

el arte de cocinar

(2ª parte)



maria luisa garcia

Segunda parte de *El arte de cocinar* que amplía, en muchos platos, la 2ª parte al extremo de que es un libro totalmente distinto, perfecciona y pone al día recetas que por alguna razón merece la pena retocar o complementar.

PROLOGO

El decir María Luisa García es equivalente a hablar de una gran dominadora de la cocina, no ya sólo asturiana, a todo nivel, tal es la reputación que en este campo alcanzó esta señora; lógico que así suceda, ya que es persona que dedicó muchos años a la divulgación primero, más adelante, a la enseñanza de la técnica de la cocina. Señero empeño el suyo en enseñar al que no sabe cocinar, primer paso, y medio, para que se aprenda a comer con orden y no realizar sólo el acto de ingerir los alimentos, extremo éste al alcance de todo animal: ya racional o irracional.

Por los centros en que impartió la enseñanza: Delegaciones de Amas de Casa, organismos laborales en secciones especiales de enseñanza para empleadas y mujeres o familiares de empleados, lecciones particulares, en todo lugar dejó, en el discurrir de muchos años, bien prendida la semilla de sus lecciones, y logró el milagro de que muchas personas ayunas en el tema sean hoy magníficas cocineras e incluso, diletantes de la misma.

No satisfecha con este campo de acción, mejor dicho, deseando ampliar el mismo, lo extendió a prodigarse personalmente en conferencias, o por medio de escritos y de libros; su firma aparece con frecuencia en colaboraciones, en publicaciones de todo ámbito, ya que su firma irrumpió más allá de las fronteras provinciales y aun de España; colaboró en publicaciones de bien fundada fama por su especialización en el tema, escribe libros, auténticos «best-sellers», no sólo dentro de la especialidad, sino en todo campo editorial, sea cualquiera la proyección que al mismo

quiera darse, así el titulado «Platos típicos de la cocina asturiana» va por la séptima edición —desde el año 1971 en que apareció la, primera— y «El arte de cocinar» (1970) agotó ya la edición undécima.

¿Qué ocurre para que esto sea así? Respuesta sencilla: honradez profesional unida a un conocimiento profundo del tema y un estilo claro y sobrio, sin perderse por las ramas y crear una frondosidad en lugar en el que debe de entrar la luz a través de la mayor claridad posible, extremo éste que no es corriente en el tema. Unense a estas cualidades, no fáciles y por ello no corrientes, otras que las complementan y que procuraré fijar de seguido.

Escribe con sobriedad, dice pan cuando lo es y vino cuando corresponde, y no se pierde por caminos retorcidos buscando estilos literarios que, por otra parte, no son precisos, en favor de una mayor y mejor exposición y divulgación de sus ideas, o de sus teorías; sería, pues, sin intentar lucimientos personales y mucho menos caer en la chabacanería, tan al uso hoy en otros autores gastronómicos que acaban de aterrizar o comienzan a elevarse —puede hasta ser sinónimo, por el resultado mismo— tan corriente en libros sobre culinaria que hacen de sus textos una publicación de humor, por el tono jocosos, repito: chabacano en muchas ocasiones, que parece hacerse imprescindible, por el abuso que de él hicieron firmas que son comentadas aún no sé el porqué —cuando se escribe de cocina y su temática y problemática, ¡una cosa tan seria!, vamos, como para tomársela en tono humorístico.

Sabe sacar el máximo partido a los gustos naturales y los acierta a combinar bien con las especias y los sabores silvestres de laurel, tomillo y demás que tanto hacen peligrar la cocina regional; en sus textos no ha lugar a este peligro, sabe dosificar calidades y cantidades, lo dice sin ambigüedades ni falsas retóricas, para que se acierte a seguirla.

No emplea, como digo más arriba, términos por demás complicados, al contrario, lo hace asequible al que no sabe, y al que tenga conocimientos le facilita no poco la labor el encontrarse con elementos y medidas que le son muy familiares y asequibles: canela y no «Cinnamomun zeylanicum, o cassia»; una cucharada o una pizca de algo, sin recurrir a medidas de capacidad o peso que complican no poco la operación al no saber manejarlas o no tener a mano los utensilios que permitan el cálculo.

Guía las operaciones, desde su origen, que han de llevar a la consecución del éxito que se proponía y se esperaba con ansiedad, es decir: confeccionar un plato que, al final, «sale». Llegados aquí se hace necesario el decir que ella cuida las posibilidades de que el resultado sea óptimo, por o para ello, es de suponer que quien se disponga a aliñar una comida no sea tan negada o torpe que no acierte a interpretar los pasos que la receta da o señala, cabe suponer que todas —como en el ejército el valor se le supone al recluta en el momento de su afiliación—, por si no es así voy a decir «casi todas», tengan una ligera noción de lo que se trata, si entre pucheros andan.

