



# el emigrado

Propiedad de la Soc. «Hijos del A. de La Estrada» en Cuba

Año XIX

La Estrada 30 de Junio de 1.938

Núm. 624

## POR LA EDUCACION DE LA MUJER

### ALIMENTACIÓN

De las cuestiones relacionadas con los problemas de dirección de un hogar, uno de los más interesantes para la mujer es el de la alimentación, puesto que ésta es la base de una salud normal que capacita para resistir bien el trabajo, el crecimiento, las enfermedades y hasta los obstáculos morales que pueden presentarse en la vida. Una persona bien nutrida no sólo es fuerte físicamente, sino que su misma salubridad le comunica un optimismo y una voluntad que no suelen tener las personas débiles o enfermizas por desnutrición.

Por otra parte, la alimentación, según los preceptos higiénicos, representa uno de los gastos mayores de una casa, y por lo mismo es un motivo de justificada preocupación para la mujer que haya de dirigir aquélla.

Por estos motivos, es decir, para proporcionar a los suyos una nutrición sana, suficiente en cantidad, selecta en los principios que el cuerpo necesita y que se obtenga éste sin gravar con dispendios extraordinarios el presupuesto ordinario familiar, sino que por el contrario, empleando la cantidad justa que los economistas han señalado, o quedando por bajo de ella, se llegue a un máximo de poder nutritivo, es por lo que toda ama de casa ha de interesarse para adquirir la exacta noción de cómo debe actuar, para resolver bien tan importante problema familiar.

Y en este interés ha de poner la mujer toda su voluntad y su reflexión, para que su capacidad respecto a alimentación no esté basada sólo en saber «freir bien un huevo», en hacer un «substancioso cocido» o en preparar una abundantísima comida de santo o de fiesta de pueblo, sino que tenga conocimientos sólidos que la permitan saber cuándo un huevo puede perjudicar a los suyos o cuando les convienen féculas, o en qué ocasiones justificadas les es precisa una sobrealimentación; quedando así la nutrición familiar redimida de la vulgaridad de la costumbre, para convertirlo en algo serio y razonado, de la que depende, en buena parte, la posesión de organismo fuerte.

**Fines de los alimentos.**—Para ello conviene recordar que los alimentos cumplen con los siguientes fines:

1.º Producen y sostienen el calor animal.

Recordemos que la temperatura humana en estado normal es de 37 grados y que es debida a una combustión latente en la cual el comburente es el aire de la atmósfera que llega cuando respiramos a los pulmones, donde encuentra el *combustible* en forma de glóbulos rojos, los cuales proceden de los elementos transformados por la digestión y asimilados por la sangre. Por lo tanto, sin una alimentación adecuada a la temperatura humana, descendería ésta hasta una muerte por inanición.

2.º Rehacen y renuevan las células y los tejidos fisiológicos que desgasta el cuerpo.

Es evidente que, por el crecimiento o al moverse por el trabajo, o sencillamente por el hecho de vivir, el organismo gasta energías, las cuales se han de reponer. Los alimentos son los que proporcionan nuevos elementos de vida, cuando después de ingeridos son transformados por la digestión o incorporados al organismo por la función de asimilación.

Los tejidos del cuerpo humano se componen principalmente de oxígeno, nitrógeno, carbono, hidrógeno y cantidades menos importantes de azufre, fósforo, cloro, sodio, hierro, potasio, yodo, arsénico, bromo, etc.; por lo tanto, para renovar sus pérdidas, necesitará ingerir estos mismos componentes que encuentra en los alimentos que generalmente tomamos.

MARIA B. DE TORRES

## “ MIRANDO AL AGRO ”

### PRACTICAS DE LA TEMPORADA

**Agricultura.**—Continúa la sequía que se dejó sentir durante todo este mes y parte del anterior, y que, tras la del verano pasado y las escasas lluvias que cayeron durante el invierno, son causa de que la tierra quede sin humedad alguna. Por eso se ven secos los pastizales y raquíticos los hierbazales y prados, de los que no se obtendrá ni la cuarta parte del forraje o *hierba seca* de otros años, pues en los mismos terrenos de regadío han disminuído muchísimo las aguas, no quedando apenas con que regar. Los maizales, al principio muy bonitos, como los patatales y toda clase de hortalizas, da pena

verlos agonizar, sobre todo en las horas de más calor. Las mismas frutas, este año tan abundantes en general, no llegarán a alcanzar su debido desarrollo si no viene pronto alguna lluvia, que tan esperada es estos días.

