

El Menú

* * * * * REVISTA SEMANAL * * * * *

Barcelona, al mes, 1 pta.

REDACCIÓN Y ADMINISTRACIÓN

Condal, 10. — Barcelona

Fuérá, al mes, 1'50 pta.

Año I

4 Junio de 1904

Núm. 7

SUMARIO

Los alimentos (*continuación*).—**Sección práctica:** Huevos al Cuatro de Marzo; Mero con manteca; Pierna de carnero braseada, con acedera; Pollo á la Marengo; Judías verdes á la inglesa; Solomillo de vaca asado, con salsa pebre; Ensalada de Lechuga; Flan de Albar coques.—**Menús escogidos:** Sopa de Tortuga; Crema de Arcachofas; Langosta á la MacKinley; Trozo de solomillo de buey braseado á la jardinera; Suprema de pollo con trufas; Ensalada Danicheff; Ponche helado de Champagne y Piña; Galantina de Pava con gelatina; Pierna de Cervato asada, salsa venado; Champiñones saltados con manteca; Queso helado de Vainilla y Fresa.—Correspondencia.

Los alimentos

Fisiología é higiene de la alimentación

(Continuación)

La máquina animal y los alimentos.—

De largo tiempo se compara nuestro organismo á una lámpara ó á un hogar que quema los alimentos como una estufa consume el combustible que se le echa. Ya en el año 180, el viejo Galeno, uno de los padres de la medicina, decía que "la sangre es como un aceite y el corazón una mecha." Y todos sabemos que lo mismo en lenguaje corriente que en forma poética se ha trasmitido hasta nosotros esta comparación, puesto que frecuentemente se habla de la llama de la vida, ó de la vida que vacila, se estingue ó se enciende como una llama.

Esta comparación es adecuada pero no debe tomarse al pié de la letra, ni llevarla muy lejos. El gran químico francés, el inmortal Lavoisier definitivamente estableció á fines del siglo XVIII que realmente nosotros somos como una lámpara que se consume ó como un hogar que arde. La digestión proporciona el combustible necesario; la respiración representa, con los pulmones, á la vez el soplete que alimenta de aire el hogar en ignición y la chimenea que saca en sentido inverso los gases producidos; en fin, el calor proporcionado por esta combustión de nuestros alimentos es lo que mantiene nuestro cuerpo á la temperatura conveniente. Después se ha

estendido más esta comparación, y como nuestro organismo es no solamente un hogar que produce calor, sino también una máquina capaz de producir trabajo, se ha comparado nuestro cuerpo á una máquina de vapor cuyo combustible suministra en su destrucción calor y trabajo á la vez.

Esta comparación es aceptable y si bien no se debe tomar tampoco al pié de la letra, basta como punto de partida de esta exposición, á condición empero de tener presente lo que vamos á decir. En una máquina de vapor que trabaja, lo que se quema y destruye es el carbón. La máquina por sí misma no presenta en sus piezas metálicas sino un insignificante desgaste, despreciable por completo, si se compara al consumo de hulla. En el hombre, al contrario, hay, por decirlo así, una identidad entre la máquina y el combustible. Somos como una estufa ó como un motor que estuviera construido con madera ó carbón. Mientras nuestra estufa arde y nuestro motor trabaja, todas las piezas, es decir, todos los tejidos se usan y se destruyen y los productos de este desgaste ó sea los residuos de los tejidos son expelidos sin cesar al exterior. Es menester, pues, que inversamente nuestros alimentos desempeñen un doble cometido, que es alimentar de combustible nuestro motor animado, á la vez que reparar constantemente sus piezas.