Conviene no olvidar, pues, lo que se aprende a hacer con las recetas de María Luisa, y cuando se rompa amarras no creerse ya el maestro cocinero que pueda improvisar y tenga afán por destacarse con algún plato especial, esto seguro que llegará, pero más adelante, cuando no olvide el cuidado que tuvo que poner en la ligación de los elementos que entran en su formación, ya que de no hacerlo así pone en serio peligro su resultado, al no sacarles el rendimiento óptimo de los buenos productos básicos empleados, cuando no el estropearlo.

Y esto, cogiendo el rábano por donde no se debe, es extensible a muchos profesionales que por exceso de confianza o falta de profesionalidad —que se da mucho entre ellos, aun cuando sea su medio de vida—, lo hacen mecánicamente sin mayor interés y sin mayor afición, cuando no

por exceso de snobismo, hay que decirles que no olviden las enseñanzas recibidas y recuerden que su profesión, por ellos elegida, es muy seria y que con su actuar echan a perder lo que de ellos se esperaba, cuando no ponen en serio peligro la vida de quien en ellos confió.

Sentadas todas estas premisas —de alguna de ella tenía verdadera necesidad de liberarme— queda bien claro lo que significó para mí la petición por parte de María Luisa de que escribiera algo para poner al frente de la 2ª parte de su «El arte de cocinar», ya en prensa.

¡Nada mejor para mí!, acepté encantado el encargo —que tanto me honra— y de inmediato me puse a pensar en las posibilidades que tenía para realizarlo, no sé todavía si hay alguna razón para ello, pero me llenó de ilusión el tener a mi alcance, por la lectura, un amplísimo abanico de posibilidades gastronómicas; me imaginé el ser un personaje rabelesiano, tal Gargantua o Pantagruel, rememoré y disfruté con los soñados banquetes sanchopancescos, me hice mil combinaciones al estudiar fórmulas suyas que extraía del texto para regodearme «in mente» y gustar los posibles resultados apoyándome en la lectura de grandes banquetes que me montaba y, ¿por qué no?, sepan que alguno preparé —yo también ando alguna vez ejerciendo por las cocinas, aunque me guste más el mandar y dirigir—, y ¡me salían!, aunque en ello es innegable que Dios andaría entre los pucheros, como dice Santa Teresa, y el milagro se realizase en la gran medida que requiera el caso.

Leí y aprendí no poco; pude ver la mano maestra de la autora que nunca recurre a trucos o fórmulas heroicas, que pueden ser fruto, eso sí, de larga observación; ella da recetas, indica tiempos y cochuras que exige el plato a realizar, y, por tanto, no hace falta decir algo como esto: para saber de la cochura del cordero, realizar la prueba de la aguja: «se pincha una pierna y tras sacarla se acerca a los labios», si «está templada vale, si caliente ¡no!».

O esta otra: «la misma aguja en la patata cocida, si se desprende bien ya está el negocio en marcha».

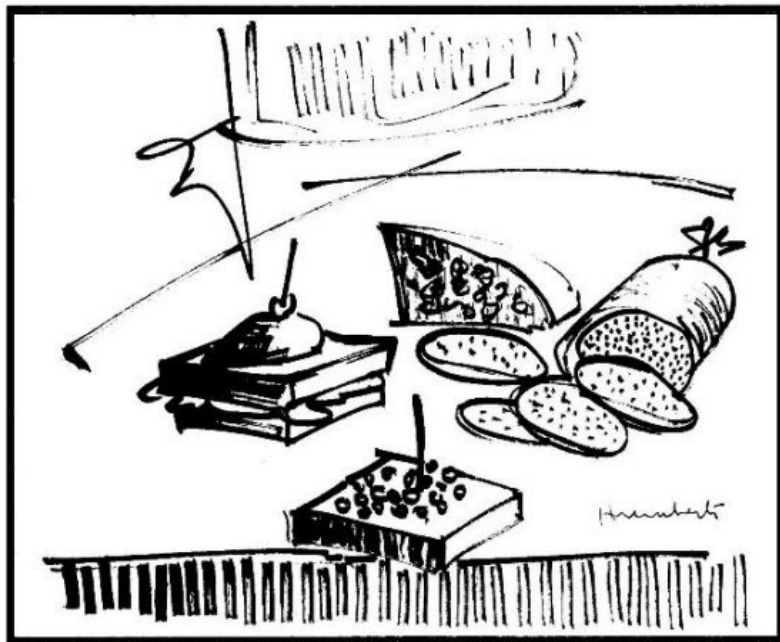
Serán muy prácticas estas fórmulas, pueden serlo, pero a quien bien leyese el libro que me sigue no precisa recurrir a ellas.