Es esta una buena ocasión para limpiar y profundizar los pozos que se secan o disminuyen mucho en su caudal, desbrozar los cauces de agua, limpiar y prolongar las minas, etc.

Con las pocas aguas que quedan, ya se viene regando el maíz y los patatales, alternando el riego con la operación de recalce o *arrenda*, en muchas parroquias ya terminada.

Aunque demasiado temprano, viene procediéndose ya a la siega de algunos hierbazales y al desgrane del centeno, del que este año hay una cosecha bastante regular en la variedad de labradío; en cambio la del *candelau* fué casi nula.

Se vienen cavando los tojales cansados para reponerlos de nuevo por el procedimiento de *estivada*.

**Viñas.**—Se prosiguen los sulfatados, se repiten los azufrados y se combaten los insectos con soluciones de pelitre, de nicotina y arsenicales.

Si el oidium se ha apoderado de las vides, éstas se tratan con una lechada de cal formada con cinco kilogramos de ésta, por 100 litros de agua y 150 gramos de permanganato de potasa. Contra la antracnosis (enfermedad parasitaria de la vid que se manifiesta exteriormente por manchas negras), se espolvorean las cepas con mezclas de azufre y cal.

**Huerta.**—Se persiguen y destruyen las orugas que tanto daño causan en las hortalizas, y lo mismo las mariposas y toda clase de insectos, que, aunque ellos en sí no sean dañinos, son por lo regular, reproductores de otras orugas.

Se recogen tirabeques para comer en su vaina y guisantes tiernos, tanto para su consumo inmediato como para su conservación durante el invierno. Este año debido a la sequía, abundan poco dichas leguminosas. No obstante, en honor a su gran valor alimenticio, y al sin número de combinaciones a que se prestan en cocina, vamos a repetir aquí, para cada cosa, una de las distintas fórmulas que hay para conservarlas.

**Guisantes tiernos.**—Se escogen medio hechos, porque muy tiernos se vuelven agua al darle la cocción al baño de maría; se echan en botellas de

vidrio de un buen grueso y cuello ancho, a fin de facilitar la entrada y salida en ellas de las legumbres. Las medias botellas son preferibles a las botellas, respecto a que influye la pequeña cantidad. Bien llenas las botellas se cierran con tapones de corcho fino que estén secos, humedeciéndolos en agua para que resbalen, y haciéndolos entrar ajustados, dándoles unos golpecitos con una paleta o zoquete de madera, sujetándolos, por último, con alambre al cuello de las botellas, si aún pretendiesen salirse. Se ponen éstas dentro de un caldero con agua, o sea al baño de maría, derechas y sumergidas casi del todo, y para evitar el contacto de unas con otras y con las paredes de la caldera, se pone previamente paja o heno en el fondo de la vasija y luego entre los mismos envases. Una vez que el baño rompa el hervor, se dejan estar así por espacio de hora y media, retirando entonces la caldera de la lumbre con los frascos, y así que éstos se enfrían dentro del agua, se extraen, se secan y se guardan en la despensa de modo que les dé poco o nada la luz.

**Judías y tirabeques.**—Las vainas o *cornellos* verdes y tiernos de las judías y tirabeques, pueden conservarse para comer en este estado durante el invierno. Para ello se procede del modo siguiente: se le cortan las dos puntas, se le quita la hebra, y se colocan, bien encamadas, en frascos de cristal o botes de hoja de lata perfectamente tapados para que no entre el aire, los que se someterán a hervor en baño de maría por espacio de una hora, haciéndose en todo lo demás lo que se dijo para los guisantes.—JOB.

— DE CUBA —

## Soc. “Hijos del A. de La Estrada”

En las últimas juntas, que se celebraron bajo la presidencia del afectivo Sr. Requeijo y actuando de Secretario el Sr. Loureiro García, fueron tratados los asuntos siguientes:

Dió cuenta el Secretario de haber remitido a Santa Clara los recibos anuales de los hermanos Muñiz y del Sr. Benjamín Garrido Eirín, quienes enviaron oportunamente su importe.