(Continuará)

DR. LAMBLING

SECCIÓN PRÁCTICA

Huevos al Cuatro de Marzo

(Œufs au Quatre Mars)

Se preparan los suficientes huevos cuajados ó *pochés* (véase pág. 30). Se mezclan dos partes de miga de pan rayado, con una parte de queso de Gruyère también rayado. Fríos ya los huevos y escurridos se espolvorean de sal y pimienta, y bañándolos con clara de huevo se rebozan con la mezcla de pan y queso. Téngase una sartén con suficiente aceite, y cuando esté bastante caliente pónganse á freír los huevos rebozados, que se sacarán cuidadosamente tan pronto tomen un bonito color dorado; se escurren y se colocan en la fuente, se guarnecen con fondos de alcachofas rellenos de *foie-gras* preparados en la forma que se dirá, y se salsea todo con salsa barnesa (véase página 38), rodeando la fuente con delgadas rodajas de limón.

Fondos de alcachofas.—Para preparar los fondos de alcachofas para rellenarlos se despojan éstas de las hojas negras que tengan, se cortan las colas y se despuntan dejándolas á la mitad, se hace después un hueco en el centro, se pasa limón por toda la alcachofa y especialmente por donde se ha cortado y se ponen á cocer en agua fría en la que se habrá desleído algo de harina, sazonándose con la sal necesaria y echando también unos cachitos de limón. Cocidas ya las alcachofas, se dejan enfriar en la misma agua y escurridas después están en disposición de rellenarse de lo que se quiera.

Relleno de foie-gras para los fondos de alcachofas.—Se saltean hígados de ave con manteca de vaca, se pican bien ó se pasan por la máquina de trincar, se añaden yemas de huevo y queso de Parma rayado, trabajando bien la mezcla; se le puede añadir también tocino. Con este picadillo se rellenan las alcachofas y espolvoreándolas con queso de Parma se ponen un instante al horno para cocer las yemas y para que tomen algo de color.—J. M.

Mero con manteça

(Merle au beurre)

Se compra un pedazo de mero de 1 kilo, procurando que sea de la parte de enmedio. Se lava y se sangra en agua durante media hora, se escurre y se cubre de sal blanca: se hace que rompa á hervir la cacerola ovalada, llena de agua hasta la mitad; 10 minutos antes de servir el pescado se pone en el agua hirviendo, se tapa enteramente la cacerola y se le deja cocer lentamente. Al cabo de 10 minutos se saca el pescado que debe estar ya cocido, se escurre y se arregla sobre una servilleta, quedando hacia arriba la parte blanca del pescado.

Se guarnece con perejil y se sirve con manteca derretida y un limón á parte.

Pierna de carnero braseada con acederas

(Gigot de mouton braisé aux oiselles)

Se compra una pierna de carnero de unos 3 kilos, se deshuesa, se condimenta con un polvo de sal y una pizca de pimienta; se pone en la cacerola ovalada, añadiendo 2 patas de ternera deshuesadas y blanqueadas (véase la correspondencia del número anterior), 1 litro de caldo, 1 litro de agua, medio decilitro de aguardiente sin anisar, una cebolla con 3 clavos de especie metidos en ella, 100 gramos de zanahorias, 1 polvo de sal, 2 pizcas de pimienta. Se hace hervir, se espuma al primer hervor, se cubre la lumbre y se pone sobre la cacerola la cobertera de hierro con una capa de brasas encima; se deja cocer muy suavemente durante 3 horas; se escurre la pierna de carnero, se cuela y desengrasa el jugo y se reducen 6 decilitros á 3 para servirlo debajo de la carne. El resto del jugo se emplea con las acederas.

Guarnición de acederas.—Se escoje un kilo 500 gramos de acederas teniendo en cuenta que las más frescas y verdes son las mejores; se mondan quitándoles enteramente los rabos; se lavan con bastante agua, se escurren y después se ponen en una cacerola de

