

Recetas de maacas

rias ralladas, simiente de comino, o nueces moscadas.

Una receta muy agradable es el llamado «besugo con espinacas», que se prepara así: A un buen ejemplar de besugo, cuidadosamente limpio, se le hacen varias incisiones en los lomos, se espolvorea de sal y se asa en una besuguera, rociado con aceite y limón regándolo, mientras se asa, con su propio jugo, que se aumentará con un cazo de caldo o de agua.

Seleccionadas las hojas de las espinacas, y después de bien lavadas en varias aguas, se cuecen con agua, sal y un poquitín de bicarbonato, que tiene la virtud de hacerlas conservar su color verde. Ya cocidas, se las escurre y se enfrían al chorro de la fuente, secándolas luego cuidadosamente. En una sartén se colocan las espinacas, escurridas, con manteca de vaca o su equivalencia en aceite, rehogándolas a fuego lento y sazonándolas con sal y pimienta molida, añadiéndolas luego el jugo del besugo, colado, con cincuenta granos de piñones mondados y otros tantos de pasas sin pepitas, dejándolo refreír hasta que se haya consumido el caldo, y se sirven colocando en una fuente las espinacas bien secas, sobre ellas el besugo ya asado y alrededor, sobre los bordes de la fuente, triangulitos de picatostes muy bien fritos y dorados.

Y para final, voy a darte, amable lectora, una receta tan sabrosa como cara y difícil de hacer en estos tiempos de penuria alimenticia. Se trata de un «Budín de espinacas y sesos de cordero» que haría relamerse de gusto al mismo Pantagruel.

El día antes que hayan de consumirse, se reúnen las siguientes cosas: un kilo de espinacas, dos sesos de cordero, 30 gramos de mantequilla, 40 gramos de pan fresco, siete yemas de huevo, tres claras de huevo, un vaso de leche, nuez moscada, sal, pimienta y un poco de mantequilla. Se lavarán y limpiarán cuidadosamente los sesos para ponerlos a cocer con agua fría, sal y una ramita de perejil, espumándolos y guardándolos después. Se deshace la miga de pan y se remoja en leche. Se quitan los tallos a las espinacas, se las lava cuidadosamente y se ponen a cocer en agua hirviendo y sal durante cinco o seis minutos. Retiradas del fuego, se las pone en una coladora para refrescarlas con agua corriente y secarlas. Se las pica minuciosamente y se las pasa por un tamiz. También se pasan por tamiz los sesos, y en un gran cazo se ponen todos los ingredientes, rehogándolos durante unos minutos, moviéndolos con una cuchara para que no se tuesten, añadiendo el pan remojado y la leche que hubiera sobrado, añadiendo también, si gusta, una pequeña cantidad de nuez moscada, y, ya frito, retírese del fuego y déjese enfriar un poco. Mientras tanto, bátanse juntas yemas y claras hasta lograr esponjarlas, mezclándolas con el preparado de espinacas y sesos, vertiendo el

todo en seguida en un molde bien embadurnado de mantequilla, cuidando de no llenarlo del todo porque aumenta al cocer. Póngase a cocer al baño de María, y cuando rompa a hervir, se mete en el horno con calor moderado, necesitando para cuajarse unos cuarenta y cinco minutos, procurando que quede cuajado, pero mantecoso y suave y no seco. Se puede servir en caliente y en frío. En el primer caso, se retira del horno, pero se deja al baño de María hasta el momento de servirlo, volcándolo entonces sobre una fuente y echando por encima la salsa. En el segundo caso se deja enfriar en hielo y se sirven con mahonesa, adornado con pepinillos, rajitas de tomate y remolacha.

Y si aun no te has quedado satisfecha de recetas a base de espinacas, puedes pedir, y en el próximo número publicaremos un centenar más de ellas.

BUDIN DE ESPINACAS

Cocer muchas espinacas, después de limpias de tallos y puntas, con un par de cebolletas o un poco de cebolla; escurrirlas en un colador, picarlas finamente, secarlas en un paño y amasarlas en un cazo, cerca del fuego, con dos yemas batidas y unos pedacitos, muy menudos, de pimientos encarnados de lata y dos claras a punto de nieve. Embadurnar un flanero con mantequilla y pan rallado y echar hasta cerca del borde el puré de espinacas. Cubrir con queso rallado y ponerlo en el horno, y al cabo de quince minutos sacarlo y colocarlo en la fuente, decorando el budín en corona con cuartos de huevo duro fritos a la bechamel y alternando con tiras de pimiento. Si se quiere se vierte sobre el budín una salsa de bechamel y entonces se suprimen los pimientos que van dentro y los que adornan el plato.

CREMA DE ESPINACAS

Quitados los tallos y las hojas malas de las espinacas, se lavan y cuecen en agua hirviendo con un poco de bicarbonato. Después se escurren mucho y secan con una servilleta y se pican lo más menudo posible. Aparte, a fuego lento, se amasa en un cazo dos cucharadas de harina con una nuez de manteca de vaca, incorporando poco a poco una taza de leche. A esta crema se incorporan las espinacas, más manteca y, moviéndolo, se deja cocer un rato para servir las luego muy calientes y con unos picatostes de pan frito o como guarnición de carnes.

ESPINACAS A LA MARINERA

En un poco de aceite se fríen muchos trocitos menudos de jamón y en esta grasa se rehogan bien las espinacas después de cocidas, y ya en la fuente y para servir se cubren con ruedas de huevos duros.

NIDO DE ESPINACAS

Después de cocidas éstas y picadas muy fino, rehogarlas bastante con manteca en que se ha frito jamón, y con mucha ligereza, para que no se enfríen, se colocan en la fuente en redondeles grandecitos, poniendo más cantidad en los bordes, que se vuelven un poco hacia arriba para imitar mejor el nido y en el hueco de éste se colocan tres canteritos de huevo duro, que después de pelados se dejan hervir unos minutos en salsa bechamel. También pueden ponerse tres patatitas asadas. Entre nido y nido se ponen unas hojas enteras de lechuga cruda.

TIMBALITOS DE ESPINACAS NEGRESCO

A un puré de patatas se agrega un huevo y mantequilla y con él se forran unos moldes previamente engrasados de mantequilla. Para que la capa de puré, que debe tener un dedo de espesor, se adhiera bien al molde, se aprieta aquélla con una cuchara de palo humedecida con clara de huevo. Con otro puré de espinacas, ligado con un poco de bechamel y una yema, se rellenan los moldes que se cuecen al baño de María, durante quince minutos.