Esta 2ª parte amplía, en muchos platos, la 1ª parte al extremo de que es un libro totalmente distinto, perfecciona y pone al día recetas que por alguna razón merece la pena retocar o complementar, pero en este caso no elimina lo anterior —no hay motivo alguno para obrar así, dado el rigor que la caracteriza—, pero indica «otra fórmula» que dice mucho de su atención y dedicación.

Amplio índice para acoger el gran número de platos que se estudian en el libro; platos para todos los gustos, por exóticos que puedan suponerse, todos tienen acogida en su recetario, pero sin pedir imposibles, no busquen en él fórmulas mágicas para algún caso especial, cual el que facilite el robustecimiento de la memoria léxica, vieja y sabia fórmula, según dicen viejos tratados, en que los interesados se «comían almendras en la que se pintaban con un pincelito varias palabras abreviadas» (más tarde, al suponerse que pudieran no tener los dientes en condiciones de masticarlas, se recurrió «a hacer almendras de harina, más blandas y con miel endulzadas, y las palabras pintadas»), parece no tener sentido esta posibilidad de aplicación culinaria al reforzamiento de una facultad que pudiera resentirse o aun perderse, pero hay quien ve en ello, un siglo más tarde de las recetas indicadas, allá por el lejano oriente, la aparición por Nápoles y Sicilia de las pastas con letras —el gran exitazo de la sopa de letras— y posteriormente el de las deliciosas pastas, todas italianas. Esto seguro que no lo encontrarán, pero lean, háganlo con cuidado y mucha atención y seguro que han de encontrarse con lecciones maravillosas. ¡Buen provecho!

JUAN SANTANA

Muros de Nalón (Oviedo)
Noviembre de 1981



ENTREMESES

Entremeses calientes

En el capítulo de fritos del Tomo 1º y en este mismo tomo se pueden aplicar muchas recetas para entremeses calientes como croquetas, empanadillas, etc.

Bolitas de queso

2 claras de huevo

300 gramos de queso rallado (aproximadamente)

Pan rallado

Aceite

Sal

En un recipiente hondo (que esté bien seco) se ponen las claras y unas gotas de limón; se batan a punto de nieve y, cuando estén muy firmes se les va añadiendo, poco a poco, queso y moviendo con una cuchara (esta operación se hace sin batir) hasta que se forme una pasta un poco espesa (si no fuera necesario no se pone todo el queso). Se forman unas bolitas con la mano y se pasan por abundante pan rallado, puesto en un plato soperero. A medida que se van formando se echan en abundante aceite, bien caliente, y se fríen hasta que estén doradas. Se sirven en seguida.

Calamares fritos y a la romana

Véase recetas explicadas en pescados.

Croquetas de queso rallado

150 ó 200 gramos de queso rallado (según guste)

Una cucharada (sopera) de mantequilla

2 cucharadas soperas colmadas de harina

1/2 litro de leche

Pan rallado

Aceite

Sal

En una sartén se pone la mantequilla a derretir y se echa la harina; con una cuchara de madera se dan unas vueltas. Seguidamente se va echando la leche fría poco a poco, removiendo con cuchara de madera o unas varillas, se sazona de sal y se cuece, removiendo con frecuencia, durante un cuarto de hora. Pasado este tiempo se retira del fuego, se espera un poco para que pierda calor y se echa un huevo entero, removiendo con la cuchara hasta incorporarlo. Cuando está bien incorporado se agrega el queso, se mezcla y se extiende la masa en una besuguera o fuente alargada y se deja enfriar bastante tiempo (por lo menos cuatro horas). Bien fría la masa se baten dos huevos en un recipiente hondo y en un plato se pone pan rallado. Con una cuchara sobpera se coge un poco de masa y se forman las croquetas (pequeñas) y se pasa cada croqueta, primero ligeramente por pan rallado, después por el huevo y luego por el pan rallado otra vez, procurando que éste quede igual por todos los lados.

Cuando están todas las croquetas hechas se prepara una sartén amplia con abundante aceite y cuando esté bien caliente se van echando las croquetas por tandas (unas 8 de cada vez). Cuando están bien doradas se echan en un colador grande para que vayan escurriendo. Entonces se colocan en una fuente y se sirven en seguida.