cabida de 6 litros con 2 polvos de sal y 1 litro de agua; se ponen á la lumbre durante 15 minutos, removiéndolo constantemente con el cucharón de madera para impedir que las acederas se peguen, y se escurren en un cedazo de latón. Cuando las acederas están perfectamente escurridas, se mondan y se pican durante 20 minutos. Se ponen en una cacerola de cabida de 2 litros, 35 gramos de manteca y 30 gramos de harina; se cuece esta mezcla durante 3 minutos, meneándola siempre, y después se ponen las acederas en esta segunda cacerola; se deja sobre la lumbre durante 30 minutos, sin olvidarse de removerlas, y regándolas con 2 decilitros de caldo, (1 decilitro primero y otro al cabo de 10 minutos.) Se cascan 3 huevos en una cazuela, se les añade medio decilitro de leche, se baten durante 3 minutos y se vierten en las acederas. Se hace cocer todo durante 5 minutos, agitándolo fuertemente con el cucharón de madera y se reservan para guarnecer.

Pollo á la Marengo

(Poulet à la Marengo)

Se prepara un pollo como para hacerlo en pepitoria (véase pág. 20); se pone en la sartén chata de saltear un decilitro de aceite; se colocan los trozos de pollo evitando que estén unos encima de otros, se añaden 3 polvos de sal, 2 pizcas de pimienta, 15 gramos de cebolletas sin picar, 8 gramos de ajos sin mondar, 1 hoja de laurel, 3 gramos de tomillo, 25 gramos de perejil en rama; se hace cocer durante 25 minutos, asegurándose de la cocción. Se escurre el pollo sobre una fuente y se mantiene al calor. Se ponen en la sartén chata de saltear 40 gramos de harina, se remueve á la lumbre durante 4 minutos y se añaden 5 decilitros de caldo; se deja cocer durante 30 minutos, removiéndolo con la cuchara de madera, se cuele la salsa por el colador chino, se arregla el pollo en la fuente como en la pepitoria de pollo, se vierte la salsa encima y se sirve. Si se quiere guarnézcase con setas.

Judías verdes á la inglesa

(Haricots verts à l'anglaise)

Se preparan 500 gramos de judías verdes, como para saltearlos (pág. 24). Se escurren, se espolvorean con sal y se ponen en la fuente. Encima de ellas se coloca un pedazo de manteca de 100 gramos y se sirven.

Solomillo de vaça asado con salsa pebre

(Filet de bœuf sauce poivrée)

Se descarga y se mecha con lonjas de tocino de 4 milímetros cuadrados y de 5 centímetros de largo, 1 kilo 500 gramos de solomillo de vaca. Se escoje el tocino siempre bien blanco y muy fresco. Se pone en el asador y se asa durante 40 minutos, rociándolo cada 10 minutos; se cuele, se desengrasa el jugo que se sirve debajo del asado; después se sirve en la salsera salsa de pebre.

Salsa de pebre. — Se ponen en una cacerola de cabida de 1 litro, 1 decilitro de vinagre, 15 gramos de cebolletas, 2 gramos de tomillo, 2 gramos de laurel, 2 gramos de clavo, 20 gramos de perejil en rama, 50 gramos de cebolla cortada en rodajas de 1 centímetro de grueso, 20 gramos de zanahorias cortadas también en rodajas de 1 centímetro y 6 gramos de pimienta molida; se hace cocer hasta que la cantidad de vinagre quede reducida á la mitad; se añaden 5 decilitros de caldo, se hace hervir y se deja cocer al lado de la hornilla.

Se hace un rehogo en otra cacerola de la misma cabida con 30 gramos de manteca y 30 gramos de harina, haciéndolo cocer 3 minutos agitándolo con la cuchara; se vierte en este rehogo por decilitros todo el contenido de la primera cacerola, pero teniendo cuidado de no añadir ningún nuevo decilitro hasta que el precedente esté perfectamente mezclado, evitándose así que se agrume. Se hace cocer durante 20 minutos, agitando circularmente, y después se echan algunas gotas de caramelo para darle color, se cuele por el colador llamado chino, se espuma, se prueba de sal y se sirve.

Ensalada de Lechuga

(Salada de laitues)

Para preparar una buena ensalada no solamente deben ser las lechugas tiernas, sino que deben ser cogidas de poco tiempo y solo se deben emplear las hojas más delicadas y blancas. Mondada la lechuga, se lava y se escurre en un cesto de alambre galvanizado.