Preguntó el mismo Secretario a la Junta si ésta no estimaba conveniente comunicar al Sr. Otero Abelleira ha-



llarse dispuesta esta Sociedad a girarle la cantidad que se le adeuda por sus honorarios como Director y Administrador de EL EMIGRADO, siendo aprobada esta indicación.

Cumplimentando acuerdo publicado en el número anterior, se nombró a los señores Virgilio Couceiro, Baltasar Graña, Manuel Ulla, Manuel Fernández, Bernardino Cabada y José Pose, para que estudien lo que mejor convenga respecto a la compra de una propiedad en la que se inviertan parte de los fondos sociales. De esta Comisión fué nombrado Presidente el señor Virgilio Couceiro y Secretario el señor Graña Dopico.

También se nombró la Comisión que ha de organizar el Banquete social, siendo designados para la misma los asociados Sres. Andrés Couceiro, Serafín García, José Campos, Antonio Pereiras, José Pose, Gumersindo Loureiro, Manuel Rey y Antonio Recimil. De esta comisión se nombró Presidente al Sr. Andrés Couceiro y Secretario al Sr. Serafín García Ares.

Dió cuenta la Presidencia de haber fallecido el asociado Sr. Maximino Fijón, el cual no pudo ser sepultado en el Panteón Social por no llevar para ello el tiempo reglamentario como socio. Se acordó enviar el más sentido pésame a sus familiares, y lo mismo a los asociados Sres. José y Serafín Troitiño Neira, por la muerte de su señor padre, en Vinseiro, su parroquia natal.

Se dió cuenta del estado de los fondos sociales, los cuales ascienden a la cantidad de pesos 16 546'16.

## DEL BOLETIN OFICIAL :

Día 15.—Publica Decreto del Ministerio de Organización Sindical, prohibiendo la comida de los trabajadores sentados en las aceras de las calles, cunetas de las carreteras o alrededores de fábricas o talleres, y obligando a las empresas o patronos que no concedan a sus obreros un tiempo máximo de dos horas para comer a medio día, a facilitar locales-comedores con sus correspondientes mesas, asientos, agua, etc., en que aquellos puedan comer a cubierto y decorosamente.

—También publica Circular de la Jefatura del Servicio Nacional de 1.ª Enseñanza estableciendo en todas las Escuelas Nacionales durante los meses de Junio y Septiembre, la sesión única, con una duración de cinco horas diarias, excepto en las Escuelas de Párvulos, que será de cuatro. Dicha sesión dará principio a las ocho de la mañana.

Día 23.—Publica Decreto del Ministerio de Agricultura señalando los precios del trigo-tipo base de trsa para las adquisiciones a tenedores, y que son los siguientes para el año agrícola 1938-39:

Meses de Julio y Agosto, a 50 pesetas los 100 kilos; mes de Septiembre, a 50'70; mes de Octubre, a 51'40; mes de Noviembre, a 52'00; mes de Diciembre, a 52'60; Enero, a 53'10; Febrero, a 53'60; Marzo, a 54'00; Abril, a 54'40; Mayo, a 54'70; y Junio, a 55'00.

## Registro Civil

### Nacimientos

María Martínez Pose, en Santeles; María Lado Miguez, en Parada; Josefa Porto Paramá y Manuel Uzal do Campo, en Ouzande; Eladina Caramés González, en Curantes; María Mareque Sieiro, en Cora; María Cimadevila Campos, en San Jorge de Veá; Serafín Cerviño Silva y José M.ª Casal Carballo, en Souto; Luis Souto Barreiro, en Rivela; Elisa Ameijeiras Cerviño, en Arca; Isaura Cánitrot Andión, en Codeseda; María Silva Martínez, en Vinseiro; José Puente Barreiro y María Dono Maceira, en Lagartones; Pedro Vázquez Castro, en Lamas; y Elena Rey Bernárdez, en Santo Tomás de Acorados.

### Matrimonios

Dolores Picallo Silva, de Souto, con Miguel Cortés Quiveo, de Codeseda, en Arca.

### Defunciones

Daniel Orrea Ferreiro, en Lagartones; Encarnación Rodríguez Garrido, en Codeseda; María Reimóndez García, en Castro; Manuela Pérez Rodríguez, en Callobre; María Domínguez Muñiz y María Esperón Vázquez, en Rubín; José Picallo Cortés, en Arca; Serafín Nodar Porto, en Parada; Manuel Cao Fernández, en Agar; Aurelia Arca Brea, en Ouzande; Manuela Fontenla Rosende, en Nigoy; y Esclavitud Carbia Loureiro, en Santeles.

y contesten a la demanda promovida por Feliciano Blanco Martínez, de Cira (Silleda) sobre reclamación de cantidad.

