



TERRAD

ESCUDELLA

**La mejor formación
está en la calidad**

Dossier Cocina por Hobby Otoño La Cocina de Navidad

Programa de Cursos 2019-2020

C/ Bofarull, 46 08027 Barcelona Teléfono 93.349.10.19

**terrada.es
terra@descudella.com**



La mejor formación
está en la calidad

LA MESA DE NAVIDAD

Llega la Navidad, tiempo de reunirse con la familia y de degustar en nuestra mesa los platos más exquisitos. Para ello nada mejor que demostrarlo con nuestras mejores creaciones culinarias, comprando materias primas de primerísima calidad y con perfectos puntos de cocción.

Cataluña cuenta con una gran variedad de productos, muchos de ellos protegidos con DO., que son garantía de sabor natural. De esta forma satisfacemos a los paladares más exigentes, aunque en la mayoría de casos sean preparaciones tradicionales y artesanales.

Las pulardas asadas y rellenas de compotas navideñas, los pavos asados, los corderos, los medios cochinitos y las presas ibéricas son los cortes y productos que en estos días ocupan nuestras mesas.

De entre todas podemos destacar la pularda, ave muy apreciada en la alta gastronomía. Se trata de una gallina muy joven, de seis a nueve meses, con una carne de sabor delicado y buen tamaño. Se suele rellenar de los mejores ingredientes, sirviéndose tanto caliente como fría.

El pavo es otro producto de estas fiestas, oriundo de México, llegó a Europa el primer tercio del siglo XVI a través de los jesuitas. En aquella época se convirtió en una exquisitez de la gastronomía, sólo reservado para la monarquía y la alta sociedad. Sólo un tiempo después comenzó a asociarse su consumo a la Navidad

El cordero, el cochinito y la presa Ibérica, son otras de las posibilidades junto con el cuarto de lechal asado. El Cordero lechal es el que aún no ha sido destetado. Suele tener entre 4 o 5 semanas y su peso oscila entre los 5,5 Kg. y los 8 Kg. Es un plato típico de la cocina castellana. El cochinito es un plato típico de Castilla, especialmente Segovia, donde pueden encontrarse auténticos templos gastronómicos dedicados a su degustación. La presa de cerdo ibérico es uno de los mejores cortes de este animal, que por su sabor, textura y color sonrosado se ha convertido en una propuesta gastronómica de plena actualidad

El capón es el gran bocado exquisito, con una historia asociada a los señores feudales y ricos hacendados. El capón es un pollo de corral que ha sido castrado cuando tiene un mes de vida Así se facilita su engorde y que su carne sea mantecosa y delicada.

CINCO MITOS CON HISTORIA

EL ARBOL

Es costumbre antiquísima infundir un valor mítico y espiritual al árbol. Adornar el árbol es costumbre de todas las culturas, de todas las geografías, en general de todas las familias. Llevar los árboles al pueblo y a casa en las fiestas de Diciembre, es un acto que realizamos desde que somos pequeños, y que nos llena de felicidad. Todos los adornos naturales del pesebre, - nuestra costumbre del tío - el tronco dispensador de regalos, la reproducción de la naturaleza del Belén, todas tienen el mismo fondo, **la Navidad**.

El árbol de Navidad coexistió durante bastante tiempo en Alemania con los belenes, pues de hecho, las figuras de nacimiento más antiguas que se conocen son germanas. Con el tiempo y la llegada del protestantismo, se tendió a eliminar el belén en favor del árbol. Incluso se inventó un leyenda que quería ligar el antiguo abeto de las selvas germánicas, adornado en los solsticios, con un hecho acaecido a Martín Lutero. El severo reformador, la noche de Navidad, caminaba por el campo bajo un cielo glacial y sereno, entre los árboles nevados y adornados con carámbanos que brillaban a la luz de la luna. Llegado a su casa, muy impresionado, cogió un pequeño abeto e intento reproducir lo que había visto, usando unas cintas brillantes y velas. La leyenda es graciosa, llena de un delicado amor por la naturaleza, pero posiblemente inventada. Sea como fuere, con el protestantismo, el árbol pasó de Alemania a Escandinavia, y de allí a Inglaterra y Francia.

Existe constancia de la llegada del árbol de Navidad a Inglaterra, pues lo llevó a las Islas, por primera vez, para el palacio de *Buckingham*, la reina Carlota, esposa de Jorge III, que reinó de 1760 a 1810. Todavía hoy, la ciudad de Oslo envía un gran árbol de Navidad a Londres como atención municipal, que se erige e ilumina en Trafalgar Square. A nosotros nos ha llegado en fechas recientes esta tradición anglosajona.



La mejor formación
está en la calidad

EL BELEN

Como es sabido, el Belén –que los italianos llaman *presopio*, palabra que deriva, como la catalana *pessebre* y la castellana *pesebre* de la latina *praesapio*, que significa comedero de animales domésticos – es uno de los símbolos más tradicionales de la Navidad. Aunque en castellano también significa nacimiento, normalmente se prefiere la palabra Belén, homónima del lugar geográfico donde nació Jesús., para designar esta representación popular y sacra.

También es sabido que, por tradición, el primer belén se debe a San Francisco de Asís, según cuenta San Buenaventura. Sin embargo, el historiador, *Mariani*, quiere ver en esta costumbre una reminiscencia de las pequeñas imágenes de los Dioses lares protectores del hogar que se guardaban en los altares domésticos de las casas romanas, que se perpetuaron hasta luego con las representaciones del nacimiento de los cristianos. Yendo un poco más lejos, con estas teorías, el doctor Norbert Montl, arriesga las hipótesis de que algo parecido existía en la época prehistoria en la antigua Alemania. En los periodos solsticiares, según este historiador, existían pequeñas estatuillas de dioses protectores, con las que construían pequeñas representaciones propiciatorias.

El belén propiamente dicho llega a nosotros en el siglo XVII-XVIII. En el área catalana-mediterránea del país, especialmente, de un modo marcadamente popular y espontáneo. En Madrid, sobre todo adquiere su impulso, cuando el rey Carlos III hace construir el célebre Belén del Príncipe con figuras traídas de Nápoles.

El mismo rey dirigía personalmente su construcción, y dibujaba los panoramas, los paisajes y diseñaba el atrezzo. La reina y sus damas se encargaban del vestuario de las figuras. De este nacimiento, que es uno de los más extensos conocidos, pues consta cerca de 6000 imágenes y personajes, muchísimas de ellas de los grandes y afamados constructores valencianos Esteve i Ginés vino la moda de los grandes belenes de salón de la corte Española. Son pues tradiciones relativamente modernas.

EL TURRÓN

El turrón es uno de los alimentos más típicos de la repostería en navidad, tiene más de 500 años de antigüedad. Una de las primeras menciones escritas que hacen referencia al turrón se encuentra en la obra del dramaturgo sevillano Lope de Rueda, *Los lacayos ladrones*, publicada en 1541.

El turrón es hoy nuestro aporte navideño por excelencia. Desde su procedencia levantina se ha extendido, con la autoridad de su exquisitez, al resto de España. De ello no debe hacer algo más de un siglo, puesto que aun se conservan las dulcerías tradicionales de las regiones: los arroces con leche asturianos, las filloas gallegas, los buñuelos y alfajores andaluces, los mazapanes de Cádiz.

En 1582, un documento del municipio de Alicante indica que “de tiempo inmemorial, encada año, dicha ciudad de Alicante, acostumbra, para fiestas de Navidad, pagar sus salarios, parte en dineros y parte en un presente que se les da, de una arroba de turrónes. También en una carta firmada por Felipe II en 1595 hace mención al turrón. Lo que si parece claro es que la costumbre de comer turrón en navidad se encontraba muy extendida en España en el Siglo XVI.

Como suele acontecer con todas estas delicias de renombre universal, la historia del turrón es muy complicada. Turrónes existen en Italia, en Francia y en España. Algo muy parecido se toma en Turquía, la célebre miel turca. Los italianos creyeron durante un tiempo que el turrón era originario de *Cremona*, la bella ciudad de los constructores de violines, de los *Garneri* y de los *Stradivarius*. Decían que el origen del turrón – *en este caso torino*- debía buscarse en el banquete de bodas de Blanca Visconti con el lascivo y opulento Francesco Sforza, que se celebró en 1441 y en cuyo banquete se sirvieron estos dulces en forma de torreón, de donde se les llamo *torroni*. Afirmaban asimismo, que ya en *Cremona*, donde se celebró este banquete, se enviaban en época de los romanos estos dulces a la Roma Imperial.

La procedencia árabe del turrón la atestiguan un manuscrito de cocina hispanoárabe del siglo XIII, donde viene una fórmula del turrón totalmente irrefutable. Dice así: “*se pone un kail de miel de panal a fuego moderado hasta que se disuelva, entonces se clarifica y se vuelve al fuego, luego se bate con la clara de 25 huevos que se echan a la mezcla y se bate con una caña dulce hasta que se blanquee y se ligue. Entonces se echa una libra de almendras limpias de su cáscara y se sirve, si Alá quiere*”.

En la Actualidad, España es el primer productor mundial de turrón, mazapán y dulces de navidad El proceso e elaboración sigue siendo tradicional y aunque las tecnologías modernas facilitan su producción industrial, los maestros turroneros siguen guiándose por la misma receta de siempre, que ha pasado de padres a hijos.