En una ensaladera se ponen 2 ó 3 yemas de huevos duros que se deslien con aceite, formando como pasta, se añade sal y pimienta y luego la lechuga; se mezcla bien todo y se añade vinagre, una cucharada de perifollo, estagon y pimpinela menudamente picado todo. La ensalada no debe aderezarse hasta momentos antes de servirse.

Flan de albaricoques

(Flan d'abricots)

Se hacen 250 gramos de hojaldrado con 5 vueltas, que se aplasta hasta quedar medio centímetro de grueso; se guarnece un molde de flan de 26 centímetros con la masa hojaldrada, teniendo cuidado de que cubra bien el fondo del molde, se espolvorea el fondo con una capa de azúcar de tres milímetros, se corta la masa que rebasa del molde y se llena éste con 1 kilo de albaricoques bien maduros, á los que se habrán sacado los huesos, teniendo cuidado de apretarlos unos con otros; se hace cocer una media hora y se espolvorea con azúcar en polvo bien espeso.

Modo de hacer el hojaldre.— Se tamizan sobre la mesa 500 gramos de harina, se hace encima del montoncito un agujero ó hueco de 6 centímetros, se ponen en él 10 gramos de sal y decilitro y medio de agua; se amasa la harina con el agua, añadiendo aún 1 decilitro, rociado en muchas veces, y mezclado hasta que la masa quede bien lisa y no se agarre ni á las manos ni á la mesa.

Se recoge ésta en una bola y se aplasta después hasta dejarla de una altura de 4 centímetros; se ponen en medio de la masa 350 gramos de manteca en pella, y después se aplasta la masa y la manteca hasta formar un redondel de 30 centímetros; se doblan las 4 partes sobre el centro para encerrar bien la manteca

y formar un cuadrado. Se extiende hasta la longitud de un metro, y después se dobla una tercera parte sobre la de enmedio y la otra tercera parte encima de las dos primeras. Esto se llama dar una vuelta, se deja descansar 10 minutos, se repite la operación, es decir, se extiende y se dobla la masa, lo que constituye una segunda vuelta y se repite lo mismo hasta que la masa tenga 5 vueltas; después de 10 minutos de descanso se puede guardar el molde del flan, pues la masa del hojaldre ya está en su punto.

Menús escogidos

Habiendo tenido el honor de que una distinguida familia de Bilbao nos haya pedido una minuta para una comida con que obsequiar á sus amigos con motivo de un fausto acontecimiento de familia, con sumo gusto correspondemos á tal demanda, destinando esta sección á dar las fórmulas de los platos que creemos deben componer el tal solicitud

M E N Ú

Potages

Tortue.— Crème d'artichauts

Homards Mac-Kinley

Tronçon de filet de bœuf braisé à la jardinière

Suprême de poulet aux truffes

Salade Danieheff

Punch glacé Champagne et Ananas

Galantine de Dinde à la gelée

Guisot de Chevreuil rôti sauce venaison

Champignons sautés au beurre

Fromage glacé à la Vanille et Fraise

Dessert

Vins

Xérez Morante.— Diamante (blanc)

Chateaux-Margaux.— Marqués de Riscal

Champagne (Mumm-frappé)

Café.— Liqueurs

Sopa de Tortuga

(Potage tortue)

