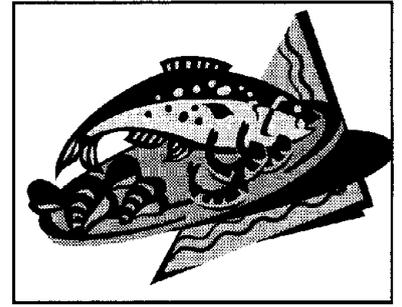


# Gastronomía



## Algunas Ideas Fáciles para Quedarnos Solos/as en la Cocina

Por GERARDO SILVÁN OSA

*Vamos a plantearnos sorprender a nuestros comensales realizando una serie de platos basados en productos que trabajamos habitualmente en la cocina, pero transformándolos en algo más original. Sólo voy a dar cantidades concretas de aquellos platos donde sean necesarias para realizar correctamente el plato.*



### ENTRANTES:

**LASAÑA DE CALABACÍN:** Ingredientes: calabacines, queso en lonchas, tomate frito, harina, sal, huevos, leche, pimienta y aceite.

Para aprovechar los calabacines de la huerta y que no nos salga la crema o el puré por las orejas, cortaremos los calabacines en rodajas de algo menos de 1 cm. Las salamos y rebizamos en harina, friéndolas en abundante aceite. En una bandeja de horno se van colocando las rodajas en una capa que cubrirá toda la superficie. A continuación se dispondrá una capa de queso en lonchas -que sean de Kraft por la proximidad- y por último se pondrá una fina película de tomate frito del que tenemos guardado en conserva. Así se van colocando varias capas (3 ó 4) hasta finalizar con una de calabacín. Se baten 2 huevos por cada cuarto de litro de leche, sal y pimienta al gusto. Se echa en la bandeja hasta que llegue a cubrir la última capa y se hornea a unos 200° hasta que queda cuajado.

**PASTEL DE MERLUZA:** Ingredientes: 1kg de carne de pescado -limpio de espinas-, 6 huevos, 400 grs. de nata líquida, 400 grs. de tomate frito, sal.

Este plato se puede realizar con pescados de roca como la cabra, el cabracho, el golondro,... Pero para no complicarlo lo haremos con merluza porque nos da la facilidad de realizarlo con pescado congelado en caso de querer economizar. Coceremos el pescado previamente. Luego añadimos el resto de componentes y los trituramos. La pasta obtenida la echaremos en un molde de puding que habremos untado previamente con mantequilla y pan rallado. Lo tapamos con papel de aluminio para que no se queme mucho la superficie y lo

metemos al horno a 200°, al baño maría, durante 1 hora y cuarto.

Se sirve en frío y acompañado de una mahonesa que haremos en casa para que el plato quede redondo.

Con un cogollo de lechuga troceado, unas anchoas encima y unas colas de langostino, hemos conseguido un buen plato de Navidad.

### PRIMEROS PLATOS:

**GARBANZOS FRITOS CON GAMBAS:** Ingredientes: garbanzos en cocido, ajos, gambas peladas, sal.

Con los garbanzos de nuestra tierra realizaremos un cocido al modo acostumbrado. Si lo realizamos para confeccionar este plato exclusivamente, realizaremos un cocido más pobre en carnes -tocino, punta de jamón, huesos, ...-. Aparte hacemos unas gambas al ajillo. Añadimos los garbanzos escurridos, lo rehogamos todo junto con un poco de caldo y a fuego vivo para que reabsorba todo el caldo. Se pueden añadir unos tacos de jamón fritos.

**MACARRONES GRATINADOS CON BERBERECHOS:** Ingredientes: macarrones, verduras de la huerta, berberechos, bechamel, queso rallado.

Una de macarrones sin chorizo ni tomate. Cocemos los macarrones y los escurrimos. Por otro lado realizamos un refrito de verduras -las que se nos ocurran según la temporada- y le añadimos -cuando las verduras ya están fritas- unos berberechos sin cáscara que previamente habremos cocido al vapor -sin agua, tapados y al fuego hasta que abran-. Rehogamos también los macarrones en la misma cazucla y disponemos todo en una bandeja de horno. Realizamos una bechamel con unos dientes de ajo y unas lonchas de jamón muy picados, de forma que no quede muy espesa. La extendemos por encima de los macarrones y espolvoreamos por encima queso rallado. Gratinamos en horno hasta que esté dorado.