La mejor formación
está en la calidad

Para la elaboración del turrón duro o de Alicante, se cuece la miel en una olla de doble fondo a temperaturas de 140 °C aproximadamente, se bate, se bate y se le añade azúcar y clara de huevo. Una vez alcanzado el punto de cocción deseado se le añade la almendra y la albúmina, continuándose la mezcla caliente hasta que el maestro turronero lo prueba y da por concluida la faena, llamada punto de melero.

La masa obtenida se estira en moldes y se cubre con una oblea, se corta en barras, se enfrían y se envasan al vacío para su conservación.

Para obtener el turrón blando o de jijona, después de batirlo se muele durante media hora y se pasa a las refinadoras para que quede totalmente pulverizado, se traslada a otro depósito donde se mezcla con otro pequeño mortero (boixet). Se deja reposar durante dos días para que se endurezca, se corta y se envasa.

Resta cultura artesanal queda reflejada en la textura, sabor y aroma de los productos, que hace las delicias de los paladares más exigentes.

Materias primas

Las materias primas que se utilizan en la elaboración del turrón son muy variadas. A las almendras, la miel, el azúcar y la albúmina se le pueden añadir las avellanas, nueces, piñones, anacardos, pistachos, cacao, cacahuets, nata café, frutas confitadas, limón, naranja...

Otros dulces protagonistas de la Navidad son el Mazapán, elaborado común mezcla de azúcar y almendra de calidad y los polvorones que se utiliza manteca e cerdo para su elaboración.

La palabra turrón siempre fue ponderación de lo exquisito y en la segunda mitad del siglo XIX quería decir gaje excepcional, un cargo burocrático de favor y los negocios que se granjeaban con este cargo. En este sentido lo utilizó por ejemplo, Bretón de los Herreros, en la primera mitad del siglo XIX: “*Aquí donde todos rabian por turrón turronero dice quien dice español.*”

EL CAVA

Antiguamente, cuando nuestros padres eran todavía unos niños – no podía comerse a placer en Cataluña el asado de Navidad – pavo, capón o gallina, si no le acompañaba un cava semiseco, que entonces era conocido como *champaña*. No era quizás la manera más adecuada de subrayar las cualidades de un buen asado, pero en la persistencia de nuestros padres, siempre estará este extraño maridaje.

En la segunda mitad del siglo XIX, se desarrolló la industria champañera en distintos lugares de España, especialmente en Cataluña. Parece ser, que quién primero intentó la vinificación champenoise en nuestro país fue el general Espartero, en la Rioja. Las primeras noticias de elaboración de espumoso en Cataluña datan del 1872, cuando Josep Raventós i Fratjé, entusiasta viticultor, emprendió la alegre aventura de ensayar el vino espumoso. Al parecer obtuvo un buen vino espumoso, que mejoró todavía más visitando Francia. Luego traspasó a su hijo, Manuel Raventós y éste fue el primero que puso en venta un vino espumoso Español. Quedaba así fundada una nueva tradición vinícola Catalana y surgía una nueva industria, que en menos de 100 años se transformaría en una de las más importantes de la región. La producción se extendió de la región catalana también a otras comarcas de la península Ibérica, como Valencia, Navarra o al Rioja. No obstante, hoy en día, el 93% de la producción corresponde a Cataluña.

Cuando Francia consiguió “*jurídicamente*” el término “*Champagne*” o vocablo parecido, sólo podía aparecer en las etiquetas de vinos de esta región Francesa, los catalanes decidimos llamar a nuestro producto *cava*, que tanto en catalán como en Castellano, quiere decir la dependencia generalmente subterránea donde se guarda el vino. El cava, producto de la vinificación champenoise, se ha convertido en el vino que preside los brindis, que subraya con un espíritu ligero todas las fiestas y singularmente las de Navidad, donde estuvo su origen, acompañando con exquisita ligereza las densidad de los asados.



La mejor formación
está en la calidad

EL ROSCÓN DE REYES

Los historiadores no se ponen de acuerdo en el origen de este dulce que, tradicionalmente ocupa las mesas durante el día de Reyes en los países de tradición católica, y frente al que se reúnen niños y mayores esperando a ser agraciados con su sorpresa.

Unas fuentes apuntan a las fiestas que, en honor al dios Jano, se organizaban en Roma, en las que se tomaban tortas redondas elaboradas con higos, dátiles y miel, que llevaban un premio en su interior.

Evolución de la rosca

Otros creen que el roscón es una evolución de la rosca que en el siglo XI, los franceses elaboraban para celebrar la festividad de “le roi de la fave” (el rey del haba) una rosca que llevaba una haba en su interior y quien la encontraba era coronado rey por un día. Por último están los que opinan que la tradición del roscón se remontan al reinado de Luis XV, el rey francés a quien su cocinero eslavo agasajó con un pastel “le gâteau du roi” que incluía en su interior un medallón de diamantes

Sea cual sea su verdadero origen, el roscón de reyes fue una de las múltiples novedades introducidas en España por Felipe V, primer rey de la dinastía Borbón en España. En el siglo XVIII, los aristócratas hicieron suyo un dulce que, sin embargo, con el paso del tiempo se popularizó entre el pueblo llano, sobre todo en Madrid y Sevilla, lugares donde su elaboración alcanzó cotas de alta cocina

Haba o moneda

Una de las comunidades donde la repostería es todo un arte es Cataluña, donde comenzó a utilizarse el haba como sorpresa del roscón, y como símbolo del año nuevo. Con el discurrir del tiempo, el haba se sustituyó por una figurita y, en la actualidad muchos roscones incorporan ambos presentes.

Aquel que su pedazo encuentra la figurita tendrá suerte todo el año ya que. Como dice la leyenda tendrá la protección de los reyes magos, mientras que quien encuentre el haba estará obligado a pagar el postre.

Elaboración tradicional

En la elaboración de los roscones se utiliza mantequilla, huevos, harina, azúcar ralladura de limón y naranja y agua de azahar. Una vez obtenida la mezcla esta se somete a una fermentación larga, a una temperatura de 28 °, para conseguir acentuar su sabor. La decoración de fruta confitada, piñones y azúcarillo, le dan un aspecto tradicional que todos recordamos de nuestra niñez. A la hora de degustarlo, hay división de opiniones entre los que prefieren que estén rellenos o no. A los clásicos a base de crema pastelera, nata y trufa, se les suman nuevas innovaciones.



La mejor formación
está en la calidad

LOS GUIOS DE NUESTRA TIERRA Y LA NAVIDAD

La Cocina Española es tan rica como las materias primas que nacen en su tierra. Ahora comentaremos 17 succulentas recetas de Navidad, una por comunidad Autónoma de nuestra geografía. Son platos con solera y sabor popular, que se han transmitido de padres a hijos hasta hoy en día.

RECETAS CON AROMAS DE NAVIDAD

Las costumbres y los platos que se sirven en Navidad difieren mucho de una comunidad autónoma a otra, y más aún de un país a otro. *En Cataluña y en casi todo Levante*, la Noche buena casi no se celebra, en cambio el 25 de Diciembre se sirve un gran banquete, que empieza con una enorme olla o escudella (*patata, col, carne de vaca, cerdo, gallina y cordero, tocino y butifarras*). A continuación de esta ligera entrada se come pavo relleno. Al día siguiente, San Esteban, que también se celebra, se aprovecha el caldo de la escudella para hacer una buena sopa, seguida de los famosos canalones elaborados con las carnes sobrantes del puchero y del pavo. *En Valencia y Murcia* las carnes se sirven picadas y trinchadas con piñones en forma de grandes albóndigas "pilotas". En las *Islas Baleares*, el día de Navidad se conmemora con lechona o Pavo relleno. En el *Centro de España* tiene tanta importancia la comida de Navidad como la Noche buena. Pero por la noche, el menú consiste en coliflor, repollo, lombarda o cardo, seguido de bacalao o besugo y pollo o pavo. Al día siguiente se come cordero asado. *En la Mancha*, la caza prima sobre las aves de corral. *Los extremeños*, por ser los conquistadores, fueron los primeros en adoptar el pavo. En Noche buena lo sirven trufado, y antes, criadillas de la tierra y cardo. En Navidad hacen un arroz caldoso y la famosa caldereta de cordero. *En Aragón y toda la Ribera del Ebro*, toman cardo con almendras y jamón y después el ternasco. *En la Andalucía marinera* se sirve la sopa de pescado, pargo encebollado o pescados cocidos. Después una buena pepitoria de gallina o pollo. *En el interior* domina el caldo cocido con albondiguillas y después la famosa pepitoria de gallina o pavo. *Los vascos*, que hacen tan poco tiempo respetaban la vigilia de Navidad y tomaban coliflor o berza para empezar y después sopas de ajo con bacalao o besugo asado, hoy también han incorporado el capón o pavo relleno. *Santander* hace tanto honor al caldo de lacón como a la berza o a la caldereta. *Los gallegos* rematan la faena con los famosos capones de Villalba y la comida del 25 con un pantagruélico cocido de pollo, lacón, ternera, grelos, patatas y chorizos.