Se cuecla la tortuga por las patas traseras, se le corta la cabeza y se la deja desangrar durante 15 horas. Cuando al cabo de este tiempo se la descuelga, se pone sobre el lomo y se abre por enmedio para sacarle los intestinos, teniendo cuidado de que no se revienten; se cortan las cuatro patas, se sierra la tortuga en cuatro partes, se abre la carne y la grasa, y después se ponen á hervir con mucha agua los cuatro pedazos de tortuga, las patas y la cabeza. Cuando las conchas se separan se saca la tortuga del agua, se extraen todas las partes mucilaginosas y se ponen en una cacerola con un ramillete surtido, zanahorias, cebollas, sal y pimienta, se añade mucha agua y se deja cocer durante 4 horas, teniendo cuidado de espumar bien. Se quitan los pedazos de concha y los huesos que pudieran tener aún las partes gelatinosas; después de bien lavadas éstas se ponen en prensa sobre una cobertera chata. Se echan 5 kilos de carne de tortuga en una marmita con 8 litros de agua, se hace hervir, se espuma y después se añade sal, pimienta quebrantada, cebolla, 1 clavo ó 2 de especie y un ramillete surtido y se deja cocer suavemente al lado de la hornilla durante 4 horas. Se ponen en una cacerola 4 kilos de carne de vaca cortada en cuadraditos, 4 kilos de tapa de ternera y se añaden 15 gramos de albahaca, 3 gramos de taronjil, 8 gramos de mejorana, 5 gramos de romero, 5 gramos de tomillo, 5 gramos de laurel, 25 gramos de perejil, 150 gramos de cebolla, 100 gramos de raíces de perejil, 200 gramos de setas, 1 polvo de pimienta de cayena y 50 gramos de ápio en rama; se añaden 250 gramos de manteca y se rehoga todo hasta que empiece á dorarse; se espolvorea con 250 gramos de harina, se hace que tome color durante 5 minutos y se añaden después 6 litros de caldo de tortuga, se añade una gallina, la cual se habrá dorado bien antes en el asador. Se deja cocer todo durante 4 horas, se cuecla por el cedazo de estameña y se deja cocer suavemente al lado de la hornilla para clarificarse. Se corta la parte mucilaginosa de la tortuga en pedacitos de 3 centímetros de largo por 2 de ancho, quitando antes las partes carnosas. Se ponen estos pedazos en una cacerola con 2 botellas de vino de Madera, y se

hace hervir durante 20 minutos; se pone en la sopera la tortuga y la sopa, con una cucharada de zumo de limón.

Crema de Alcachofas

(Crème d'artichants)

Se hace un rehogo con 125 gramos de manteca y harina, se adicionan 3 litros de consomé (véase pág. 10) sin color. Se hacen cocer en este caldo por espacio de 2 horas cuatro alcachofas deshojadas. Se pasa todo por el cedazo y se espesa con 4 yemas de huevo (véase pág. 20). Como guarnición se le añaden dados de fondo de alcachofa.

Langosta á la Mac-Kinley

(Homard à la Mac-Kinley)

Se ponen en una marmita 3 litros de consomé de pescado (pág. 30), y 6 decilitros de vino blanco, 250 gramos de cebollas y 100 de zanahorias, cortadas unas y otras en rodajas, se deja hervir durante media hora, al cabo de la cual se pone la langosta que se deja cocer por espacio de 15 á 20 minutos, retirándola después se deshuesa y corta en escolapas, conservando entero el capacet ó cabeza para adornar el plato.

Entre tanto se reduce el caldo sobrante y se le adiciona una gruesa trufa cortada en delgadas rodajas y un poco de substancia de pescado (pág. 31), se deja hervir la mezcla de 10 á 15 minutos y con la salsa resultante se cubre la langosta aderezada en la fuente, poniendo por remate el capacet reservado.

Trozo de solomillo de buey braseado á la jardinera

(Tronçon de filet de bœuf braisé à la jardinière)

Se toma la parte central de un filete de buey, se prepara y se mecha, se pone en una cacerola larga de aproximada medida al trozo de carne, y en el fondo de dicha cacerola se

habrá puesto recortaduras de tocino, cuidando escrupulosamente que no estén rancias, cebollas y zanahorias cortadas en gruesas rodajas, se sazona la carne con sal y pimienta, y se añade en la cacerola vino blanco hasta una altura equivalente á un cuarto de la alzada del filete, se pone á fuego vivo haciendo reducir á *glacé* el líquido, luego se adiciona caldo hasta que el líquido alcance su primitiva altura y cubriendo la cacerola se retira á fuego moderado, acabando de cocer el salomillo, regándolo frecuentemente con el mismo jugo de la cacerola. Al cabo de hora y media se escurre y pone en la fuente entero ó cortado, rodeándolo de una guarnición jardinera preparada como se dirá. Al jugo resultante de la cocción del filete se le adiciona un poco de puré de tomate, cuya fórmula daremos, se reduce á punto y se sirve en salsera.

