



**LECTURAS 3º MEDIO
GASTRONOMÍA**



Los tres mosqueteros

SOPA DE MEJILLONES

Un banquete para después de batirse en duelo. Además de escribir a destajo (su editor le pagaba por página), Alexandre Dumas sentía pasión por la buena mesa; esa es la razón de que recorriera toda Europa recopilando recetas, que plasmó en una obra titulada Diccionario de la gastronomía. Pero la comida está presente en todas sus novelas; especialmente, en Los tres mosqueteros, donde uno de sus héroes, Portos, es un tragaldabas incorregible. Cada comida es para él un banquete. Y su menú preferido lo forma esta sopa, seguida de un asado de carne. Todo ello, regado con buen vino.

Ingredientes

1 kg de mejillones
4 tomates
4 cebollas
Caldo de ave
1 diente de ajo
1 cucharada de concentrado de carne
Sal y aceite de oliva

Elaboración

Se prepara un caldo de ave y, en otra cazuela, se cuecen durante 1 h los tomates y las cebollas, troceadas. El puré se pasa por el chino y se le añade el caldo de ave. Se colocan los mejillones en una cazuela tapada, y se calientan al vapor, para abrirlos y separar la carne de las cáscaras. En otra olla con aceite se dora un diente de ajo, que se maja y se mezcla con todo lo anterior: el caldo de ave, el puré y el jugo de los mejillones, y una cucharada de concentrado de carne. Se sala y se cuece 15 m. Los mejillones se colocan en una sopera con rebanadas de pan frito. Se vierte el caldo hirviendo, y ya está lista para servir.



Kim de la India

CURRY DE VERDURAS CON BONIATO Y BERENJENAS

El libro que popularizó la cocina india en Europa. Según Rudyard Kipling, hay tres cosas en las que el pequeño Kim es un maestro: insultar, mendigar y cocinar. El muchacho es un avisado huérfano, hijo de un sargento británico y una mujer india, que sobrevive haciendo de espía para un traficante afgano de caballos.

Paralelamente, Kim se convierte en el guía de un anciano lama que va en busca de un río sagrado. Kim se ocupa de alimentar a su venerable amo, preparándole un exquisito curry de verduras. Reunir los ingredientes para la comida no supone ningún problema para él. Los que no consigue gracias a la caridad de los campesinos, sencillamente los roba. Así es Kim: un auténtico demonio.

3

Ingredientes

350 g de boniato
250 g de berenjena
1 cucharada de aceite
375 ml de leche de coco
250 ml de agua
1 cebolla mediana picada
1 o 2 cucharadas de curry verde
6 hojas de lima café
2 cucharadas de ralladura de lima
2 cucharadas de caldo de pescado
2 cucharadas de zumo de lima
2 cucharaditas de azúcar moreno

Elaboración

El curry se fríe durante tres minutos mezclado con la cebolla. Sobre ellos se vierten el agua y la leche de coco.

Cuando entra en ebullición, se reduce el fuego y se deja que el guiso hierva durante cinco minutos sin taparlo.

Se agrega el boniato cortado en tacos y, tras esperar otros seis minutos, se añaden la berenjena y las hojas de lima, dejándolas cocer diez minutos más. Luego, el toque sibarita: se agrega la salsa de pescado, el zumo de lima, el azúcar y la ralladura. Se remueve todo y se adereza con hojas de cilantro y lima. El plato se sirve engalanado con una guarnición de arroz hervido.



Oda a las Papas Fritas

Pablo Neruda

*Chisporrotea
en el aceite
hirviendo
la alegría
del mundo:
las papas
fritas
entran
en el sartén
como nevadas
plumas
de cisne matutino
y salen
semidoradas por el crepitante
ámbar de las olivas.
El ajo
les añade
su terrenal fragancia,
la pimienta,
polen que atravesó los arrecifes,
y
vestidas
de nuevo
con traje de marfil, llenan el plato
con la repetición de su abundancia
y su sabrosa sencillez de tierra.*



Don Quijote de la Mancha

DUELOS Y QUEBRANTOS

La delicatessen sabatina del caballero de la triste figura. Ya en el segundo párrafo de El Quijote, Cervantes detalla la dieta habitual de su personaje: “Una olla de algo más de vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, y algún palomino de añadidura los domingos”.

Los duelos y quebrantos son un sabroso plato manchego que se prepara con chorizo, jamón, tocino y huevos. Pero hay estudiosos de la obra cervantina que creen que lo que realmente comía el “ingenioso hidalgo” era distinto de lo que actualmente se sirve en los paradores de La Mancha. Afirman que en la época de Cervantes, la iglesia prohibía comer carne los sábados, y sugieren una curiosa teoría: dicen que ese era el día en que los pastores llevaban al amo los cuerpos de las ovejas muertas, con cuyos huesos se hacía un caldo. Los “quebrantos” serían los que sufriría el amo por la muerte de los animales, y los “duelos” una metáfora de la austeridad del menú. ¿Será cierto?