DULCES NAVIDEÑOS

Los populares turroneos son de herencia árabe y tienen su antecedente en el alajú, cuya fórmula consistía en un azumbre de miel y una y medio de avellanas o almendras tostadas; mientras que los principales ingredientes son la almendra, ya sea entera o molida y la miel. El libro de Sent Soví, referente de nuestra cocina autóctona menciona ya que el siglo XIV existían vendedores ambulantes de turroneos

Un siglo más tarde las ciudades de Jijona y Alicante se convirtieron en las capitales turroneas de España, que es como decir del mundo, ya que sólo hay preparaciones parecidas en algunos países de Hispanoamérica y el nougat del sur de Francia. Las fórmulas clásicas son el turrón de Alicante, conocido familiarmente como el duro, compuesto por almendras enteras y miel. El turrón de Jijona es el que las almendras están molidas, y el de guirlache, una variante del turrón de Alicante que sustituye la miel por azúcar caramelizado y a veces se decora con confites de colores. El turrón de yema tiene un color amarillo como resultado de la adición de yemas a la masa de almendra molida y miel

El de Rajalmena y el de Cádiz combinan el mazapán con almendra o incorporan frutas confitadas

El mazapán se compone de una masa de almendra, azúcar y una pequeña cantidad de clara de huevo que permite darle formas diferentes, generalmente animales que se doran en el horno. Es claramente inspiración árabe aunque se dice que fueron los napolitanos, y especialmente Catalina de Médicis cuando acudió a Francia (con un ejército de cocineros) para casarse con el futuro rey de Francia, Enrique II, quien llevó la fórmula del franchipán, un dulce parecido al mazapán. En España tiene fama los mazapanes de Toledo, donde a pesar de ser un dulce estacional, se venden todo el año.

Los polvorones y mantecados son de origen andaluz y llevan ingredientes mucho más humildes. Los polvorones elaborados con harina tostada, manteca de cerdo y azúcar, que forman una pasta que tras la cocción en el horno se convierten en polvo en la boca, de donde reciben su nombre. Los mantecados tienen una textura más húmeda debido a la presencia de huevo entre sus ingredientes.



La mejor formación
está en la calidad

Otros dulces populares

Existe otra variedad de dulces navideños consistentes en masa de hojaldre rellena de almendra y yema, son las famosas hojaldrinas o empanadillas. El piñonates que recuerdan a los panellets de Cataluña, de masa de almendra cubierta de piñones. Y no hay que olvidar los roscos de vino, rosquillas con la característica de estar aromatizadas con vino y anís.

El popular roscón de reyes no tiene un origen claro, aunque se cree que es una variación de las tortas de las fiestas saturnales que consumían los nobles y plebeyos. Estas tortas debían llevar en el interior un haba y quien la encontraba se convertía en el rey o reina de las fiestas, tradición que se conserva en Francia. En Cataluña, el tortell de reis consiste una rosca de masa de levadura y frutas confitadas que también llevan sorpresa, pero el que la encuentra no se convierte en el rey, sino que está obligado a comprar otro roscón para compartir con la concurrencia. Este roscón marca el fin de las fiestas.

El auténtico mazapán se prepara con una base de almendras recién picadas y reducidas a polvo. Es, sin duda, bastante trabajoso de hacer, pero merece la pena probar. Las almendras se pueden sustituir por nueces; en tal caso la masa tendrá un sabor muy particular. Para preparar el mazapán existen dos técnicas.

En la primera entra la cocción y requiere más tiempo para mezclar los ingredientes, pero al final la pasta resulta más fácil de trabajar. Para darse más prisa se pueden trabajar los ingredientes con ayuda de una batidora eléctrica, aunque este sistema crea algunas dificultades en el momento de utilizar la masa.

Es preferible recurrir a la versión cocida para elaborar los dulces de mayor tamaño, y a la rápida para los cakes pequeños o para las tartas rellenas que requieran una capa sencilla de mazapán como cobertura antes de la cocción. En este caso, después de cubrir el dulce, se deja secar en un sitio ventilado durante una semana.



La mejor formación
está en la calidad

¿QUIERES COCINAR COMO LOS PROFESIONALES ESTAS NAVIDADES?

A menos que ya seas uno de nosotros (*en cuyo caso no celebrarás las Navidades*), probablemente nunca cocinaras como un profesional, aunque de momento llevas un buen camino, pero, ni falta que te hace. En mi día libre, rara vez entro en un restaurante, salvo que vaya en busca y captura de nuevas ideas o a robar (*tomar prestadas*) recetas. Aunque cada día es más difícil. Lo que quiero es comida casera, una comida hecha por cualquiera. La comida de mi madre, de mi abuela, de mi suegra..., si me apuran, hasta la de mi novia, siempre en caso de necesidad y bajo algunas concesiones (*ya que tiene muy buenas virtudes y atributos, pero se olvido de ir a las sesiones de cocina*). Una sencilla pasta con tomate, una cazuela de pescado hecha a la buena de Dios con lo que haya en casa, una carne asada, cosas muy exóticas para mí, que estoy todo el día metido hasta el cuello con un sinfín de platos raros, muchas veces impronunciables y otras veces irrepetibles, mezclando aceites de muchas clases que preparamos hoy, para distinguirnos en algo de la comida de casa. Cuando soy uno de los comensales, mis anfitriones se excusan antes de servir diciendo: “*esto le debe parecer una ordinariéz a un profesor y chef de Cocina*”. Verdaderamente no tienen ni idea del alivio, la magia y el placer que significa para mí el plato más simple, lo delicioso que puede llegar a ser un buen puré de patatas, libre de trufas, aceites de trufas o cualesquiera sean las cosas que ponemos en los restaurantes para no hacer un simple puré de patatas (*hay que justificar el precio*)

Pero no es probablemente eso lo que quieras saber. Lo que te gustaría saber para estos días, es como puede parecer que hayas tenido una brigada de cocineros preparando la comida durante todo un día, cuando saques los platos preparados en estas fechas Navideñas. Es posible que tengas curiosidad por conocer las mañas, las técnicas, los pocos utensilios necesarios para que los platos parezcan hechos, dispuestos y decorados por profesionales ímpios.

Hablemos primero de los utensilios **¿Qué tenemos en nuestras cocinas que probablemente tu no tengas?**. Lo gracioso es que muchas de nuestras reservas – *aceites aromatizados, especias sólidas, perejil picado, manojos de hierbas* - y gran parte de nuestros equipamientos siguen el modelo casero. Tal vez yo tenga una gran batidora de 50 litros y una cortadora mecánica, pero es muy probable que use pequeños electrodomésticos para no tener que limpiar después. ¿Qué es pues lo imprescindible?

¡Por el amor de Dios lo primero que necesitas es un buen cuchillo de chef! Ningún timo es tan atroz, tan desatinado ni tan extendido, como el de hacer creer a la gente que necesita un juego completo de cuchillos para trabajar en cocina. A veces pienso cuanto me gustaría meterme en las cocinas de los cocineros aficionados y tirarles sin más todos los cuchillos que guardan en el cajón. Todos esos cuchillos funcionales de tamaño medio, esos inútiles cacharros dentados que anuncia la televisión, toda esa cacharra de acero inoxidable, difícil de afilar. Esas rebanadoras mal diseñadas que ni siquiera sirven para cortar un triste tomate. Por favor, créeme, todo lo que necesitas en cuestión de cuchillos, es un buen cuchillo de chef, del tamaño que te resulte cómodo, atendiendo a tu mano.

¿Cuál necesitas? **UN CUCHILLO DE CHEFF**. Este te cortará casi cualquier cosa con la que puedas estar trabajando. Desde una cebolla hasta una sandía, desde un ajo a un trozo de ternera. Como profesional debes usar una puntilla para lo que sea pequeño y el cuchillo de chef para lo mas grande. No es difícil. Compra unas cebollas o unos nabos y practica con ellos. Nada te pondrá tan pronto por encima de tus semejantes, como la habilidad para manejar con soltura un cuchillo de chef.

De acuerdo que hay un par de cuchillos más que te resultaría útiles. Podrías adquirir también un cuchillo de filetear flexible, por si has de filetear pescado, y podrás adquirir un pelapatatas, viene muy bien para trabajar legumbres.

Lo de los cuchillos es obvio, **¿pero que otros chirimbolos necesita un profesional?** Lo primero, el objeto indispensable para los apaños de cocina en la mayoría de los chef es uno de esos envases cilíndricos que sueltan líquidos a presión. Es posible que hayas visto la maestría con la que se rocían los platos. Llegamos a hacer verdaderas filigranas. ¡Arte Conceptual!. No significa ningún derrocha hacerte con un par de botellas.

Cubre el fondo de un plato con una salsa de mantequilla emulsionada (*por decir algo*), forma después alrededor del plato un par de aros concéntricos con una salsa oscura y ahora, atención, tachan, arrastra un palillo a través de los dos aros concéntricos, y veras como esto del despliegue culinario, lo tienes superado ¡Eres un Artista!. Puedes pasar media hora "*jodiendo*" (*con perdón*) por encima de los platos, con dos botellines y un palillo, para acabar de redondear el concepto de arte conceptual. No os creáis que los maestros pasteleros se libran de este arte conceptual, recurren al mismo truco para hacer remolinos con chocolate y frambuesa sobre las salsa inglesa y le cargan tres euros más a cada plato, por dos segundos de habilidad artística que podríamos enseñar aun chimpancé.