Guarnición á la jardinera.—Se hace un rehogo con dos cucharadas de manteca y una de harina, se remueve sobre fuego vivo más ó menos tiempo, según el color que se quiera dar á la guarnición, alcanzado aquél, se añaden 5 decilitros de caldo para salsas, disolviendo bien la harina, se sazona con sal y pimienta y se añaden: dos zanahorias y un nabo regular, si lo hubiere, cortados en tiras de un centímetro cuadrado á lo sumo, y de dos y medio de largo, una cebolla mediana finalmente picada y un puñado de habichuelas. Se deja hervotar por espacio de dos horas; al cabo de una hora se añaden dos terrones de azúcar y unas judías verdes cortadas á trocitos y una patata cortada también en igual forma que las zanahorias; después de las dos horas se retiran las verduras y legumbres y se reduce el jugo. Se completa la guarnición á la jardinera, con tallos de coliflor, montoncitos de guisantes, puntas de espárragos, coles de Bruselas, siendo de advertir que cada una de estas verduras debe cocerse aparte. Si se cree conveniente al reducir el caldo que coció las zanahorias, nabos, etc., puede espesarse con 2 yemas de huevo (*pág. 20*), ó bien con una yema de huevo y una cucharada de nata.

Puré de tomate.—Esta salsa se hace con tomates de un encarnado muy fuerte. Se monda un kilo de tomates, quitándoles la parte verde que tienen en el rabo, se cortan en 2 pedazos cada uno, y después se ponen en una cacerola de 2 litros de cabida, 1 ramillete surtido, 2 polvos de sal, 1 pizca de pimienta y 2

decilitros de agua. Se pone todo al fuego tapando bien la cacerola, se deja cocer durante 40 minutos, removiendo cada 5 minutos con la cuchara de madera para evitar que los tomates se peguen, se cuehan éstos por el cedazo de latón, se hace un espeso en una cacerola de cabida de un litro, con 25 gramos de manteca y 15 de harina, se hace cocer 3 minutos agitando con la cuchara. Se retira del fuego y se vierten los tomates en el espeso en diferentes veces, mezclándolos bien para impedir que se agrumen; se añaden 2 decilitros de caldo, se vuelve á poner todo á la lumbre y se hace cocer durante 20 minutos, agitando siempre con la cuchara, se prueba para ver si está bien de sal y se sirve ó se emplea.

Suprema de pollo con trufas

(*Supreme de poulet aux truffes*)

Se levantan las pechugas de 6 gallinas, separando los filetes delgados, se arreglan dichas pechugas en forma de pera alargada, bien iguales; se colocan bien en una sartén chata de saltear que se habrá bañado con manteca clarificada, encorvándolas en forma de cuarto de círculo para poder armarlas en forma de corona; se cubren las pechugas de manteca y se pone encima un redondel de papel untado también con manteca; se igualan los filetes delgados y se les dá cortes diagonales para entreverarlos con tiritas de lengua á la escarlata. Se ponen en una sartén chata bañada con manteca encorvándolos como las pechugas; se cubren los filetes con una lonja de tocino muy delgada, se preparan 12 redondeles de lengua á la escarlata, del mismo tamaño que los filetes; se cuecen las pechugas y los filetes, se escurre la manteca y después se echa sobre los filetes y las pechugas dos decilitros de salsa suprema (*pág. 37*) y 25 gramos de *glacé* de ave—cuya fórmula daremos luego—se dá vueltas á las pechugas en la salsa hasta que se derrita el *glacé*. Se arman en forma de corona alrededor de un armazón de pan frito y se salsean con salsa suprema.