—También emplaza en autos de juicio voluntario a los acreedores de Casiano Nieto, mayor de edad y vecino de Pedre, en Cerdedo, para la junta que de los mismos habrá de celebrarse el día 22 de julio entrante, a las once de la mañana, en la Sala de Audiencia de dicho Juzgado, al objeto de reconocimiento de créditos.

—El repetido Juzgado cita con el mismo fin para el 23 de Julio a las once de la mañana, también en la Sala de Audiencia, a los que se consideren acreedores de D. Manuel González Barros, mayor de edad, casado, contratista y vecino de Sotelo de Montes, en Forcarey.

—El Juzgado municipal de Estrada dicta fallo condenando a los demandados Preciosa González Sieiro y sus hijos José, Josefa y Hermerinda Souto González, intervenidas de sus respectivos maridos Francisco Picallo Gómez y Manuel Pérez Miranda: 1.º a reconocer que el demandante Victorino Souto Álvarez tiene derecho a la parte destinada a campo de su finca Fontancobo con las aguas del mismo nombre, que conducen las presas existentes en la parte superior de la misma; 2.º, a que se abstengan en lo sucesivo de perturbarle en el disfrute de tales aguas y de entrar en la finca a desviar las que corren por las aludidas presas; y 3.º, a que la Preciosa González indemnice al Victorino Souto Álvarez en la cantidad de 25 pesetas, importe de los daños y perjuicios, ocasionados por la misma en una de dichas fincas.

—El mismo Juzgado dictó fallo condenando a José Iglesias Picallo, Manuel y Felisa Iglesias Bergueiro, intervenida ésta de su marido Perfecto Ulla García, todos de la parroquia de Codeseda, a que se abstengan en lo sucesivo de tocar y desviar las aguas del manantial de Castreliños para la finca de los mismos denominada «Pumar», cerrando la presa o derivación que tienen hecha; más al José Iglesias Picallo, a elevar a público el contrato de permuta a que la demanda se refiere, indemnizando al demandante José Cabada Prieto los daños y perjuicios que se le sigan por falta de cumplimiento de dicho contrato.

### SEMILLAS SELECCIONADAS

Repollo, Lechuga, Coliflor, etc.  
Alfalfa y Remolacha forrajera

**DROGUERIA RIVAS**  
(Al lado de Correos)

IMP. «LA ARTISTICA»—ESTRADA

## CASA VARELA

SASTRERIA Y

CAMISERIA



La casa que más barato vende. No visitar otra casa sin ver los precios de esta. Mejor y más barato nadie.

Plaza del General Franco.—LA ESTRADA

## La Industrial

CARPINTERIA Y EBANISTERIA  
CON ASERRADERO MECANICO

**Bénigno Porto Maceira**

Se construye todo lo concerniente a ramo de carpintería y ebanistería. Trabajos de construcción.

Gran surtido de maderas.  
Calle del Ulla—LA ESTRADA

## “El Emigrado”

EN LA ARGENTINA

Para todo lo relacionado con este periódico en la República Argentina, dirigirse al corresponsal

**D. JOSÉ BERNÁRDEZ CARAMÉS**  
Rio Bamba, 258.—Teléfono 471 2138

— BUENOS AIRES —

## B. Pío Losada

PROCURADOR

**JESUS PORTELA FARES**  
MÉDICO

Consulta todos los días de 10 a 12½ y de 6 a 8  
**RAYOS X**

**Manuel Carbón Mosteiro**

MÉDICO

**VINSEIRO (La Estrada)**

## Chocolates

**La Estradense**  
los mejores

Residentes de La Estrada en Cuba:  
Haceos socios de «Hijos del Ayuntamiento de La Estrada, domiciliada en el Centro Gallego de la Habana, y recibiréis gratis este periódico.



## DE CEREIJO

A los 82 años de edad, y tras una penosa enfermedad que le tuvo postrado en cama por unos seis meses, ha fallecido en su casa del lugar de Señoráns, D. Manuel Picáns Rodríguez, otro de nuestros viejos convecinos que gozaba de alto prestigio en la parroquia.