La mejor formación
está en la calidad

Pero, chef, dirá ¿Cómo hacen para levantar tanto un plato? ¿Qué puedo hacer para que mi torre de pechuga de pollo y puré de patatas parezca un “falo inflado” (con perdón) ante los intimidados y sobrecogidos invitados. Una vez más recurrimos a un truco de tecnología elemental: el aro de metal o de plástico (en algunos casos). Un fino aro de metal o un trozo de tubo de plástico de cuatro o cinco centímetros de alto y distinto diámetro son la columna vertebral de un plato con pretensiones de buena presentación.. Pon el aro más ancho, echa el puré de patatas en el interior – o mejor aun échalo con una manga - para decorar y ya está. Haz un montón bien alto y quita el collarín, pon el aro mas estrecho y hecha las verduritas y deposita encima la pechuga. Ya estas a medio camino de hacer un pequeño portento que dará que hablar. Mete una barquillos de patata en el puré, un montón de hierbas frescas o un manojo de puerros fritos cortados en juliana, que acabas de cortar con tu flamante cuchillo de cocina y ya puedes fardar. ¡Arte Conceptual! Te preguntaran sorprendidos. No solo fue una pequeña cosa que aprendí del último chef con el que trabajé podrás contestar.

¿Has dicho barquillos? Si, pero no hablamos de esos pequeños cilindros dulces sino de patatas chips, encina le cambiamos el nombre a todos. Por eso nos llamamos chef, sino seríamos simples cocineros. Estos barquillos los puedes hacer tú. Lo único que necesitas es ese soporte metálico que llamamos mandolina. Ahora hay unas japonesas muy baratas, que no significan un gran aporte económico. Cualquiera de tus “gamberrillos” pueden ayudarte a cortar en juliana unas verduras, que partir de ahora ya sabrás que no cortamos a mano en las cocinas. Por muy flamantes que sean nuestros cuchillos, siempre recurrimos a tecnologías punta japonesa. Con este invento salen preciosas pajillas con una sola vuelta de muñeca, nada de deslomarse. No habrás creído en verdad que las cortábamos en cuchillos ¿O sí?

Si, desde luego. La mandolina no corta carne ni lonchas de jamón finas como un papel. Para eso necesitas una cortadora profesional. La mayoría de las versiones domésticas son un mierda (con perdón). Es recomendable, que si piensas servir alguna loncha fina, bajes al charcutero de confianza y que lo corte con su maquina. Veras que es muy diferente. Y si tienes unas pelus más, y espacio en cocina, lee en las últimas páginas de los periódicos los avisos de remate de restaurantes. Probablemente ya te hayas dado cuenta: los restaurantes se funden muy a menudo y tienen que liquidar su material a bajo precio muy deprisa y corriendo, antes de que vengan los proveedores. Conozco a gente que a montado su cocina comprando restos de restaurante. En un negocio donde los fracasos alcanzan casi un 60%, esa gente suele sacar buen partido. Puedes conseguir toda clase de materiales de categoría profesional. Si decides hurgar por ahí, te recomiendo que busques baterías de cocina, la mayoría de las que venden para uso doméstico son peligrosamente endebles; los cachorros gruesos y resistentes, vendidos a cocineros caseros serios siempre cuestan mas de lo que valen. Da gusto, y hasta es necesario tener ollas, cacerolas y sartenes de doble fondo. No hay razón para comprarlas nuevas y pagar un pastón. Espera a que cierre el bar de tapas de la esquina y entonces mueve pieza.

Insisto, pesado y resistente. Un cacharro con un fondo fino no sirve para nada. Me da igual que esté revestido de cobre, lo hayan pulido a mano unas vírgenes inmaculadas o esté hecho con el nuevo material con el cual hacen los bombarderos secretos. Si te gustan las salsas quemadas, o pollo carbonizado, la pasta pegada en el fondo de la olla, los crostones de pan achicharrados ¡no hablemos más!. Una buena sartén debe causar lesiones graves si la estampas en la cabeza de alguien. Si dudas que se abollará primero – la cabeza de la víctima o la sartén -, tira en el acto la sartén a la basura.

Una sartén antiadherente es una cosa maravillosa ¿Crepes, omelettes, un filete de pescado deliciosamente dorado? Necesitas una buena sartén antiadherente y no una con ese revestimiento que las pocas semanas a desaparecido. Cuando compres una sartén antiadherente trátala bien. No la laves nunca. Límpiala cada vez que la uses y por el amor de Dios no introduzcas en ella ningún utensilio metálico. Usa una cuchara o una pala de madera o cerámica para quitar la suciedad de cualquier cosa que hayas cocinado. No vayas arañar la superficie...

No quiero simplificar demasiado, es evidente que si no tienes el menor sentido de las texturas ni sabores, si no tienes ojo para apreciar la presentación de un plato – coño, (con perdón), si no eres en absoluto capaz de cocinar- ningún cacharro del mundo va a servirte de nada. Pero si puedes combinar un menú decente y descifrar un libro de cocina, pues bien... lo harás mucho mejor si pierdes algún tiempo jugando con los cachorros mencionados.



La mejor formación
está en la calidad

Hay también ciertos ingredientes que diferencian la comida casera de la de un restaurante. Ingredientes que en la cocina de un profesional siempre están a mano y, probablemente no tengas en tu casa. Te voy a decir cuales marcan la diferencia.

Chalotes: Casi nunca las ves en la cocina de casa pero fuera de ella son un ingrediente fundamental. Las chalotes elemento básico para cualquier puesta a punto- hacen la comida del restaurante diferente a la casera. En las cocinas que funcionan se consumen casi diez kilos al día. Siempre debes tener alguna para salsas, aliños o salteados.

Mantequilla. No importa lo que te digan que han puesto o no a la comida en tu Restaurante preferido, lo mas probable es que hayas comido una tonelada de mantequilla. En una cocina profesional es lo primero y lo último que ese echa en la cacerola o en al olla. Salteamos en una mezcla de mantequilla y aceite para dar ese bonito tono acaramelado oscuro y, casi siempre terminamos las salsas con mantequilla (*lo llamamos "monter à beurre"*). Por eso mi salsa siempre sabe mejor, es más cremosa y melosa que la tuya. Por eso tiene esa consistencia suave, melosa y opaca. Créeme, hay siempre una gran vasija de mantequilla fundida delante de todos los cocineros y le metemos mano sin parar ¿La Margarina? Ni siquiera es diga de mención. ¿No puedes creer que no sea mantequilla? Pues yo sí, si tu intención es meter margarina a lo que sea, ya puedes dejar de leer, porque no podré ayudarte. Aunque en Italia –sobre todo los pícaros toscanos- suelten grandes peroratas contra la mantequilla y ensalcen las glorias del aceite de oliva (*es glorioso*), haz una visita en la cocina de cualquiera de estos cocineros que critican la mantequilla ¿y qué es lo que a escondidas están echando a la pasta? ¿y al rissoto? ¿y a la chuleta de ternera? ¿Será posible? Que cara tienen, ¡si es mantequilla!

Ajo dorado. El ajo es un manjar de Dioses. Bien usado, pocos alimentos pueden dar sabores tan distintos. Hacer un mal uso de él, es un crimen y no utilizarlo debería ser pecado. EL ajo viejo, el ajo quemado, el ajo cortado hace tiempo, el ajo picado con uno de esos abominables engendros picadores, son repugnantes. Por favor, trata a los ajos con el respeto que se merecen. Córtalos a láminas finas para la pasta, y no los quemes Aplástalos por la parte gruesa del cuchillo, pero por el amor de Dios, no los prenses. No se que lo que salé de allí, pero no es ajo. Y prueba a dorar los ajos. Salen más melosos y suaves si los doras enteros – con la piel- y luego, cuando ya están cremosos y dorados, presiona para quitársela. Prueba a preparar una ensalada con ajo crudo que puedas morder y un ajo dorado como aroma de fondo. Y ya verás lo que quiero decir. Nada satura cualquier plato de manera mas irrevocable ni irreparable que un ajo quemado o rancio. Evita a toda costa esa cosa asquerosa que se va pudriendo en un frasco con tapa de rosca. ¿Eres demasiado perezoso para pelar ajos frescos? **!!!Pues no mereces comer ajo!!!**

Perejil picado: Menuda faena ¿Verdad? Los restaurantes decoran los platos con él. ¿Por qué no lo vas a decorar tú? Y además sabe muy bien. Pero por favor, no lo piques a máquina. Sumerge las ramas en agua fría, sacude el exceso de agua, déjalo secar unos minutos y pícalas todo lo finas que puedas con ese preciso cuchillo erótico de chef que te he recomendado comprar. Te aseguro, que espolvoreado por encima o alrededor del plato, le dará a la chuleta ese llamativo toque profesional que le falta.

Fondo de caldo: El fondo de caldo es la columna vertebral de toda buena cocina. Vas echar mano de él y no hay. En los restaurantes tenemos el lujo de poder tener preparados litros y litros, conservados en los grandes congeladores y refrigeradores. ¿Vas a someter a tus invitados a la salsa hecha con una base prefabricada o fondo de caldo en lata, que no hay quien se trague de salado? ¡Aprovisiónate ya! ¡Es muy fácil!. Dora unas cuantas verduras, unos cuantos huesos y ponlos en un puchero con agua. Deja reducir, reducir y reducir el agua. Hazlo en una cantidad que te dure meses y, cuando se haya reducido lo suficiente, cuélalo y ponlo a congelar en envases pequeños, para poder sacarlo en el momento que necesites. Sin caldo, la vida no merece ser vivida, ni conseguirá hacer nunca una demiglace.