Se pone luego un redondel de lengua á la escarlata entre pechuga y pechuga, se llena el hueco del armazón de pan frito ó *croustade* de trufas cortadas en rodajas, se colocan los file-

tes en el borde de la croustade y se salsean las trufas con demi-glacé (pág. 23).

Se sirve aparte salsa suprema.

Glacé de ave.—Se deshuesan y se atan 3 kilos de morcillo de ternera, 6 gallinas debidamente chamuscadas y limpias se colocan en una marmita con 8 litros de caldo para salsas, y después se procede con todo como para hacer el glacé de carne (pág. 5).

Ensalada Danicheff

(Salade Danicheff)

Se cortan en pequeños dados diez ó doce fondos de alcachofas, y en rodajas trufas, patatas y colitas de cangrejos, se añaden pequeños trocitos de champiñones y apio.

Se prepara un aderezo con sal, pimienta, vinagre y mostaza, al que se añaden perisfollo, pimpinela y estragón finamente picado; se bate este aderezo y con él se salsea la ensalada que se mezcla perfectamente estando en disposición de servirse.

Ponche helado de Champagne y Piña

(Punch glacé Champagne et Ananas)

En una terrina se mezcla almibar de piña y zumo de limón, en la cantidad que precise, y en proporción tal, que el pesa-jarabes marque 22 grados. Si á pesar del limón resultara la mezcla demasiado concentrada, para aligerarla, en cuanto sea posible, se usará el jugo que llevan las piñas conservadas al natural.

Verificada la mezcla se hiela como de ordinario y cuando se ha congelado se le añaden tres claras de huevo de merengue á la italiana.

Un cuarto de hora después se adicionan paulatinamente y sin dejar de trabajarse, un decilitro de buen champagne, en el que se habrá disuelto antes un poco de helado. Se mezcla bien y se sirve.

Galantina de pava con gelatina

(Galanine de dinde à la gelée)

Se pela, se vacía y se chamuca una pava cebada, se le corta el pescuezo dejándole la piel, se deshuesa enteramente la pava, se levantan las carnes sin reventar el pellejo y después se le quitan los nervios de las pechugas y los muslos, se hace un relleno con dos kilos de ternera bien mondada y 2 kilos de tocino sin corteza ni nervios, se pica y se machaca perfectamente, se le añade 4 decilitros de caldo para salsas (véase pag. 4), se condimenta con 60 gramos de sal con especias compuestas (véase pag. 27), se hace un salpicón con 750 gramos de trufas bien mondadas, 750 gramos de lengua á la escarlata y 750 gramos de tocino blanqueado; se corta todo en pedacitos de 3 centímetros cuadrados; se extiende en la mesa el pellejo de la pava, se cubre enteramente con una capa de relleno de 3 centímetros de grueso, se coloca encima la mitad de la carne, de la que se habrán quitado los nervios, se condimenta con sal y especias, se cubre la carne con salpicón, se estiende sobre éste otra capa de relleno de 3 centímetros, se coloca la otra parte de la carne y del salpicón y condimenta con sal y especias, se cubre todo con el resto del relleno, se redobra el pellejo de la pava hacia enmedio para encerrar bien el relleno y el salpicón, y después se ata la gelatina para darle forma redonda y ovalada. Se envuelve en una servilleta que se ata fuertemente por los dos extremos; se atan dos bramantes á lo largo para sostener la servilleta, se pone en una cacerola brasera cubierta que se llena de mirepoix (pág. 5) hasta que rebasa 4 centímetros de galantina, se cuece durante 4 horas con hervor muy lento, se retira de la lumbre y se deja una hora en el caldo, se escurre y se quita la servilleta, se pone la galantina en la mesa, se lava la servilleta en agua caliente, se envuelve la galantina en la servilleta que acaba de lavarse, conservándole su forma y apretando bien los dos extremos, se pone en prensa y se deja enfriar completamente, se saca la servilleta y se pone sobre una placa, se coloca durante 4 minutos en la boca del horno, y después se enjuga bien para quitarle la grasa y se baña con glacé de ave, se hace un zócalo de arroz de la forma de la galantina y de 6 centí-

metros de altura, se cubre este zócalo con manteca de Montpellier y se pone sobre un zócalo grande, se pone encima la galantina, coronada por una figura con 2 hatelets (*página 6*). Se rodea con una guarnición de cortes de gelatina y se sirve.

