claros de comer.

1/2 botella vino seco

Se limpia el jamón. Se pone en un recipiente con agua durante 24 horas. (1 día). Entonces se bota esa agua y se le pone limpia y se cocina con los ingredientes indicados por espacio de 1 hora o 1 hora y media. Finalmente se espolvorea con azúcar y se plancha.

Pudín Diplomático

12 huevos
2 8 cucharadas azúcar
1 lata ensalada de frutas.
1 lata de leche evaporada
1/3 lata de agua
Vainilla al gusto
Pan de molde.

A Baño de María