El Sr. Picáns, que en su mocedad había echado varios años en Montevideo, poseía una regular cultura adquirida, no solo en su vida de ciudad, allá en América, sino también en sus continuas lecturas, a las que era muy aficionado, y que retenía admirablemente en su memoria. Nadie como él en la parroquia sabía dar distinción de muchas cosas, sobre todo de acontecimientos históricos, lo mismo nacionales que extranjeros. Fué uno de los luchadores del agrarismo allá en los primeros tiempos de éste, y como tal fué Presidente de la «Unión Social de Vinseiro y Cereijo», en la que tuvo una brillante actuación.

La muerte del Sr. Picáns ha sido muy sentida en esta parroquia, constituyendo su entierro una verdadera manifestación de pesar, a la que nosotros nos asociamos, haciéndolo presente por este medio a su hijo Albino, hija política, nietos y demás familia.

—El día 27 del actual ha dado a luz un precioso niño D.<sup>a</sup> Manuela Rey Rodríguez, esposa de nuestro querido amigo Ramón Porto Picáns, de Señoráns, a quien enviamos nuestro parabién.

—Han estado en esta disfrutando unos días de licencia, los hermanos David e Ismael Maceira Núñez, del

## BANCO PASTOR

CASA FUNDADA EN 1.776

Capital suscrito, Ptas. . . . 17.000.000,—  
Id. desembolsado > . . . 11.000.000,—  
Fondos de reserva > . . . 8.000.000,—

CASA CENTRAL: LA CORUÑA

SUCURSALES:

Barco de Valdeorras, Caldas de Reyes, Cangas (Pontevedra), Carballino, Carballo, Cedeira, Celanova, Chantada, El Ferrol, Fonsagrada, LA ESTRADA, La Guardia, Lugo, Marín, Mellid, Mondoñedo, Monforte, Mugia, Noya, Ordes, Orense, Padrón, Pontevedra, Puebla del Caramiñal, Puenteareas, Puente deume, Ribadavia, Ribadeo, Rúa-Petín, Santa Marta de Ortigueira, Sarria, Tuy, Verín, Vigo, Villalba, Vimianzo, Vivero.

CUENTAS CORRIENTES CON O SIN LIBRETA

A la vista. . . . . 1'25 por 100 anual  
> tres meses. . . . . 2'50 > > >  
> seis meses. . . . . 3'— > > >  
> doce meses. . . . . 3'50 > > >  
CAJA DE AHORROS. . . 2'50 > > >

CAJAS FUERTES DE ALQUILER desde 20 pesetas al año.

COMPRA-VENTA DE MONEDA EXTRANJERA

DEPÓSITO DE VALORES

COBRO Y DESCUENTO DE CUPONES

Y DEMÁS OPERACIONES DE BANCA Y BOLSA EN ESPAÑA Y EXTRANJERO.

lugar de Constenla, el primero de guarnición en Asturias y el segundo con destino en el frente de Castellón.

También se halla con licencia nuestro joven convecino Serafín Nogueira Matalobos, de Molla-Rabo, procedente de uno de los frentes de batalla.

Celebramos que su estancia entre nosotros les sea o haya sido grata, y que la suerte les acompañe en lo que queda de la contienda.—Corresponsal.

Anúnciese en EL EMIGRADO

## NOTICIAS

**Viajeros.**—Ha llegado de la Habana el antiguo dueño de la Sombrería Boston, situada en la Plaza del Vapor, por Galiano, D. Jesús Valladares Salgado, hermano del culto y competente

FOTOGRAFIA "STUDIO"

Se hacen toda clase de fotografías.  
Instalada en el local de la  
DROGUERIA RIVAS  
(Al lado de Correos)

Dentista de este pueblo, D. Benjamín.

El distinguido viajero era socio de la Sociedad propietaria de este periódico, «Hijos del Ayuntamiento de La Estrada» en Cuba.

Sea bien venido.

**Cobranza de cédulas.**—Estos días ha empezado la cobranza de las cédulas personales del corriente ejercicio, la cual se lleva a cabo en el local de costumbre, casa de Emilio Porto, calle de Calvo Sotelo n.º 25 (altos).

**Las fiestas de la Villa.**—Este año, como el pasado, no hubo fiesta profana de ninguna clase. En cambio las religiosas han estado muy brillantes y solemnes, y también bastante concurren.