Demiglace Hay muchas maneras de hacer una demiglace. Te recomiendo una muy sencilla: coge el fondo de caldo ya reducido, añádele un poco de vino tinto, échale unos cuantos chalotes ¿recuerdas?, tomillo fresco y una hoja de laurel y granos de pimienta. Déjalo reducir a fuego lento hasta que se adhiera a la cuchara. Cuélalo. Déjalo congelar en una bandeja de cubos de hielo, saca uno o dos según tus necesidades y ya está. El mundo es tuyo. Y Recuerda, cuando hagas una salsa Demi Glace no te olvides de monter à beurre.



La mejor formación
está en la calidad

Perifollo, albahaca, bastoncillos de cebollino, hojas de menta y demás ¿Por Cristo! ¿Qué te cuesta? ¿Unas hojas de perifollo dispuestas ingeniosamente encima de una pechuga de pollo? ¿Un hermoso ramito de albahaca para decorar la pasta? ¿Bastoncillos de cebollino espolvoreados con gracia encima del pescado? ¿Hojas de menta animadas en la ración de nata montada, con una frambuesa encima? ¡marchen! ¡hagan juegos señores!. Cuesta tan poco esfuerzo darle tono a un plato común y corriente. No hace falta el menor talento para decorar la comida. ¿Qué te parece un ramito de tomillo o romero? Las partes que no uses puedes dedicarlas a dar sabores auténticos. Ese serrín que venden en las coquetas estanterías de los supermercados. Tíralo de una vez, con repisa de especias y todo. Saben a suelo de establo. ¡Usa condimentos frescos! La buena comida es con frecuencia – o casi siempre – la más sencilla. Algunos de los mejores platos del mundo no necesitan más que tres o cuatro ingredientes. Lo único que tienes que hacer es asegurarte que sean buenos y frescos para adornarlos con lo que se te ocurra ¿Qué te cuesta?

Ahí va un plato con cuatro ingredientes que te puede sacar de un apuro en la comida de Navidad o Noche Vieja. Elige un pescado que te guste en cantidad suficiente para todos tus invitados. Dile al pescadero que te los escame limpie y agallas e intestinos. Pásalo por agua fría, restriega el interior con sal marina y pimienta negra recién molida. Introduce un diente de ajo, una rodaja de limón y un ramito de hierbas frescas –tomillo y romero- en la cavidad donde estaban las tripas. Ponlo en una asadera de horno con un poquito de aceite y métele a horno muy caliente. Ásalo hasta que esté crujiente y cocido pro dentro. Rocía el plato con un poco de aceite de albahaca – de ese que tienes preparado en la botella para dejar caer un chorrillo- salpícalo con perejil picado y adórnalo por encima con unas hojas de albahaca ¿Qué te parece? Aquí solo faltan unas patatas al horno rociadas con el propio jugo de cocción del pescado . ¿Ya me dirás!! Y me llamaban moderno.



La mejor formación
está en la calidad

EL REBOZADO

EL ARTE DEL REBOZADO

Una de las formas de cocción utilizadas habitualmente es nuestra cocina son las frituras. Un procedimiento sencillo pero que requiere una técnica precisa. Veamos cuales son las normas básicas para conseguir que los alimentos rebozados o empanados lleguen a la mesa crujientes, bien dorados y sin restos de grasa.

Para freír todo tipo de rebozados, con o sin huevo, empanados, preparados para buñuelos o simplemente enharinados deberán seguirse unas normas básicas para conseguir que la fritura sea todo un éxito.

El tipo de grasa a emplear variará según las recetas o las costumbres de cada lugar, siendo las más habituales: aceite de oliva o girasol, u otros, manteca de cerdo, margarina, mantequilla. También se suelen mezclar entre si para rebajar la grasa de más personalidad o para obtener sutilezas y matices en el sabor y en el color.

La cantidad de grasa en la que se van a cocer los alimentos será abundante, de al forma que ellos mismos floten en ella. De esta forma ni se queman ni se ablandan, logrando un dorado uniforme.

Para freír adecuadamente, la temperatura de la grasa tendrá que ser muy caliente (*cuando empieza a humear*) e incorporar por tandas poca cantidad de cada alimento cada vez. De no ser así, la temperatura se enfría, resultando una cocción defectuosa y emborrachada en grasa.

Según el tipo de fritura, es conveniente colar y pasar por un paño el aceite o grasa, cada dos o tres tandas, con el fin de eliminar la materia sólida. Y residuos requemados.

Dependiendo del tipo de receta el tiempo de cocción variará, no sólo en función del producto base, sino también dependiendo el tipo de rebozado, empanado o envolvente., En ocasiones, es recomendable, freír en dos veces el mismo producto y en tiempos y temperaturas distintas.

Para evitar que se requeme el aceite, es aconsejable apagar o apartar del fuego la sartén o freidora, poco antes de terminar la última cocción

Una vez en su punto, se sacarán del recipiente los alimentos con ayuda de una espumadera o rasera, escurriendo bien y depositando en papeles absorbentes, especiales para cocina, para eliminar el sobrante aceite, al tiempo que se conservan calientes.

Si se dispone de una freidora doméstica con termostato, se podrán seguir las instrucciones del fabricante, en cuanto a temperaturas se refiere, siendo válidas las mismas recomendaciones anteriormente reseñadas.

La técnica culinaria de los rebozados permite dar rienda suelta a la imaginación de cada uno, pues se pueden enriquecer de múltiples maneras utilizando todo tipo de harinas, no solo cereales, también legumbres, arroz, etc.

Igualmente sucede con los empanados, pudiendo utilizar diferentes variedades de pan rallado, frutos secos molidos, semillas, masas, etc.

Asimismo, son susceptibles de ser aromatizados con toda clase de especias, hierbas, esencias, y otros componentes que hagan de cada fritura una creación exclusiva y personal.

También se pueden rellenar antes o después de fritos con otros preparados o farsas.

La textura es asimismo controlable, obteniendo más o menos esponjosidad dependiendo de la técnica o receta utilizada.

Se ha logrado una buena fritura cuando los componentes de la misma quedan dorados uniformemente, crujientes y sin aceite o grasa.



La mejor formación
está en la calidad

TÉCNICAS

EMPANADO

En un plato se pone huevo batido, como para tortilla, y en otro pan rallado. Se sazonan los ingredientes, cuando sea necesario se pasan por huevo y pan rallado, presionando ligeramente para que se adhiera bien la capa de pan rallado. A veces, antes del huevo se pasa por harina.

- **Empanado con semillas de sésamo:** Espolvoree un poco la harina con sal y pimienta en un cuenco profundo. Ponga unos 150 gr. de semillas de sésamo. Bata un huevo ligeramente en otro bol. Seque ligeramente el pescado, pase por harina y posteriormente por la clara de huevo, dejando que escurra el exceso. Seguidamente pase por las semillas de sésamo
- **Empanado con Nori y pan rallado:** Mezclaremos unos 100 gr. de pan rallado con unas hojas de alga Nori previamente cortadas en trocitos.. Salpimentaremos aparte la harina y batiremos un huevo entero en otro bol.. secaremos el pescado ligeramente, enharinaremos, pasaremos por el huevo batido dejando que escurra el exceso y rebozaremos por el pan rallado.
- **Empanado de cebollino y limón:** Mezclaremos unos 100 gr. de pan rallado con 6 cucharadas soperas de cebollino picado y una cucharada de ralladura de limón fina. Salpimentaremos la harina y batiremos un huevo aparte. secaremos el pescado ligeramente, enharinaremos, pasaremos por el huevo batido dejando que escurra el exceso y rebozaremos por el pan rallado.

ENHARINADO

Se sazonan los ingredientes y se pasan por harina, después se sacuden sobre un colador, para que pierdan el exceso, antes de introducirlos en aceite bien caliente.

REBOZADO O LA ROMANA.

Los ingredientes se sazonan, se pasan por harina, se elimina el exceso y se bañan en huevo batido antes de freírlos.

PASTAS PARA REBOZAR

SENCILLA

Se pone la harina tamizada y la sal en un cuenco. Se hace un hoyo en el centro y se le añade el agua y el aceite, mezclando hasta que obtenga una consistencia de nata espesa.

Proporciones:

- 100 gr. de harina (La cantidad de harina es orientativo ya que dependerá del tipo utilizado)
- Pellizco de sal
- 1 cucharada de azúcar en polvo
- 2 cucharadas de aceite
- 150 gr. de agua fría.

CON CLARAS MONTADAS

A la mezcla anterior se le añaden 2 claras de huevo montadas a punto de nieve, con movimientos suaves para que no pierda volumen



La mejor formación
está en la calidad

OTRA VARIANTE SENCILLA

Proporciones:

- 240 gr. de harina (*La cantidad de harina es orientativo ya que dependerá del tipo utilizado*)
- Pellizco de sal
- 1 huevo
- 375 ml de leche

Si se deja reposar la masa espesará ligeramente, añadiremos más agua o más leche para devolverle la consistencia original. La masa sin agentes leudantes se conserva tapada en la nevera hasta dos días. La masa con agentes leudantes debería usarse justa después prepararla. De no ser así perderá fuerza y el rebozado no será tan esponjoso.