### SEGUNDOS PLATOS:

**LOMO DE CERDO CON SALSA DE NUECES:** Ingredientes: lomo de cerdo fresco, cebolla, nueces peladas y trituradas, coñac, nata y sal.

El lomo lo haremos frito o a la plancha. Para la salsa picaremos cebolla muy fina y la rehogaremos en aceite. Le añadimos las nueces, rehogamos y chorro de coñac que quemaremos. Una vez reducido, le echamos la nata líquida y dejamos a fuego fuerte hasta que espese. Servimos el filete con la salsa por encima.

Si el lomo de cerdo lo cambiamos por lomo de ternera y las

nueces por piñones enteros, tendremos un plato más festivo. Si además lo acompañamos de lombarda -previamente cocida- rehogada en un refrito de ajo, manzana reineta, piñones y un chorro de vinagre, habremos obtenido un plato navideño.

**BACALAO AL AJO TOSTADO:** Ingredientes: Bacalao desalado, mahonesa, ajo, pimentón, vinagre.

Ahora vamos a cambiar la versión del ajo arriero. Colocamos el bacalao en una fuente de horno. Lo regamos con aceite y horneamos. Cuando está prácticamente hecho -el pescado no se debe dejar demasiado tiempo para que no se seque-, lo sacamos, lo cubrimos con la salsa de ajo tostado y lo horneamos 5 minutos. La salsa de ajo tostado la realizaremos con mahonesa -casera, por favor- a la que añadiremos unos dientes de ajo, una cucharada de vinagre -para que no se desmonte en el horno- por cada 5 cucharadas de mahonesa y pimentón al gusto. Batimos y ya está. Fácil y de resultado espectacular. Podemos probar con cualquier otro tipo de pescado que horneemos.

#### POSTRES:

**Manzana reineta asada con crema de castañas:** Ingredientes: manzana reineta, mantequilla, azúcar, leche y castañas.

Quitamos el corazón y asamos las manzanas como de costumbre. Asadas con mantequilla, azúcar y un chorro de vino blanco, sidra o cava puede darles un toque diferente.

Las castañas las asamos también para pelarlas con facilidad. Una vez peladas las cocemos en leche que las cubra sobradamente y con la mitad del peso de las castañas en azúcar. La

leche se irá convirtiendo en crema con la cocción. Comprobamos que las castañas ablanden lo suficiente para triturarlas sin problemas, sino añadimos leche las veces que sea necesario. Una vez trituradas las castañas y con todo en frío se presenta en un plato o cuenco de postres con la manzana pelada y la crema por encima. En el agujero se puede introducir un canutillo de galleta o una barrita de chocolate.

La manzana la podemos sustituir por esas peras o matocones en almíbar que tenemos en casa en conserva. La crema la podemos sustituir por unas natillas o por cualquier salsa que se nos ocurra -p.e. si hacemos una cocción con nata líquida, almendras trituradas y miel obtendremos una crema de turrón-.

**FLAN DE MEMBRILLO:** Ingredientes: 6 huevos, 1 bote de leche condensada, la misma cantidad de leche entera, 350 grs. de dulce de membrillo.

Los membrillos, que han dado fama a la cocina de Santiabñez en alguna publicación, van a ser los protagonistas del último plato. Mezclamos todos los ingredientes con la batidora y lo colocamos en flaneras pequeñas -unas 12 unidades para las cantidades anteriores- previamente caramelizadas. Baño maría en horno hasta que veamos que empiezan a subir. Fácil ¿eh?. Si los sirviésemos sobre una base de una salsa de queso -podemos probar a hacerla con leche condensada y queso, todo ello triturado y en crudo-, habríamos transformado un plato tan tradicional como es el queso con membrillo. Si sustituimos el membrillo por otras frutas, tendremos un flan diferente para cada época del año -higos, 'matocones', manzanas, peras, ...-.



Pastor y rebaño posan para *La Veiga*. Octubre del 99.