

30 DELICIOSOS SANDWICHES

Comiendo con las *M*anos



claudia rinaldi & maria palmer

Título original: Comiendo con las manos

© 2012 Claudia Rinaldi y María Palmer

© de esta edición: Claudia Rinaldi y María Palmer

ISBN: 978-9974-98-711-1

Conversión a libro electrónico: glyphosxp

www.glyphosxp.com

info@glyphosxp.com

Todos los derechos reservados. Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del copyright, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamos públicos.

Contenido

[Prólogo](#)

[Albamaría: Sandwich con puerro, pasas de uva y queso crema](#)

[Alfredo: Sandwich con bondiola y rúcula](#)

[Byte a byte: Sandwich de Roquefort y jamón crudo](#)

[Cadaqués: Sandwich de pollo empanado](#)

[Claris: Sandwich de pasta de pollo](#)

[Da Vinci: Sandwich de pionono](#)

[Eleonora I: Sandwich de berenjena](#)

[Eleonora II: Brusquetón de berenjena](#)

[Emma: Sandwich con parmesano, apio y pan de centeno](#)

[Hamburguesa](#)

[Isadora: Sandwich de pollo y palmitos](#)

[Jamón: Sandwich frío o caliente](#)

[Kafka: Frankfurter](#)

[Lara: Sandwich de pollo](#)

[Lizbeth: Sandwich de lomito y rúcula](#)

[Lubna: Sandwich de paté y huevo duro](#)

[Margarita: Sandwich de carré de cerdo](#)

[Marino I \[Leggero\]: Sandwich de atún en pita](#)

[Marino II: Sandwich de atún y apio](#)

[Mignones & co.: Mixtos rellenos con fiambre y quesos](#)

[Numi-nú: Sandwich de gruyère en pan de nuez](#)

[Ofelia: Sandwich de parmesano y nuez](#)

[Oriana: Sandwich para aventureros](#)

[Orlando: Sandwich de hongos](#)

[Petra: Sandwich de carne](#)

[Rienzi: Sandwich de roast beef](#)

[Tres quesos: Sandwich caliente con mozzarella, queso azul y gruyère](#)

[Tom: Sandwich de carne y cebolla](#)

[Van Gogh: Sandwich de huevo](#)

[Virtual: Sandwich de banana](#)

[Palabras finales](#)

[Glosario de sinónimos](#)

Prólogo

Todos tenemos nuestras recetas preferidas. Esas que no fallan nunca, que nos dejan como anfitriones perfectos. Las que levantan exclamaciones de éxtasis cuando tenemos invitados. O reclamamos cuando no las preparamos, como si fuera un derecho constitucional adquirido.



Esas, ¿las prácticamente mágicas? Esas son las 30 que seleccionamos para este *manual de sandwiches 101*.

Un compendio de las mejores y las más preciadas. Escogimos desde esas creadas en un loco momento inspirado hasta el tesoro gastronómico que nos pasó la abuela, pasando por nuestras preferidas de mamá y la súper especial de algún amigo.

Sólo *bestsellers* comprobados.

Mi abuela decía que la comida había sido suficiente cuando al final de una reunión, y después de reponer, quedaba en la mesa tanta como al principio. Abundancia.

Debo aclarar que provengo de una familia italiana y para nosotros, reunirse y comer prácticamente son una sola acción. Es más, me atrevo a decir que son sinónimos.

No necesitamos excusas, motivos o fechas agendadas. Por supuesto que festejamos especialmente cumpleaños y aniversarios. Pero el solo hecho de vernos involucra preparar comida y servirla como símbolo de aprecio y bienvenida.

Y eso lo trasladamos a la gente que nos importa. Amistades, colegas de trabajo, compañeros de estudio.



Entonces, aquí viene la pregunta crucial: ¿cómo preparamos algo rápido y delicioso?

Algo que no nos falle. Que no necesite leudar, o amasar, o batir. Que no se apelmace o arrebate en el horno. Que no haya que cuidar celosamente para que no se queme. Que no tengamos que freír o que no se derrita como un llanto triste si lo dejamos olvidado sobre el mostrador.

Respuesta: sandwiches, sandwiches, sandwiches.

Desde los más sencillos hasta los más sofisticados.

Con los panes e ingredientes que tenemos a mano siempre podemos improvisar alguno para sacarnos victoriosamente de un apuro.

Y también, por qué no, podemos premeditadamente hacer de distintos tipos, asesinando a nuestra dieta cada tanto.

Nos costó mucho trabajo llegar a esta selección.