Tamizaremos la harina y la sal en un cuenco y abriremos un hueco en el centro. Echaremos un huevo en el centro y batiremos ligeramente. Iremos incorporando la leche poco a poco batiendo hasta obtener una masa fina. Añadir más leche en caso de necesidad.

Usaremos estas masas para rebozar pescado y verduras. Friéndolos en abundante aceite hasta que estén dorados y crujientes

¿CÓMO CONVERTIR UNA MASA DE REBOZADO EN UNA DELICIOSOS TORTITAS?

Añadir al a masa anterior un huevo más, 80 gr. de mantequilla y tres cucharadas de levadura. Podemos añadir 100 gr. de azúcar si queremos hacerlas dulces.

Freír a fuego medio en una sartén hasta que salgan burbujas, dar la vuelta y seguir friendo hasta que las tortitas estén doradas.

¿CÓMO DERIVAR UNA MASA DE REBOZADO A UNA MASA DE CREPS?

Añadir unos 75 gr. d mantequilla derretida y 250 ml más de leche a la receta básica, para obtener una textura de crema.. Echar un poco en la sartén para creps, engrasada y freír a fuego medio hasta que cada lado se dore ligeramente.

DE CERVEZA

Se sustituye el agua por cerveza o un líquido con gas. Se deja reposar 2 horas para que la masa fermente y resulte más ligera. En el momento de utilizarla se añaden las claras montadas a punto de nieve.

OTRA REBOZADO DE CERVEZA

Se puede usar esta masa para rebozados de pescado, acompañándolas de unas patatas fritas. Una buena cerveza de malta o cerveza negra, contribuye a dar a la masa un sabor intenso.

Proporciones:

- 240 gr. de harina (*La cantidad de harina es orientativo ya que dependerá del tipo utilizado*)
- Pellizco de sal
- 1 huevo
- 375 ml de cerveza



La mejor formación
está en la calidad

DE LEVADURA

Se tamiza la harina con la levadura y se va añadiendo agua tibia hasta que se obtenga una masa suave. Se tapa y se deja reposar durante 20 minutos en un sitio templado. Cuando aparezcan burbujas en la superficie se añade la mantequilla fundida.

Proporciones:

- 100 gr. de harina
- un pellizco de sal
- 175 gr. de agua
- 2 cucharadas de levadura en polvo
- ½ cucharada de azúcar
- 15 gr. de mantequilla derretida.

MASA DE TEMPURA SENCILLA

Mezclar hasta obtener una consistencia fina.

Proporciones

- 250 gr. de maicena
- 375 ml de agua helada

MASA DE TEMPURA COMPLEJA

Mezcle los ingredientes secos en un cuenco. Bata el huevo con el agua, y sin dejar de remover añádale a los ingredientes secos hasta formar una masa homogénea.

Proporciones

- 50 gr. de harina normal
- 50 gr. de maicena
- ½ c.s. levadura en polvo
- 1 huevo batido
- 200 ml de agua helada

Se pueden utilizar estas masas para rebozar verduras, gambas, filetes de pescado, pollo y frutas exóticas..

MASAS PARA FREÍR

Se mezcla en un cuenco vino blanco y aceite frito y un pellizco de sal. Se va añadiendo harina tamizada hasta obtener una masa blanda. Después se extiende la masa con un rodillo hasta dejarla muy fina, se le da la forma deseada, se rellena si es el caso y se fríe.

Proporciones

- 300 gr. de harina
- 150 ml. de vino blanco
- 50 ml de aceite frito

USO DE LAS DIFERENTES MASAS

| | |
|------------------|----------------------------------|
| Fritura sencilla | Rebozar pescado |
| Clara de huevo | Fruta, carne, pescado y verduras |
| De cerveza | Mariscos, pescado y verduras |
| De levadura | Frutas y aros de cebolla |
| De Tempura | Frutas exóticas |



La mejor formación
está en la calidad

CONSEJOS

- Freír la masa de las tortitas justo después de batirlas, de otro modo los agentes leudantes se activarán cuando la masa esté en el cuenco y el resultado no será tan ligero y esponjoso como se desea.
- Los alimentos que se vayan a rebozar deben estar perfectamente secos para que esta se pegue bien. Otra opción para que la masa agarre bien es pasarlos previamente por harina.
- Cuando se fríe algo en abundante aceite la temperatura es el factor más importante. La temperatura ideal son los 190 °C (*cuando empieza a humear*). De esta forma cerraremos bien los poros y evitaremos que el alimento absorba exceso de aceite.
- Mantenga caliente los alimentos rebozados o las tortitas poniéndolos en el horno moderadamente caliente. En el caso de las tortitas pueden taparse con un paño limpio para evitar que se sequen.
- No es necesario dejar reposar la masa de rebozado. No obstante, si así lo hace, verá como se espesa. Simplemente tendremos que añadir algo más de líquido para devolver la consistencia adecuada.
- Colocaremos los alimentos fritos o rebozados en papel absorbente para que escurra el exceso de grasa sobrante.



La mejor formación
está en la calidad

A CADA PLATO SU VINO

Siempre recordaré esta frase de uno de mis mejores profesores de Enología, de hecho me será difícil olvidarla ya que durante dos años iniciaba sus clases de esta manera.

“Emparejar, ocupación siempre divertida, se trata de un verdadero placer cuando se trata de casar los alimentos con el vino; cuando se juntan así dos sabores complementarios, la combinación ofrece una delicia gastronómica infinitamente superior a la proporcionan separadamente uno de otro”

En efecto, una delicia gastronómica sin un amigo fiel como el vino que la acompañe, no será lo mismo. La combinación de ambos elementos es un arte que ofrece un placer superior al que procuran los alimentos por separado. No hay que olvidar que el gusto o el aroma del vino refuerzan –o destrozan si la combinación ha sido desafortunada- el sabor de los alimentos que ingerimos.

Para aprender a casar el vino con la comida, si bien lo más importante –*como ocurre con el sexo*- es que la combinación resultante no disguste a los consumidores, existen una reglas orientativas que son las que deben utilizarse en caso de duda, porque, además de ser reglas de comportamiento tradicionalmente admitidas, tienen el gusto de coincidir con el gusto de la mayoría.

Estos pueden ser algunos consejos de forma general:

- Los vinos blancos secos resultan más agradables si se toman antes que los tintos
- Los vinos deben servirse de menor calidad a mejor. Es decir, el mejor vino debe llegar con el queso o con el postre. De la misma forma que el más joven debe servirse primero y el más añejo el último.
- Si se sirven en una comida distintos vino del mismo tipo (*es decir, todos tintos, rosados o blancos*), es conveniente elegirlos de una misma denominación de Origen.
- Los vinos suaves no se adaptan bien con las carnes rojas. Del mismo modo, los tintos nunca debería servirse con pescados suaves ya que apagarían su sabor.
- Con el postre debería desaparecer el vino tinto de la mesa.
- Los vinos blancos secos suelen asociarse con el pescado o el marisco.
- Los vinos blancos dulces son especiales para acompañar pasteles y frutos azucarados. Deben servirse siempre al final de las comidas ya que cortan el apetito y atrofian las papilas gustativas.
- Cuanto más fuerte sea el plato más fuerte debe ser el vino. De esta forma, la volatería, la ternera y otras carnes ligeras pueden acompañarse rosados o vinos tintos ligeros e incluso en algunos casos de blancos secos. Pero en el caso de carnes sanguinolentas o en salsa requieren tintos con más cuerpo.
- El vinagre y todo aquello que este sazonado con vinagre, cebolla, curry, ajo o mostaza es difícil de combinar, para estos platos es necesario escoger vinos muy fuertes que sean capaces de dominar el gusto de estos alimentos. De hecho se trata de alimentos muy poco recomendables para acompañar un vino.
- Los blancos aromáticos son muy adecuados para acompañar el queso y los postres.
- Los blancos ligeramente dulces sin muy adecuados para acompañar salsas crema.
- Los vinos blancos licorosos casan bien con el foie.
- Los rosados combinan con todo, por eso son un buen comodín cuando el menú no está construido por platos muy definidos y es a base de entremeses.
- El plato que ha sido guisado, flameado o cocinado con un vino debe servirse con el mismo vino que ha sido utilizado para cocinarlo.



La mejor formación
está en la calidad

APERITIVOS

Antes de que se inventaran los cócteles, el vino era considerado como el mejor aperitivo. Actualmente parece que esta corriente vuelve a estar de moda y se eligen vinos blancos secos para acompañar las recepciones celebradas con un pequeño aperitivo a base de sabrosos y finos canapés. Excepcionalmente tampoco podría censurarse a nadie que escogiera un rosado para determinados aperitivos más fuertes: croquetas, empanadas, jamón serrano.... Sin embargo, en mi opinión particular, es sin duda el jerez- fino o amontillado – la mejor elección en una comida en la que se servirán posteriormente vinos de calidad. Este excelentísimo vino andaluz, servido a una temperatura de 8 a 10 °C, se adapta perfectamente a cualquier tipo de aperitivo por variado o exótico que sea. Se adapta perfectamente a un buen amigo suyo, el paté y el foie, ante el cual se convierte en un formidable deleite gastronómico.

Contrariamente a lo que piensan y hace muchos catalanes, el cava Brut o Brut Nature, es siempre más una bebida de aperitivo que de postre. Por eso es una opción que nunca hay que olvidar, siempre que sea de muy buena calidad y se sirva a una temperatura entre los 6 a 8 °C.

