

el menú



Melocotones asados

Ingredientes para cuatro raciones:

- 4 melocotones
- 100 g. de azúcar
- 100 g. de mantequilla
- 2 cl. de licor de melocotón y helado de vainilla

Elaboración:

Pelar los melocotones. Fundir la mantequilla a fuego mínimo en una pequeña cacerola. Poner el horno a 180 grados, esperando a que alcance esa temperatura. Depositar los melocotones enteros y pelados en una bandeja de horno. Espolvorear por encima con el azúcar, embriagar con el licor de melocotón y rociar con la mantequilla fundida. Introducir posteriormente la bandeja en el horno caliente, donde permanecerá media hora. Durante ese tiempo, con la ayuda de una cuchara, coger el jugo provocado por la cocción y empapar con él los melocotones, para que se impregnen. Servir un fruto en cada plato, con el correspondiente almibar y un helado de vainilla, al que podemos dar forma con dos cucharas.

el rincón del sibarita

Fundación para la Cultura del Vino

Hace unos días se presentó en Madrid la Fundación para la Cultura del Vino, cuya finalidad es la de fomentar el consumo inteligente de los caldos mediante la difusión de todas sus connotaciones culturales.



De ella se ocupa un patronato integrado por algunas de las bodegas más prestigiosas: Julián Chivite, Codorníu, Marqués de Riscal, Vega Sicilia y La Rioja Alta, así como por el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación.

La Fundación estimulará acciones de formación de profesionales y también apoyará la publicación de obras sobre el tema. Divulgará, asimismo, la importancia económica, cultural, medioambiental y sanitaria del vino. El patronato creará foros de debate, instituirá becas de investigación para estudiantes universitarios y organizará cursos para discapacitados, entre otras actividades. La Fundación para la Cultura del Vino está en el Paseo de La Habana, 11-1 (28036), en Madrid. ☎ 914113219

mesa y mantel

CENADOR DE AMOS

Mayor compromiso

R. G. S.

Jesús Sánchez está acrecentando su patrimonio gastronómico. A fórmulas tan exitosas en la casa como los tallarines de cachón con cremita de verduras, arroz crujiente y setas, la cazuelita de almejas de Pedreña con fideos y verduras y el solomillo de bacalao asado con harina de setas y jugo ligero de buey, hay que añadir en el 2000 unas cuantas proposiciones que testifican mayores inquietudes y mejores desarrollos.

Ambas características quedan patentes en articulaciones tan arriesgadas como el troncho de foie gras a la plancha sobre gelatina de café, o en los raviolis de mango rellenos de vieiras crudas al juego de los vinagres; dos ejemplos de contrastes fuertes resueltos equilibradamente.

Claro que no todas las construcciones se plantean impresionar tanto. En un tono muy asumible, encontramos el huevo escalfado con crema de pato al sirope de mosto y picadillo de trufa, un plato tremendamente gustoso y espectacular.

La pieza de cigalita sobre estofado de manos de cerdo, con espárragos a la plancha, crujiente de patata y caldo de ésta, vuelve a constatar dos características del chef: su pasión por la succulencia y brindar cierta complejidad sin incurrir en recargamientos.

Los callos de bacalao con su cal-



EL CORREO

Rincón del comedor del Cenador de Amos, en Cantabria.

do gelatinizado a la vizcaína y tosta de migas están perfectamente cocidos y son portadores de una salsa de cuchara; muy ricos, si bien, la composición debiera terminarse con un complemento más audaz y exquisito que un huevo de codorniz.

El rodaballo, impecable de calidad y hechura, natural y jugosísimo, se dispone sobre unas patatas panadera y se ilustra con un conseguido pil pil de hongos. Demuestra claridad en el planteamiento e inmaculabilidad en los sabores.

Estas cualidades vuelven a constatar en el bacalao con al-

mejas al jugo de ambos y aceite, con el contrapunto fresco de un toque de manzana verde. En fin, bastantes innovaciones, ilusión en los planteamientos, creciente madurez conceptual y mayor eficacia; casi todas las propuestas están muy buenas y resultan muy gratificantes, sin llegar a provocar exclamaciones.

Dirección: Pl. del Sol, 39793 Villaverde de Pontones (Cantabria). ☎ 942508243 **Cierra:** Domingos noche y lunes, excepto verano, así como del 7 al 31 de enero **Precio:** 6.500/9.000 ptas. **Menú degustación:** 6.500 ptas.

comer y vivir

Fritura en buen caldo

Maravilla para el placer y la salud, el aceite de oliva elabora unos fritos casi perfectos, que no se empapan en grasa, se toman crujientes y acaramelados y su sabor permanece, no se modifica, como puede suceder con los de semillas. Freír bien exige cumplir una serie de normas que vamos a enumerar a continuación.