5

Ingredientes

100 g de tocino de jamón
50 g de tocino de panceta
100 g de chorizo muy poco curado
6 huevos

Elaboración

Se cortan el jamón y el chorizo en finos trozos, y se fríen en una sartén sin aceite. Luego, se añade el tocino, cortado igualmente en pequeños tacos. Mientras, se baten los huevos aparte y se agregan a la sartén, aprovechando la grasa que suelta el tocino para freírlos, a fuego lento. Esta es la forma más sencilla de preparar el plato, aunque los gourmets más sibaritas emplean otra algo más complicada: lo que hacen es batir los huevos en la propia sartén, pero con cuidado, para no romper las yemas.



El señor de los anillos

PASTEL DE MIEL

El dulce que preparaban los fieros colosos de la Tierra Media. Que nadie busque los valles de Andeuin en ningún mapa, porque no existen. Esta tierra imaginaria fue creada por J.R. R. Tolkien en su obra El señor de los anillos. Y esos valles son la patria de los beornings, colosos cubiertos de pelo de tal forma que parecen osos. Pese a sus toscos modales, los beornings son seres que sienten un respeto reverente por los animales, son vegetarianos, y su plato preferido es el pastel de miel. Un postre que cuenta con una gran tradición mitológica. Muchos siglos antes de que Tolkien escribiera su ciclo literario, el poeta latino Virgilio relató en La Eneida cómo Eneas desciende al infierno. Allí es atacado por Cerbero, el perro de tres cabezas. Pero se salva del ataque de la bestia arrojándole a las fauces pedazos de pastel de miel que llevaba en sus alforjas.

6

Ingredientes

400 g de harina
3 dl de miel
Aceite de cacahuete (2dl)
250 g de azúcar
4 huevos
1 cucharada de levadura y una pizca de sal
100 g de nuez picada
2 cucharadas soperas de chocolate en polvo

Elaboración

Se tamizan en un bol la harina, el azúcar, el chocolate, una pizca de sal y la levadura. Luego, se calienta miel, café y aceite, sin dejar que hiervan, y se añade la mezcla caliente a la harina, batiéndola constantemente para que no se formen grumos. Se añaden las yemas y se siguen batiendo unos cinco minutos. Las claras de los huevos se montan a punto de nieve y se añaden a la masa. Se agrega la nuez, untada con un poco de harina, y se echa la pasta en un molde aceitado de 12 x 18 cm. Se cuece durante 45 m en un horno a 175°C. Se deja enfriar y ya está listo para servir, preferiblemente cortado en cuadrados.



ODA AL VINO

PABLO NERUDA

VINO color de día,
vino color de noche,
vino con pies de púrpura
o sangre de topacio,
vino,
estrellado hijo
de la tierra,
vino, liso
como una espada de oro,
suave
como un desordenado terciopelo,
vino encaracolado
y suspendido,
amoroso,
marino,
nunca has cabido en una copa,
en un canto, en un hombre,
coral, gregario eres,
y cuando menos, mutuo.
A veces
te nutres de recuerdos
mortales,
en tu ola
vamos de tumba en tumba,
picapedrero de sepulcro helado,
y lloramos
lágrimas transitorias,
pero
tu hermoso
traje de primavera
es diferente,
el corazón sube a las ramas,
el viento mueve el día,
nada queda
dentro de tu alma inmóvil.
El vino
mueve la primavera,
crece como una planta la alegría,
caen muros,
peñascos,
se cierran los abismos,
nace el canto.
Oh tú, jarra de vino, en el desierto
con la sabrosa que amo,
dijo el viejo poeta.
Que el cántaro de vino
al beso del amor sume su beso.

Amor mio, de pronto
tu cadera
es la curva colmada
de la copa,
tu pecho es el racimo,
la luz del alcohol tu cabellera,



las uvas tus pezones,
tu ombligo sello puro
estampado en tu vientre de vasija,
y tu amor la cascada
de vino inextinguible,
la claridad que cae en mis sentidos,
el esplendor terrestre de la vida.

Pero no sólo amor,
beso quemante
o corazón quemado
eres, vino de vida,
sino
amistad de los seres, transparencia,
coro de disciplina,
abundancia de flores.
Amo sobre una mesa,
cuando se habla,
la luz de una botella
de inteligente vino.
Que lo beban,
que recuerden en cada
gota de oro
o copa de topacio
o cuchara de púrpura
que trabajó el otoño
hasta llenar de vino las vasijas
y aprenda el hombre oscuro,
en el ceremonial de su negocio,
a recordar la tierra y sus deberes,
a propagar el cántico del fruto



Sherlock Holmes

PASTEL STRASBOURG

Olor a tarta recién hecha en el 221 B de Baker Street. El strasbourg fue un dulce muy popular en la Inglaterra victoriana; tanto, que algunos lo llamaron “postre imperio”. Y hasta un personaje tan aparentemente frío y ajeno a los goces mundanos como Sherlock Holmes cayó rendido al encanto de su sabor y aroma. Según el libro Sherlock Holmes de Baker Street, un completísimo estudio sobre el personaje, escrito por el británico Barring Gould (y editado en España por Valdemar), ese es tipo de pastel que el héroe de Conan Doyle come con deleite en el relato titulado El aristócrata solterón.