Vamos a comentar algunos sencillos ejemplos. Si decidimos preparar un aperitivo a base de marisco, crustáceos y pescados lo mejor sería optar un vino blanco muy seco y ligero (*Un Rías Baixas, Txacolí, Ribeiro, Albariño o Rueda*). Si queremos enamorar a alguien, no hay que olvidar un Chablis, magnífico acompañante del pan y la mantequilla, aunque si lo que queremos es mostrar carácter la elección es un única, una buena Manzanilla

Si el menú es más casero, a base de tapas, y embutido podemos decantarnos por un amontillado o por un alegre rosado de Yecla, Valencia o Navarra.

Si el aperitivo se decanta por patés, ahumados y quesos, la elección lógica es doble un fino o amontillado o un buen Cava Brut o Brut Nature, más aún si también aparecen frutos secos.

Ante todo recordar, que debemos huir de vinos dulces que cortan el apetito y atrofian las papilas gustativas. Salvo que, sepamos previamente, que la atracción del día no es precisamente la aportación gastronómica.

LOS ENTREMESSES

Tan importante es la armonía de colores en el arte como en la buena mesa, ya que la armonía de colores determina habitualmente la armonía del gusto y los sabores. Así pues, salvo raras excepciones los entremeses ligeros de color, requerirán igualmente un vino ligero y de color pálido, es decir un blanco o un delicado rosado. Los vinos de los entremeses son casi siempre blancos secos, jóvenes y con brío. Los vinos dotados de una gran aroma serán más recomendados cuando estos entremeses están basados en pescado y marisco. Ideales vinos del Penedés, Alella o Costers del Segre.

Unos entremeses mixtos en los cuales la tonalidad se vuelve más roja, obliga a acompañar de unos rosados o tinto ligeros y jóvenes. Ante esto podríamos elegir un vino de Navarra, Ribera del Duero o un Yecla, aunque yo sin duda me iría por el mejor rosado que se elabora en España, un Ampurdán Costa Brava, muy aromático y ligeramente ácido.

La regla fundamental para elegir un vino para el entremés es bien fácil, debe ser un vino fresco, muy fácil de beber y no demasiado vinculante ni comprometido, en el sentido de que no debe tener excesivo cuerpo. No hay que olvidar que el entremés es una pequeña ración de comida que estimula el apetito y prepara al estómago a recibir sucesivos alimentos. ¡ **Nunca debemos mostrar un buen cuerpo, hasta que el personal no esté bien aposentado en la silla, podría excitarse y caerse al suelo!**. Un vino con mucho cuerpo podría ocultar las actuaciones posteriores. Particularmente, si me preguntáis, que cuerpo de baile escogería, sin duda, un buen cava Brut Nature, las sensuales, sinuosas y explosivas burbujas, me predisponen a seguir gozando, a la espera de la gran estrella.

PASTAS SOPAS, ARROCES, LEGUMBRES Y CREMAS

Los italianas, siempre maestros en pasta, han defendido durante muchos años que la única opción válida para consumir una buena pasta era el agua mineral. Particularmente, esta opción me parece un insulto y una ofensa al buen gourmet, y que me disculpen los italianos. Yo no pongo en duda que la pasta sea buen con agua, pero el condimento de la pasta creo que es mejor acompañarlo de un buen vino.

De esta forma, arroces y pastas con una base de pescado, creo que es bueno acompañarlo de un vino blanco con cuerpo y bien estructurado, incluso con algo de crianza. En el caso de una base de verduras, el vino debe ser menos importante, basta con un blanco ligero y joven.

Las menestras de verduras, legumbres con incluso algo de carne blanca, son buenas acompañarlas de vinos rosados o tintos jóvenes. Yo seguiría inclinándome por un rosado de Ampurdán o un tino joven de la Rioja Alavesa.

Los Raviolis, canelones y lasañas con base de carne o queso, requieren un vino blanco seco de medio cuerpo, como un Rioja de ligera crianza en madera o también un rosado aromático de Ampurdán o Yecla. Como último recurso también valdría un tino ligero.



La mejor formación
está en la calidad

Cuando la pasta, el arroz o las legumbres acompañan una salsa y carne de caza, no hay que pecar de prudente y buscar un tinto con cuerpo, sin pecar de exagerado, para que nos aguante bien la investida. En este caso, con un buen primer plato, mejor buscar un buen vino, recio y con cuerpo. El problema lo podemos encontrar en este caso, cuando el segundo sea pescado, con lo cual la mejor solución es modificar el menú y dejar el pescado para otro día, y si no, otra buena solución es invertir el orden. Colocar el pescado como primer plato ligero y la pasta, legumbre o arroz de segundo. Los arroces guisados con pescado, requerirán un vino blanco seco, robusto y envejecido, valdría también un vino abocado, ideal un vino de Alella.

Un buena regla, para estos casos, es tener presente que la combinación del vino para cada plato está subordinada también al plato que se servirá a continuación, porque debemos intentar un todo armónico. Hay que tener en cuenta que durante la comida irá disminuyendo la capacidad sensorial del comensal, de hay que tanto los vinos como las comidas que se sirven primero deberán ser ligeros, para ir paralelamente aumentando su fuerza.

Por lo tanto, para sopas y cremas son válidos vinos blancos secos, tipo Alella, la Mancha o Rueda. En el caso de ser frías, no estaría tampoco mal acompañarlos de un Ribeiro o un Albariño. En caso de ser sopas o cremas de gustos fuertes (*Gazpacho, ajoblanco, espárragos, etc.*), podemos recurrir al siempre acertado vino de jerez.

En caso de pasta con bases lácteas, la elección es bien sencilla un vino de variedad Chardonnay, particularmente un Costers del Segre o un Somontano. Si la pasta aparece con tomate, pesto o quesos fuertes mejor sería buscar un rosado con un poco de cuerpo, un Terra Alta, Conca de Barberá, Jumilla, Alicante o Rioja.

LAS ENSALADAS

En realidad las ensaladas no ligan con ningún vino, ya que tanto el vinagre como el limón, siempre presentes en una ensalada no ligan bien con ningún vino., ya que apagan su sabor. La mejor opción en la mayoría de los casos es decantarse por el agua. Sin embargo cuando la ensalada está constituida por queso, jamón, pollo, etc., entonces si podemos hacer un acercamiento al vino. Siempre y cuando se trate de un vino no demasiado vinculante.

A menudo las ensaladas se sirven como complemento a un plato principal. Con lo cual el vino de referencia deberá buscarse en función del plato o elemento principal.

Ante la duda, mi recomendación es bien sencilla, el mismo Cava Brut que hemos degustado en el aperitivo o un rosado alegre y joven puede resultar un buen comodín.

LAS VERDURAS

En general el vino tampoco simpatiza bien con las verduras. El ajo, la cebolla, las alcachofas, el pepino, etc., dificultan la cata del vino. Por eso, no es una buena recomendación descorchar una buena botella de vino cuando ellos estén presentes

En el caso de crema y puré es aconsejable un vino blanco con cuerpo, en el caso de verduras enteras, quizás me decantaría por un vino tinto ligero.

En el caso de menestras, combinaciones de verduras, legumbres y algo de carne de cerdo, quizás un tinto con algo de crianza o un clarete, seguramente un Rioja en cualquiera de los casos me sería muy válido.

En el caso de que las verduras acompañen quesos fuertes o salsas fuertes, éstas serán quienes me indiquen la combinación.

LOS VINOS PARA CARNES, AVES Y PESCADOS.

Por regla general, apartados los aperitivos, entremeses, sopas, ensaladas y platos a base de pescado, es cuando surge la carne y el vino tinto aparece en la mesa. Por lo tanto la complicación no radica en el vino tinto en sí, sino que tipo de vino tinto será la elección más correcta., teniendo en cuenta la intensidad de los sabores y actuando en consecuencia. No hay que olvidar, que cuanto más fuerte sea el plato, más fuerte debe ser el vino.

AVES Y CARNES

Con las aves, especialmente si se acompaña de salsas suaves o bien si ha sido hervida, serán necesarios vinos claros, que se beban fácilmente. Elegantes, frescos y suaves, como una mujer. Podemos decantarnos por uno de La Mancha, Valdepeñas, Valencia, incluso si nos arriesgamos, un Penedés. Aunque podéis ir a lo Seguro, un Rioja Alavesa o una variedad Noble del Somontano.

No obstante, con las aves y la carne de ternera, siempre que se acompañen de salsas suaves, y delicadas, podemos acompañar de un vino blanco o un rosado ligero, quizás un Alicante, Ampurdán o Yecla.



La mejor formación
está en la calidad

En cuanto a la carne de cerdo, aunque hay personas que recomiendan o prefieren blancos, yo particularmente debido a que suelen ser preparaciones grasientas, recomendaría un tinto con cuerpo, muy seco y de mucha capa, que pueda destacar sobre la persistencia y el sabor corpulento de dicha carne. En estos casos, mi decisión inamovible. Un tinto de Cariñena, cálido, redondo y algo astringente, acompañante ideal de los asados de cerdo. Tengo otras opciones, buscar un vino De Toro o un Priorato, tampoco es mala combinación.

Tanto cordero como cochinitillo también tienen una fácil elección, un buen Jumilla.