El recetario fue creado para difundir recetas exitosas, deliciosas y fáciles. La mayoría muy rápidas de hacer.

Podemos sustituir, añadir o quitar. Ser creativos. No hay reglas, todo es transformable. No es vital respetar todo al pie de la letra. Lo importante es que cada cosa que usemos sea de excelente calidad.

Quisimos combinar una mezcla de sabores espectaculares con ingredientes sencillos.

Nuestro objetivo fue traer variedad para «inventarnos» una ocasión especial en casa. O en la oficina. O tal vez para una fiesta de cumpleaños.



También añadimos esos *tips* infalibles que complementan la mano de obra y que perfeccionan estos platos que preparamos con todo amor. No se puede cocinar de otra manera. No para nosotros, y mucho menos para nuestros homenajeados.

Preparamos un glosario de sinónimos que pusimos al final. ¿Por qué? Porque la albahaca es el basilico, la alfabega y la hierba del vaquero. ¿Cómo adivinar quién va a leer la receta? Este libro es para todos, no hace falta tener conocimientos especiales ni habilidad culinaria extraordinaria.

No explicamos cómo romper un huevo, pero tampoco intentamos hacer una *praline*. No hoy, al menos.

Les damos las fórmulas, las distintas combinaciones, la variedad. El color y el sabor. Mezclamos las texturas de los elementos con las turgencias de los panes.

¿Para qué?

Para que todo el mundo prepare cosas exquisitas cuando invite a la gente que quiere.

O para cuando no tenga ganas de cocinar.

O para cuando quiera comer algo delicioso y sencillo de preparar.

O para consentirnos, nos lo merecemos.

Espero que disfruten usarlo tanto como disfrutamos hacerlo.

Me gusta comer cosas ricas y me gusta compartir esas cosas.

Claudia Rinaldi

Albamaría:

Sandwich con puerro, pasas de uva y queso crema



Ingredientes

- Queso crema [entero o sin grasa]
- Mayonesa
- Puerro
- Pasas de uvas rubias
- Miel
- Salsa de soya
- Pan negro con pasas y miel

Preparación

Cortamos la parte tierna del puerro en aros bien finitos y reservamos.

Mezclamos 3 partes de queso crema por 1 de mayonesa. Esa crema debe quedar bien blanca, para contrastar con el verde del puerro y el ámbar de las pasas.



Pintamos con miel la parte de arriba del pan para reforzar color y sabor. Lo calentamos y partimos al medio por la base, vaciándole la miga para poder rellenarlo generosamente con la crema. Queremos que estalle cuando lo mordemos, mezclando los sabores y texturas dentro de nuestra boca.

Por encima de la crema soltamos en lluvia el puerro y las pasas de uva. Dejamos caer unas gotas de salsa de soya estratégicamente. No muchas.

Tip¹: cuando mezclamos dos texturas de diferente consistencia como la mayonesa y el queso crema, debemos batir concienzudamente para no dejar grumos y obtener una pasta homogénea.

Tip²: el pan bañado con miel debemos calentarlo en un grillador u horno, asegurándonos de que arriba no lo toque nada. Es importante que la temperatura sea alta y el tiempo corto, para que no se seque o queme.

Alfredo:

Sandwich con bondiola y rúcula



Ingredientes

- Queso crema [entero o sin grasa]
- Mayonesa
- Ciboulette
- 8 a 10 fetas de bondiola
- Rúcula
- Morrón en bastones
- Pan de oliva

Preparación

Mezclamos partes iguales de queso crema blanco y mayonesa. Picamos toscamente un poquito de ciboulette y la agregamos, cuidando de obtener una pasta de textura homogénea con vistosos tropezones verdes.

Calentamos el pan de oliva en el horno hasta dejar la cáscara dorada y crocante. La miga de este tipo de pan es muy densa y esponjosa. Lo abrimos horizontalmente y la retiramos.



Untamos generosamente la base con crema, teniendo en cuenta que es lo que nos va a aportar humedad. Extendemos encima una buena cantidad de fetas de bondiola y arriba le ponemos las hojas de rúcula.

Podemos coronar el relleno con unos banstocitos de morrón crudo o cocinado.

Tip: los sandwiches que tienen rellenos húmedos deben armarse muy poco tiempo antes de consumirse, de lo contrario se ablandan.

Byte a byte: *Sandwich de Roquefort y jamón crudo*



Ingredientes

- Queso Roquefort
- Nueces
- Apio
- 2 o 3 fetas de jamón crudo
- Mayonesa
- Pan de nuez

Preparación