El día 27 a las siete de la tarde, salió, como de costumbre, la procesión del Santísimo Sacramento, en la cual fué portador del guión parroquial el distinguido abogado de esta localidad D. Bernardino Sanmartín Rey.

Rompian marcha las Milicias de la F. E. T. con su escuadra de gastadores y banderss al frente; seguían las Organizaciones juveniles de Flechas, afiliados de Falange de segunda línea, Asociaciones y Cofraderías religiosas, presidiendo las Autoridades y clero y dando guardia de honor números de la Guardia civil y Carabineros; acompañado todo de numeroso gentío, la mayor parte, con vela, siendo mucha la cera que, debido a esto, se ha reunido.

**Varias.**—Hace unas semanas estuvo un señor aquí en La Estrada con objeto de estudiar la conveniencia de montar en esta villa una fábrica de quesos, mantequilla y otros productos lácteos. Según informes, parece que marchó gratamente impresionado.

—También parece que van muy adelantadas las obras del edificio que la Sociedad Nestlé viene contruyendo en Cesures para la preparación de leche condensada, harina lacteada, etc.

—Según se nos informa, el Sr. Marqués de Rubianes ha cerrado un contrato de venta de la ciruela procedente de 600 frutales de su propiedad, en el precio de 8.000 pesetas. Se calcula que dicha fruta pesará unas 20 toneladas y que resultará, por lo tanto, a 40 cts. el kilo.

—Se nos dice de otro señor de junto a la Esclavitud, que también vendió su cosecha de pavías del presente año en mil y pico de pesetas.

—Con la vuelta a la siembra del lino en Galicia, dícese que van a intensificar su producción las lencerías de Padrón, Coruña, etc.

## PARA HACER QUESOS

Cuajo Danés (en polvo). Cuajo Rivadanes (en líquido). De venta en la  
DROGUERIA RIVAS  
(Al lado de Correos)

Toda ama de casa y toda persona curiosa, debe coleccionar este folletón y observar sus consejos.

100

CONSERVACIÓN DE

clavo de especia, y a las dos horas de cocción se envuelve de nuevo en otro paño limpio y se pone bajo una prensa, bien apretado por espacio de 24 horas,

**Mata-hambre.**—El mata-hambre o *matambre* argentino se hace del siguiente modo:

Tómase un trozo de ternera por la falda, procurando que tenga adherida bastante parte carnosa. Se cortan unas tiras de jamón, otras, en menos cantidad de tocino, huevos cocidos y aceitunas deshuesadas partidas en rodajas, etc. Aparte de esto, en el mortero, se pisan ajos, perejil, sal, pimienta y orégano, trabajando mucho esta pasta y echándole aceite gota a gota sin dejar de agitarla. Cuando esto forma una papilla muy espesa, se unta con ella la carne, se extienden sobre ésta las tiras de jamón y tocino, así como los huevos y las aceitunas, y agregándole el resto de la papilla, se enrolla todo dándole la forma de un salchichón, atándolo y apretándolo bien alrededor con un cordel, y se cuelga por espacio de 24 horas. Luego se cuece en agua con laurel hasta que esté tierna, y se sirve cuando

PRODUCTOS ALIMENTICIOS

97

la mezcla en la lumbre, retirándose a poco de romper el hervor, y, una vez fría, se echa sobre los trozos del besugo hasta cubrirlos, y se tapa muy bien el recipiente. A los diez o doce días ya se puede servir.

## MARISCOS

**Ostras.**—Se escogen ostras de buen tamaño, o sea de los llamados *ostrones*; se abren, se separan de las conchas procurando que salgan bien enteras y, sin enharinar, se fríen en buen aceite sin rancio; al dar dos vueltas en la sartén se sacan escurriéndoles el aceite, y a éste se le añade como la cuarta parte de agua, vino y vinagre fuerte a partes iguales, un poco de pimienta en grano molida y hojas de laurel. Cuando empieza a hervir se vuelven a echar las ostras, se dejan cocer unos minutos y se retiran del fuego, envasándolas bien una vez frías.