Hay que utilizar una sartén honda y espaciosa, de fondo

grosso, que transmita correctamente el calor al aceite.

En la fritura se alcanzan unos 180 grados y, cuando el aceite humea, es posible que comience a descomponerse.

Las personas que hacen frituras a diario conocen que,

para determinar el punto, es suficiente introducir un pedazo de pan y comprobar que se dora al momento.

Freír con aceite de oliva supone que el aceite está a 180 grados, pero el interior del alimento permanece prácticamente a 100 grados, ya que, para que la grasa penetre, tiene que evaporarse antes el agua de composición.

A partir del quinto minuto aproximadamente, se inicia la segunda fase, la de la entrada de la grasa en el alimento: forma la costra exterior que impermeabiliza el alimento y evita que penetre el aceite muy caliente en el interior. Este proceso es muy corto, apenas unos dos minutos, lo que evita el daño del calor sobre el alimento.

El uso de oliva supone fenómenos curiosos, que han sido descritos por el profesor Varela. Con el pescado azul o la carne, se produce un intercambio de grasas: salen las del pescado o la carne, y, en cambio, penetra el aceite.

Así, las grasas saturadas de la carne cambian dentro del alimento, por lo que freírlo es positivo desde el lado de la salud. Mientras, en el pescado salen las insaturadas saludables y penetran las monoinsaturadas del oliva, también saludables.

Con las patatas, el oliva forma una película superficial, de modo que el alimento se hace más crujiente, y, además, impide el gasto mayor de aceite. Precisamente, el usuario de los fogones no debe olvidar filtrar el aceite después de cada uso, guardarlo en sitio oscuro, no mezclar diferentes aceites para freír —pues se descomponen fácilmente— y evitar que humee. Tampoco es bueno utilizar el oliva más de 8 o 10 veces; y el de semillas, 2 o 3 veces.



Dr. Jesús Llona Larrauri

fogón y pucheros

Cocina de mar y montaña

Sokoa

Nuestros montes se asoman al mar a lo largo de toda la costa, pero, en lo que respecta a la cocina, la tradición ha sido siempre mantenerlos bien separados. Las carnes tienen sus guisos propios y los pescados, los suyos. Ni siquiera en los más atrevidos sueños de nuestros cocineros de vanguardia se suelen mezclar los dos productos.

No pasa lo mismo en la cocina mediterránea, donde carnes y pescados se unen sin miedo en composiciones atrevidas. Un ejemplo que ya no llama la atención es el de las promiscuas paellas, donde cohabitan en el mismo recipiente langostinos, caracoles, conejos y pescados, acompañando amarillos arroces. Pero hay mucho más que esto.

En el Alentejo portugués se ha hecho famoso el *porco con ameijoas*, cerdo con almejas, que probablemente ha inspirado las sopas de jamón y chirlas de muchos restaurantes de Andalucía. Sin embargo, la cocina de mar y montaña es un invento catalán.

En ella, se conjugan productos aparentemente antagónicos, de la tierra y el océano, para lograr un mundo de sensaciones apasionantes. Sin falsos remilgos se mezcla lo dulce y lo salado, lo fresco y la conserva, la carne y el pescado. Sólo en la cocina china se pueden encontrar precedentes a esta tendencia inherente a la costa mediterránea.

Cualquiera que viaje este verano hacia el litoral de Cataluña encontrará abundantes ejemplos de esta escuela gastronómica. En los restaurantes sencillos instala-

dos en rústicas masías, donde se ofrecen pollos con langostinos y gambas, como en los más encoquetados templos del refinamiento culinario, que les tentarán con caviar y langosta, hermanados con oreja de cerdo, podrán deleitarse con un mundo de sensaciones nuevas.

En la carta del Bulli, que no está, desde luego, al alcance de todos los bolsillos, se nos brindan, entre otros platos, tuétano con caviar, vieiras mezcladas con foie gras y bogavante con cerdo. Un grato atrevimiento.

GUISADO DE PÁJAROS CON BACALAO

Se calienta una cazuela con dos decímetros de **aceite** y se frien en ella seis dientes de **ajo**, que se retiran. En el aceite se doran tres **tordos** y tres **pichones**, que también se reservan. Se frie entonces 300 gramos de **bacalao** remojado y desmigado, y se reserva. Se cuele el aceite en otra cazuela y se frien en él muy lentamente dos **tomates** maduros y media **cabolla**. Se añade entonces el bacalao y una **sepiol** troceada. Se moja con un vasito de **agua** y otro de **vino blanco**. Se tapa y se deja cocer 20 minutos. Se incorporan los pájaros y se cocen 20 minutos más a fuego lento. Se majan en un mortero los ajos con **perejil** abundante y se agregan. El plato se sirve con **ailoli**.