

DIVERSOS PROCEDIMIENTOS CULINARIOS

RECOMENDACIONES PARA EL COCIMIENTO DE CEREALES AL AGUA

Se miden las cantidades de agua y sal necesarias y se echan al interior de una cacerola de doble fondo, o sea un baño-maría. Esta se pone directamente sobre el fuego y cuando suelte el primer hervor se le echa de golpe el cereal, y se revuelve bien, dejándolo hervir vivamente por unos 15 o 20 minutos.

Entonces se retira del fuego y se pone en el baño-maría que se tendrá listo con agua hirviendo fuertemente. Se tapa la cacerola y se deja hervir así de 45 minutos a una hora.

Los mismos cereales pueden cocerse en leche, y en ese caso habrá que darles el primer hervor con agua apenas para cubrirlos. Se les deja hirviendo apenas de 5 a 10 minutos o sea hasta que los granos hayan absorbido casi todo el líquido y entonces se les echan la leche y la sal necesarias, y se ponen a cocer en el baño maría.

LIGADURA DE LAS SALSAS CON MANTEQUILLA Y CREMA

Inmediatamente antes de servir se le incorpora gradualmente igual cantidad de mantequilla y de crema. Hay que revolver y batir sin cesar hasta que la salsa esté perfectamente mezclada y suave.

No se debe hervir ni por un instante después que se haya echado la crema.

APANADO A LA INGLESA

pan añejo (blanco) rallado

1 huevo
 $\frac{1}{2}$ cucharadita aceite (por cada huevo)

2 cucharadas harina (aproximadamente).

En primer lugar se debe usar pan añejo y blanco, y quitarle con un cuchillo la cáscara exterior. En seguida se ralla muy fino y parejo.

Se llama «a la inglesa» la mezcla de un huevo batido con sal, pimienta y aceite, que al freírse forma una costra firme exteriormente quedando la preparación blanda por dentro.

En un plato hondo se quiebran los huevos enteros. Se les añade una cucharadita de té de aceite por cada 2 huevos, y se sazona con sal y pimienta. Esto se bate hasta que la clara esté bien unida a la yema sin levantarse en espuma.

En una fuente grande o sobre la plancha se extiende la mitad de la miga. En un tercer plato se extiende un poco de harina.

Primero se revuelca ligeramente lo que se va a apanar sobre la harina, teniendo cuidado de que quede apenas cubierto y muy liso. En seguida se revuelca

en el batido de huevo para que quede completamente cubierto hasta en los menores intersticios.

De allí se saca con una espátula y se pasa a la fuente de miga de pan, teniendo cuidado de que se cubra perfectamente y si fuere necesario se extenderá la miga con la ayuda de un cuchillo para que quede bien adherida a lo que se va a freír. La operación del batido y del pan puede repetirse en caso de necesidad para darle mayor consistencia.

En este estado puede esperar hasta media hora antes de ser puesto en la sartén con mantequilla para freírlo y dejarlo de color dorado. No conviene hacerlo esperar más porque entonces no se forma la costra dura por fuera ni queda blando por dentro como debe ser.

TIEMPO APROXIMADO PARA ASAR LAS CARNES

Asado inglés:

Calor vivo al principio, se le modera según el volumen de la pieza. Se debe calcular veinte minutos por kilo; en seguida se guarda al calor para que el cocimiento se termine por la acción del calor concentrado.

Rumpsteak:

Calor vivo hasta que se dore encima y entonces se disminuye, 18 minutos por kilo.

Filete de buey:

Calor vivo, mantenido, de 16 a 17 minutos por kilo.

Pierna de cordero:

Calor bastante fuerte y sostenido durante todo el cocimiento, 25 minutos por kilo.

Si el cordero es muy tierno, el calor será menos intenso y se contarán sólo 18 minutos por kilo.

Silla de cordero:

Calor vivo sostenido, 18 minutos por kilo.

Ternera:

En general las grandes piezas deben calcularse a razón de 36 minutos por kilo. Lo más corriente es, sin embargo, hacerlas a la cacerola.

Aves:

Gallina.—Del peso regular de kilo y medio, de 45 a 50 minutos.

Pollo. (Poulet Reine).—Peso alrededor de 1 kilo 100 grs., 35 a 40 minutos.

Pollo. (Poulet de Grain).—De más o menos 800 gramos, de 25 a 30 minutos.

Pollito. (Poussin).—De 15 a 18 minutos.

Pavo.—Peso de 3 a 4 kilos, de hora y media a una hora tres cuartos.

Pichón.—De 300 gramos, de 20 a 22 minutos.

Pato.—De 1 kilo 200 gramos, 35 a 40 minutos.

Ganso.—De una hora a una hora y cuarto.

Perdiz.—Calor vivo de 20 a 25 minutos.