Manteca de Montpellier.—Se toma un kilo de perifollo, estragón, pimipela, cebollino y malpica; se monda, se lava y se hace blanquear unos 2 minutos en bastante agua hirviendo, después se escurre y se refresca. Se exprime para extraerle completamente el agua, se machaca en el mortero con 6 yemas de huevos duros, 6 anchoas bien lavadas; 50 gramos de pepinillos y 50 gramos de alcaparras, de las que se extraerá el vinagre esprimiéndolas bien. Se condimenta con sal y pimienta, se añade un pedacito de ajo del tamaño de un guisante, machacándolo todo y colándolo por el cedazo de cerdo.

Cuando todo está bien colado, se pone en el mortero 1 kilo de manteca, que se habrá limpiado cuidadosamente, se añade ravigote (*pág. 15*) pasada por el cedazo, 2 cucharadas de aceite y una cucharada de vinagre de estragón y se mezcla todo perfectamente.

La manteca de Montpellier debe quedar después de esta preparación de hermoso color verde claro; si no hubiera conseguido este matiz, se añadirá una cantidad de verde de espinacas colado por el cedazo de cerdo ó también se puede emplear el verde vegetal.

Pierna de Cervato asada salsa venado

(Quissot de Chevreuil rôti, sauce venaison)

Se descarga y se mecha una pierna de cervato y se pone en un adobo de vino blanco con cebolla, ajo, zanahorias, tomillo, laurel, sal y pimienta por espacio de cinco días, regando la pierna con dicho adobo frecuentemente durante el día con una cuchara. Se debe tener en sitio fresco.

Llegado el día, se asa por espacio de hora y media y se sirve con salsa de venado á parte.

Salsa de venado.—A un buen *mirepoix* se le añade apio y recortaduras de cervato. Se

deja cocer, se espuma y se añaden dos copas de vinagre, que se deja reducir, luego se añade una botella de vino tinto, demi glacé, glacé de carne, puré de tomate, un ramillete surtido con ajo y pimienta en grano, picada en su interior. Se deja cocer todo por espacio de dos horas, se pasa por el colador chino y se desgrasa. Después se reduce hasta que la salsa quede compacta. En el momento de servirse se le añade y mezcla algo de grasa y una cucharada de grosella.

Champiñones salteados con manteca

(Champignons sautés au beurre)

Se preparan y mondan los champiñones como se ha indicado (*pág. 19*) y escurridos bien se echan á la sartén con la manteca bien caliente, adicionando sal y perejil. Se saltean por espacio de 15 minutos y se sirven.

Queso helado de Vainilla y Fresa

(Fromage glacé à la Vanille et Fraise)

La fórmula de este helado la tenemos ya dada (*página 24*) y ninguna necesidad hay de repetirla.

Correspondencia

Sr. D.—En nuestro próximo número complacémos á Vd.

J. R.—Indíquenos el número de personas que sean invitadas y le mandaremos la minuta que solicita. Ninguna molestia nos ocasiona sino al contrario.

Teka. Si algún otro día se le ocurre mandarnos algo, piense que lo primero que se necesita es tener sentido común.

P. P.—Mucho celebraremos verifique Vd. lo que nos propone y cuente con nuestro concurso.

F. M.—Es preciso no descuidarse y estar á la mira, pues el fuego vivo lleva prisa.

A. López Robert, Impresor, Asalto, 63