**Mejillones.**—Se cuecen los mejillones, se les libra de concha y barba y se dejan enfriar. Se echa aceite abundante en una sartén, y cuando está bien caliente y sin rancio, se fríen los mejillones, sacándolos después con

Ayuntamiento de Madrid



# EL EMIGRADO

PERIÓDICO INDEPENDIENTE

Dirección, Redacción, Administración, Imprenta, y Despacho:

Calvo Sotelo núm. 30

PRECIOS DE SUSCRIPCIÓN: Dentro de la Comarca: Año 3 pesetas.  
Resto de España, 6. Extranjero, 14. Número suelto 15 cts. Retrasado 25.

## Para los Hospitales Militares

Donativos para mantas a favor de los Hospitales Militares.

Suma anterior, Pesetas. 10.177'75

Parroquia de Guimarey 279'60

Suma. . . . . 10.457'35

Debido a la inversión de dos cifras al publicar la cantidad que aportó la parroquia de Santa Marina de Barcala, apareció la misma contribuyendo con 139'50 pesetas, cuando que, en realidad fueron 193'50, como se puede comprobar en la suma. Queda, pues, salvado este error.

**SE VENDE** por no poder atenderla su dueño, la fábrica de sierra y carpintería, y molino harinero, del Moucho (Vínseiro); todo movido por un electromotor de 25 caballos, y junto a la carretera. Para informes José Mato Sanmartín, en la misma.—5—6.

## De Aguiones

Hemos tenido entre nosotros, disfrutando de unos días de permiso, a nuestro querido convencino el soldado del reemplazo de 1.935, Daniel Andrade Vázquez, suscriptor entusiasta de este periódico, que sigue recibiendo en el frente.

Pertenece el Sr. Andrade a la 10.<sup>a</sup> Compañía de Telégrafos de Campaña del Batallón de Transmisiones de Marruecos, que presta sus servicios en uno de los sectores del frente de Madrid.

Reciba nuestro cordial saludo y que en el resto de la campaña siga teniendo tanta suerte como hasta aquí.

—El domingo 19 se ha celebrado en esta parroquia la acostumbrada festividad de San Antonio en lo que a la parte religiosa se refiere. Debido a las circunstancias del momento ha carecido de la animación de otros años.

CORRESPONSAL

## H. La Estradense

JOSE LOPEZ LOPEZ

Calle General Riego, 40. Teléfono 1980

V I G O

Se dan informes en cuantos asuntos necesiten y siempre desinteresadamente.

PRECIOS MODICOS

LEED EL EMIGRADO,  
LABRADORES

## NECROLOGIA

### DOÑA OLIVIA ANDIÓN

En la madrugada del día 22 ha fallecido en esta villa a la edad de 78 años, la bondadosa señora D.<sup>a</sup> Olivia Andión Tato, viuda de D. Domingo Paseiro, con el que creó en La Estrada una de las más distinguidas familias de la localidad, integrada, en primer lugar, por sus hijos el abogado D. José Paseiro Andión, Recaudador de Contribuciones de este término desde hace mucho tiempo, y muy destacado y temido en las antiguas luchas políticas de la Comarca; D. Abelardo, hoy ausente en la República Argentina al frente de grandes negocios, quien, juntamente con su compañero el Sr. Espada, fueron los que abrieron la Sucursal del Banco Pastor en esta villa, consiguiendo darle un gran impulso en poco tiempo a la vez que favorecieron de un modo extraordinario el desarrollo del comercio y de la industria en este pueblo y sus contornos; D. Perfecto, nuestro querido compañero, miembro de la Comisión Representativa en esta, de la Sociedad «Hijos del Ayuntamiento de La Estrada» en Cuba, y empleado también del Banco Pastor, en el que viene aún prestando sus servicios y entre cuya clientela cuenta con muchas simpatías; D. Segundo, de la Casa del Preguecido; D. Alfredo (ausente), y las hermanas de éstos, D.<sup>a</sup> María, esposa del conocido industrial don Pedro Campos Rozados; D.<sup>a</sup> Teresa, viuda del que fué Veterinario municipal don Angel Méndez; doña Concepción, y

Srtas. Mercedes, Carmen, Ramona y Anunciación.

El día 23 a las once de la mañana se celebraron en la iglesia parroquial de esta villa solemnes funerales por el eterno descanso de la finada, y el mismo día a las cinco de la tarde tuvo lugar la conducción de su cadáver desde la casa mortuoria al cementerio de Figueroa.

Asistió a estos actos numerosísimo público, tanto de la villa y resto de la Comarca, como forastero, especialmente de Pontevedra, Santiago, Caldas y otras localidades.