Fritos de queso

Se cortan unos trozos de queso gruyère de 1 cm de grueso, 1 de ancho y 3 cm de largo (aproximadamente).

Se ponen en remojo en leche fría durante unas dos horas, procurando que queden bien cubiertos. Pasado este tiempo se escurren y se ponen en un paño limpio para que se sequen; a continuación se pasan ligeramente por harina, después por huevo batido y por último en pan rallado. Se fríen en abundante aceite bien caliente y se sirven calientes.

Fritos de queso y bacón

200 gramos de bacón cortado en lonchas muy finas

Una caja de porciones de queso

Aceite

Con unas tijeras se quita la corteza de las lonchas de bacón y se cortan en trozos de unos 5 cm aproximadamente.

Se cortan los quesitos en tiras de un dedo de gruesas y un poco más cortas que el trozo de loncha de bacón. En cada trozo de bacón se pone otro de queso, se enrolla, se pincha con un palillo para que no se desenrolle al freír y se fríe en aceite abundante muy caliente; en seguida se retiran y se sirven calientes sin quitar el palillo.

Gambas a la gabardina

Masa para 1/4 kilo de gambas
100 gramos de harina
Levadura en polvo
Azafrán en polvo
Sal
Aceite
Sifón

En un recipiente se pone la harina y se deslíe con sifón hasta conseguir una masa del espesor de una bechamel. Se añade un pellizco de sal, otro de azafrán en polvo y la punta de una cucharilla de levadura en polvo. Se quitan, en crudo, las cabezas y se pelan las colas de las gambas dejando un poco de caparazón al final de la cola.

En una sartén se pone aceite abundante a calentar. Se secan las gambas con un paño limpio y, de una en una, cogiéndolas por la cola se meten en la masa dejando la cola sin cubrir y se echan varias a la vez en el aceite caliente; se dejan freír hasta que estén doradas, se sacan y se escurren en un colador grande. Se sirven recién fritas.

Mejillones fritos

2 kilos de mejillones grandes
2 huevos
Pan rallado
Una taza de mahonesa espesa
Aceite

Los mejillones se limpian, se lavan bien en agua, sin dejarlos permanecer mucho en ella y moviéndolos con la mano. Se sacan, se escurren y se ponen en un recipiente con un vaso (de los del vino) de agua fría y un pellizco de sal. Se ponen a fuego vivo, se remueven de vez en cuando y, cuando abren se retiran en seguida del fuego (si alguno ha que-

dado cerrado no se debe aprovechar). Se quitan de su concha, se ponen entre dos paños limpios con algo de peso encima para que escurran todo el agua que llevan dentro. Se baten los huevos en un recipiente hondo como para tortilla, con un poco de sal. Se pone aceite abundante en una sartén para que se vaya calentando y se pasa cada mejillón por huevo batido y luego por pan rallado. Se fríen y, cuando están dorados se retiran con una espumadera y se ponen en un escurridor grande, para que no les quede nada de grasa. Se sirven en seguida, pinchados con palillos y acompañados de una salsera, con la mahonesa.

Petisus rellenos

MASA: (Para unos 60)

Un vaso (de los de agua) de leche

Un vaso (de los de agua) de harina

2 cucharadas soperas de mantequilla o margarina

2 huevos enteros

2 claras más

Sal

RELLENO:

Una lata pequeña de foie-gras

Su peso en queso de Roquefort

Su peso en mantequilla

Se mezcla por partes iguales queso Roquefort con mantequilla o foie-gras con un pellizco de mantequilla.

En un cazo se pone la leche, la mantequilla y la sal; se acerca al fuego y cuando la mantequilla está derretida, se dan unas vueltas con una cuchara de madera hasta que rompe a hervir; entonces se echa de golpe la harina y se remueve bien durante cuatro o cinco minutos. Se retira del fuego y, cuando la masa está casi fría se añaden uno por uno los huevos, esperando que se haya incorporado uno, para po-

ner el siguiente y después las claras un poco batidas. Se mezcla bien. Se engrasa ligeramente con un poco de aceite, una chapa de horno, y con una cucharadita de café, se coge un poco de masa y se pone en la chapa en montoncitos separados unos de otros (aumentan bastante). Se meten a horno flojo. Cuando están dorados se retiran y, una vez fríos se les hace un corte con unas tijeras, en el costado. Se presiona con los dedos y, con la punta de un cuchillo, se va introduciendo el relleno.



Pinchos de dátiles y bacón

Se abre cada dátil por la parte más alargada y se retira con cuidado el hueso. Se envuelve en un trozo de bacón (cortado a máquina) muy fina, al que se le habrá quitado la piel