Las aves con grasas (*Pato, oca, etc*) o las carnes rojas, requieren el mejor de los vinos, tinto de calidad y bien estructurado, hay varias opciones, Utiel-Requena, campo de Borja o Somontano, y como no dos grandes seguros, Ribera del Duero y Rioja. Yo, particularmente, un Ribera del Duero o un Valladolid.

La carne a la parrilla y los estofados en general requieren habitualmente un tinto de Navarra, aunque valdría un Rioja de no más de dos años de crianza.

Para que la combinación de la comida con el vino sea un éxito, la escala de calidad de la carne y de consistencia de la salsa que la acompaña deben estar en consonancia con la calidad del vino. Las carnes muy ricas y que han sido ampliamente aderezadas requieren vinos con cuerpo, envejecidos de forma adecuada.

Capítulo aparte merecen las carnes de caza, en sus distinciones: caza mayor y caza menor. Se trata no solo de una distinción animal, sino también una distinción sensorial. Una vez más es necesario adaptar la intensidad del plato a la estructura del vino. Siempre grandes vinos tinto en ambas categorías, reservando los mejores para la caza mayor y la menor más sabrosa. Sin embargo, esta recomendación requiere más precisiones, no es lo mismo el vino para una codorniz que para un faisán asado.

Habitualmente en la caza menor, distinguiremos tres subcategorías: las codornices requerirían un vino medianamente envejecido.; las perdices un vino más envejecido con un aroma más intenso y un gusto más firme y por último el faisán, el pavo y el pato, un vino bien envejecido, de textura consistente y robusta.

Para la caza mayor, se reservan los vinos aristocráticos con un finísimo bouquet. Únicamente vinos de Reserva y añadas especiales. Si me he de decantar, un Valbuena o Vega Sicilia 3° o 5° año, un Jean Leon o Gran Coronas Mas la Plana Etiqueta Negra 3° año o por Un De Muller o Scala Dei 3° o 5° año

PESCADOS

Una de las principales reglas del buen gusto a la hora de combinar platos y vino, es la siguiente, con el pescado, vino blanco. Se trata de una larga tradición que se remonta a tiempos remotos, y no seré yo quien la desmienta.

La selección del vino blanco dependerá de la calidad del pescado que se vaya a comer y la de técnica de cocción del pescado. Hay una tendencia a utilizar exclusivamente vinos blancos secos, cosa que no permite disfrutar una amplia variedad de vinos blancos. Teniendo en cuenta, que los vinos dulces y licorosos solo acompañan el pescado en raras ocasiones.

De entrada, el pescado necesita un distinto tipo de vino según sea de agua dulce o agua salada. Los pescados de agua dulce suelen ser más delicados, por lo que necesitan un vino blanco seco, aunque no exageradamente. Podemos acudir a vinos perfumados ligeros incluso con algo de aguja, un Albariño, un Ribeiro, un Costers del Segre, un Rueda o un Alella. Incluso podemos acompañar con un cava Brut o seco.

Los pescados de agua salada suelen buscar vinos más envejecidos y con cuerpo.

A pesar de todo, siempre hay excepciones, podemos guiarnos por el color de la salsa para saber si es más recomendable un rosado o un tinto ligero. Particularmente los pescados fritos o acompañados con jamón, suelo recomendar vinos tinto ligero o rosados con algo de cuerpo., un Jumilla o un Campo de Borja.

Las calderetas en todas sus variaciones no son malas amigas de los tintos ligeros, como un Ampurdán o un Alicante.

Los pescados acompañados de salsas de color blanco o amarilla se asocian con vinos blancos jóvenes y de poca graduación alcohólica. En el caso de salsas de color más encarnado, debemos utilizar vinos más envejecidos, de mayor graduación y no muy perfumados. Aunque como he dicho antes no es mala opción rosado o tinto, dependiendo de la agresividad de la salsa.

Cualquier pescado guisado con un vino específico, deberá acompañarse del mismo vino. Y recordar que cualquier tipo de pescado grasoso, admite potencialmente un vino rosado o tinto ligero



La mejor formación
está en la calidad

MARISCOS Y CRUSTÁCEOS

Los mariscos y crustáceos forman un capítulo aparte. Normalmente los vinos de más calidad que ofrecen una gran gama de sabores delicados y que se consideran de carácter aristocrático suelen presentarse para acompañar este tipo de manjares más finos y delicados. Solo los mejores vinos blancos son dignos de platos como langosta, ostras, centollos u otros frutos del mar del mismo estilo.. Deben ser vinos equilibrados, ni muy ligeros ni de muy alta graduación alcohólica.

Los mariscos y crustáceos tomados de forma sencilla requerirán un vino ligeramente abocado o un blanco perfumado, mientras que los mariscos y crustáceos cocinados requieren un vino blanco aromático más robusto.

LOS VINOS PARA QUESOS Y POSTRES

Saber colocar en el orden correcto los vinos que acompañan el menú es una de las reglas básicas del arte de la buena mesa. Las sensaciones que se sobrepone llegan a obstaculizarse unas con otras y a anularse recíprocamente. Por ello lo que siempre debemos intentar es que se revaloricen y se refuercen unas con otras. Naturalmente, no solo hay que pensar en el vino que va en cada plato sino como el conjunto combinará en el plato siguiente. Otro problema, todavía más serio en como combinará el vino y el queso.

Antes que nada hay que distinguir claramente entre los diferentes tipos de queso. Se puede realizar una clasificación a partir de la materia grasa que contienen. Se denominan dobles grasos aquellos que contienen más de un 60% de materia grasa, los extragrasos son aquellos que contienen un mínimo de 45%, los grasos un 40%, los semigrasos entre 20 y 4% y los magros menos de un 20%.

Es también importante conocer la región de donde provienen, para seguir un criterio regional en la elección. Muchos queso encuentran su pareja en vinos de la misma procedencia.

Los quesos pueden ser frescos, dulces, de sabor poco pronunciado, de sabor pronunciados, picantes. En teoría para cada uno de estos sabores debemos encontrar un vino adecuado.. El problema puede surgir cuando preparamos un bandeja de quesos, en tal caso debemos intentar conjugar quesos muy diversos o no pasar de uno a otro inmediatamente.

Algunas veces un queso se sirve como entremés, en otras se convierte en un elemento fundamental del plato. La escala de intensidad de los gustos y de los aromas determinará la elección del vino.. En principio los mejores maridajes se obtiene con queso y vino tinto.. Sin embargo si el queso es de textura blanda o tiene un sabor ligeramente dulce, entonces preferirá un blanco no muy vinculante y más bien suave, de graduación moderada, que se beba fácilmente y pueda acariciar el paladar. Idea un blanco Parellada del Penedes a unos 7 °C. Los quesos de textura blanda pero de más sabor y materia grasa, pueden acompañarse de vinos blancos de más cuerpo y carácter, podemos buscar un Rioja de crianza, un Alella, Valdepeñas o Rueda. Sin embargo, aquí podíamos extenderemos a vinos rosados o tintos dependiendo de que sean más o menos picantes o más o menos blandos.

Un rosado suave de Valencia o Ribera del Duero podía ser una buena elección para los quesos blandos con cierta potencia de picante. Los quesos azules deben acompañarse de un Moscatel o un Montilla Moriles

POSTRES

En muchas casas se mantiene la arraigada costumbre de que con los postres aparezca el Cava. Este hábito se debe a que hace algún tiempo no existiendo la moda de los vinos secos o muy secos, casi todos los vinos espumosos eran dulces o semidulces. Este tipo de espumoso combinaba perfectamente con hojaldres, cremas y natas. Ya que todos estos gustos han cambiado, hay que estar perfectamente atento a no combinar estos espumosos Brut o Brut natura con postres dulces.. Para estos postres sólo son válidos los cavas licorosos, dulces o semidulces.

Unos de los vinos más apropiados para los postres son los Moscateles, siempre que hayan sido elaborados sin añadir azúcar artificialmente, ya que entonces adquieren un sabor dulce empalagoso que agrada muy poco al paladar. España elabora Moscateles de máxima calidad como son los de Sitges, Valencia, Jerez y Málaga.

Con el postre debe desaparecer el vino tinto de la mesa y aparecer los vinos dulces y licorosos. Con la pastelería normal o dulces tradicionales está bien limitarse a moscateles de una graduación alcohólica moderada. Con postres dulces más elaborados, prestigios y comprometidos debemos pasarnos a vinos licorosos, que son de una graduación más elevada.. Es necesario recordar que no es obligatorio acompañar los postres dulces de vinos dulces. Una acumulación de gustos dulces pueden resultar muy fastidiosa y perjudicar la digestión.

Con las frutas confitadas o frutos secos o requesones podemos acompañar de vinos licorosos o generosos secos, tipo Pedro Ximenez, olorosos o Tarragona Clásico. Podemos también optar por un oporto siempre que sea de calidad. Recordar no obstante que los vinos finos y olorosos se sirven fríos mientras que los dulces los serviremos a temperatura ambiente.

Algunos postres no son compatibles con el vino. Debemos descartar el vino cuando un postre lleva como elemento fundamental el chocolate, el café o los cítricos. En el caso de chocolate o café es mejor optar por un aguardiente y en el caso de cítricos iremos por un cava Brut o Brut Nature. Con la fruta carnosa si puede aparecer sin problemas el vino. Los frutos secos ideal acompañarlos de un Moscatel.