Descanse en paz la finada y reciban sus hijos y demás parientes la viva expresión de nuestro sentimiento.

## LA PICOTA

Nuestro antiguo suscriptor D. Manuel Cajide Gómez, a quien enviábamos EL EMIGRADO al «Hotel París», de León, y cuyo nombre hemos publicado en la última «Picota», tenía justificada su actual demora en el pago por hallarse incorporado al Glorioso Ejército Nacional, cosa que nosotros ignorábamos. Dicho señor se ha puesto de nuevo al corriente con este periódico, como ya siempre lo había estado antes del movimiento actual.

También han acudido a saldar sus débitos y a presentar sus excusas, varios señores suscriptores de la parroquia de Agar, pero faltan aún la mayor parte de los mismos, cuyos nombres publicaremos en esta sección, sin más aviso, si no se presentan pronto a sal-

dar sus atrasos.

Lo mismo decimos respecto a algunos suscriptores de la parroquia de Barbud y de algunas más, que no contestan de un modo ni de otro a nuestros repetidos recordatorios.

Se advierte que el hecho de haberle suspendido ya a varios morosos el envío del periódico no significa que hayamos dado por abandonado su caso, pues todo el que recibiese recordatorio por atrasos y no concurra a satisfacerlos, será oportunamente traído a esta sección.

LA ADMINISTRACIÓN

**SE NECESITA** muchacha formal de edad mediana que sepa trabajar algo en el campo. Presentarse en los altos del Café Regional.—3.

## DE SOMOZA

El día 24 del actual ha tenido lugar en esta parroquia la tradicional veneración de la Santísima Virgen de los Remedios.

La fiesta fué anunciada la víspera a las doce y por la tarde con repique de campanas y bombas, lo cual se repitió al alborar del día 24.

Este día hubo varias misas rezadas durante la mañana, y la solemne a las doce, seguida de procesión, disparo de bombas, etc.

Fueron muchos los romeros que vinieron a oír su misita y a depositar sus ofrendas ante la sagrada imagen de la Virgen.—Corresponsal.

98

CONSERVACIÓN DE

la espumadera de modo que escurran el aceite. Se añade luego a éste (tro tanto vinagre, que se rebaja con agua si es muy fuerte, y se sazona con bastante pimienta, algo de pimentón, la sal necesaria y hojas de laurel. Una vez fría esta mezcla se une a los mejillones, guardando éstos en tarros de cristal bien tapados.

Todos estos escabeches deben hacerse, repetimos, aprovechando la abundancia y baratura de los artículos alimenticios de que se trate, al objeto de tener provisión de ellos en las épocas de su escasez y carestía en el mercado. Además se prestan mucho para ser consumidos especialmente en tiempo de calor, ya como entrantes de mesa, o bien como un excelente recurso para meriendas, en excursiones, romerías, trabajos del campo, etc.

### OTROS FIAMBRES

Lengua en fiambre.—Se toma una lengua de vaca—o las que se quiera—, se descarga de las grasas, se pica en toda su superficie con una aguja de mechar, se frota con sal de nitró

PRODUCTOS ALIMENTICIOS

99

y se cubre totalmente con sal común, cuidando de moverla todos los días. Al cuarto día se levanta de la sal, se lava bien lavada, dividiéndola a lo largo en dos pedazos y limpiándola de la piel. Se hace aparte un picadillo con media libra de lomo de cerdo o buena carne magra de vaca o ternera y dos onzas de tocino, y se sazona con sal y todas las especias, agregándole trufas recortadas, el líquido en que vienen conservadas, media copa de Jerez y un huevo, amasándolo y mezclándolo todo. Se corta una tira gruesa de lomo o buen magro de vaca y otra de tocino, no tan gruesa, cuadradas. En un paño fuerte se extiende la mitad del picadillo, se colocan sobre él, alternadas y a lo largo, las tiras de lengua, lomo y tocino, y se recubren con la mitad del picadillo, haciéndole tomar una forma cilíndrica. Luego se van envolviendo y apretando bien el paño, y se cose, apretando y atando después los extremos. Se hace cocer en agua con zanahorias, chirivía, media cabeza de ajo, laurel, hierbabuena, romero, tomillo, una cebolla, sal, pimienta en polvo y en grano y