Ingredientes

1 bizcocho esponjoso
60 g de sirope de color claro
200 g de nata muy cremosa
100 g de buttercream
Chocolate para decorar
100 g de almendras tostadas

Elaboración

Se corta el bizcocho en tres rebanadas idénticas, y la inferior se coloca en un molde para pasteles, bañada con un tercio del sirope. Después, con ayuda de una espátula, se extienden sobre ella 100 gramos de nata muy cremosa. Se coloca entonces sobre la nata la rebanada central del bizcocho, y se repiten los dos pasos anteriores, usando la nata restante. Se pone después la tercera rebanada de bizcocho, bañada también con el sirope restante. El siguiente paso consiste en coger 100 g de buttercream (crema preparada con huevos, azúcar, agua y vinagre), para untar con ella los laterales y la parte superior del bizcocho. Se espolvorean las almendras tostadas y se corona con ellas el pastel. Se pueden colocar algunas a los lados del bizcocho. Finalmente, se extrae el postre del molde y se coloca en un plato engalanado con chocolate en trozos. Se mete a enfriar y, al cabo de un rato, ya está listo para comer.



Como agua para chocolate

CODORNICES CON PÉTALOS DE ROSA

Delicados manjares para estimular la libido. Cocinar es una ceremonia de comunión con el Universo”. Lo afirma Laura Esquivel, la escritora mexicana autora de esta novela, que explora la sensualidad de la gastronomía. ¿Quién no recuerda las codornices con pétalos de rosa que cocinaba su protagonista, Tita? La chica se pincha al deshojar las rosas, y la sangre de su herida impregna el guiso y provoca una reacción asombrosa en los comensales: “Parecía que el alimento que estaba ingiriendo Gertrudis producía en ella un efecto afrodisíaco, pues empezó a sentir que un intenso calor le invadía las piernas”.

Ingredientes

6 codornices
12 rosas, de preferencia rojas
12 castañas
Dos cucharadas de mantequilla
Dos cucharadas de fécula de maíz
Dos gotas de esencia de rosas
Dos cucharadas de anís
Dos cucharadas de miel
Dos ajos.
1 pitahaya

Elaboración

Se desprenden los pétalos de las rosas. Se cogen dos codornices, se doran con mantequilla y se espolvorean con pimienta y sal. Una vez deshojados los pétalos, se muelen, junto al anís. Las castañas se doran por separado, se descascaran, se cuecen en agua y se hacen puré. Los ajos se pican finamente y se doran en mantequilla; cuando ya están dorados, se les agrega el puré de castañas, la pitahaya molida, la miel, los pétalos de rosa y la sal. Y para que espese un poco la salsa, se le añaden dos cucharadas de fécula de maíz. Al final, se agregan sólo dos gotas de esencia de rosas, y las codornices se sumergen en esta salsa durante unos diez minutos, al cabo de los cuales se sacan ya listas para servir a la mesa.



ODA AL CALDILLO DE CONGRIO

PABLO NERUDA

11

EN el mar
tormentoso
de Chile
vive el rosado congrio,
gigante anguila
de nevada carne.
Y en las ollas
chilenas,
en la costa,
nació el caldillo
grávido y succulento,
provechoso.
Lleven a la cocina
el congrio desollado,
su piel manchada cede
como un guante
y al descubierto queda
entonces
el racimo del mar,
el congrio tierno
reluce
ya desnudo,
preparado
para nuestro apetito.
Ahora
recoges
ajos,
acaricia primero
ese marfil
precioso,
huele
su fragancia iracunda,
entonces
deja el ajo picado
caer con la cebolla
y el tomate
hasta que la cebolla
tenga color de oro.
Mientras tanto
se cuecen
con el vapor
los regios
camarones marinos
y cuando ya llegaron
a su punto,
cuando cuajó el sabor
en una salsa
formada por el jugo
del océano
y por el agua clara



que desprendió la luz de la cebolla,
entonces
que entre el congrio
y se sumerja en gloria,
que en la olla
se aceite,
se contraiga y se impregne.
Ya sólo es necesario
dejar en el manjar
caer la crema
como una rosa espesa,
y al fuego
lentamente
entregar el tesoro
hasta que en el caldillo
se calienten
las esencias de Chile,
y a la mesa
lleguen recién casados
los sabores
del mar y de la tierra
para que en ese plato
tú conozcas el cielo.